



Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA

Unidad Xochimilco

DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD

MAESTRÍA EN TRABAJO Y SALUD

**“ES MÁS TRABAJO LO QUE HAGO ALLÁ (HOGAR), QUE LO QUE HAGO
AQUÍ”. DOMINACIÓN, DOBLE JORNADA, RESISTENCIA Y PROCESO
SALUD-ENFERMEDAD, EN TRABAJADORAS DE UNA COOPERATIVA
DE COSTURA.**

**IDÓNEA COMUNICACIÓN DE RESULTADOS
QUE PRESENTA**

SANDRA AURORA ZAVALA RIVAS

**PARA OBTENER EL GRADO DE:
MAESTRA EN TRABAJO Y SALUD**

DIRECTORA: DRA. MARGARITA PULIDO NAVARRO

MAYO 2025

Agradecimientos

Gracias a mi esposo *Baru*, por ser mi compañero, mi amigo y mi amado; el pilar en el cual encontraba apoyo al inicio y al final de cada día, brindándome el amor, el cariño y la confianza que necesitaba. Cariño mío, ¡te amo tres millones!

Gracias especialmente a mi *mamá Martha, mi doña Martita*, empezamos esto juntas má y aunque no estuviste físicamente al final, sé que tu presencia me acompañó en cada momento. Siempre fuiste mi motivación y el amor que me diste en vida fue tan inmenso que aún lo siento cada día de mi vida.

Gracias a mi *Romino*, mi fiel, peludo y leal compañero de estudio, y apoyo emocional; siempre desvelándose conmigo, haciendo tareas, estudiando y esperándome en la puerta a que llegara cada tarde. También a mi *Gatito*, que me seguía a todos lados y se recostaba a mi lado mientras escribía esta Idónea Comunicación de Resultados.

Gracias a mi amado *papá Jaime*, por motivarme a ser la mejor profesionista, dándome el apoyo y la educación que me hizo la persona responsable, honrada y con valores que soy ahora.

Gracias a mi directora *Margarita*, que me guio con sabiduría y experiencia, abriéndome un nuevo mundo de posibilidades, de conocimientos; quien verdaderamente me mostró lo que significa ser una guía, una mentora. Gracias por su tiempo, sus aportes, esas conversaciones que me hicieron quererla y apreciarla no solo como maestra sino también como ser humano.

Gracias infinitas a "*Lupe*", *Maru*, *Chío* y *Chayito*; quienes me abrieron su corazón y me brindaron su confianza. Gracias a ustedes esta investigación fue posible. Y también, gracias *Tabis* y al *Centro de servicios Comunitarios Mujeres en Lucha de San Miguel Topilejo*, por abrirme las puertas y mostrarme un espacio maravilloso.

Gracias a *Juan Francisco*, *Roselia* y, especialmente, a *Cintia*, mis sinodales; quienes, con sus valiosas aportaciones, consolidaron este trabajo.

Gracias a *CONAHCYT-SECIHTI*, por apoyarme con la beca para finalizar mi Idónea Comunicación de Resultados.

Índice

I.	Resumen	7
II.	Introducción	9
III.	Marco Referencial	13
	i. Capitalismo y Neoliberalismo	13
	ii. Cooperativismo	18
	iii. Doble Jornada	20
	iv. Conclusiones	25
IV.	Marco Teórico	26
	i. Trabajo	26
	ii. El Patriarcado	28
	iii. Construcción Simbólica del Ser Humano	31
	iv. Dominación y Resistencia	36
	v. Dominación Cultural del Trabajador y su Salud	39
	1. Dominación Cultural en la Salud del Trabajador....	43
	vi. Dominación Mediante la Cultura de Género	46
	vii. El Despojo	52
	viii. Salud	55
	ix. Estrés	58
	x. Conclusión	63
V.	Metodología	64
	i. La Historia Social	64

ii.	La Historia Oral	67
iii.	Tipo de Estudio y Diseño de la Investigación	70
1.	Consideraciones	72
iv.	Población y Selección de Participantes	72
v.	Técnicas o Instrumentos que se Emplearon	73
1.	Guía de Observación	73
2.	Parámetros Clínicos	74
3.	Las Historias de Vida	75
vi.	Conclusiones	77
VI.	Resultados	77
i.	Proceso de Trabajo	78
1.	Condiciones Nocivas	85
a.	Riesgos	85
b.	Exigencias	86
2.	Condiciones Protectoras	87
3.	Recomendaciones	88
ii.	Conclusiones	90
iii.	Perfil Metabólico	91
1.	Glucosa	95
2.	Triglicéridos	96
3.	Colesterol Total	97
4.	HDL	98
5.	LDL	99

6. ICC	99
iv. Conclusiones	100
v. Perfil de Riesgo Cardíaco	101
a. Presión Arterial (TA)	101
b. Framingham 10	102
vi. Conclusiones	103
vii. Historias de Vida	104
a. Despojo de su existencia	105
1. “Lupe”	105
a) Infancia.....	105
2. Eugenia	108
a) Infancia	108
b) Noviazgo	111
c) Matrimonio	112
d) Maternidad	117
3. Rocío	119
a) Infancia	119
b) Noviazgo	122
c) Matrimonio	125
d) Maternidad	126
4. Rosario	130
a) Infancia	130
b. Trabajo y Salud	135

1. Eugenia	136
a) Trabajo doméstico	136
b) Trabajo asalariado	141
c) Proceso salud-enfermedad	147
2. Rocío	156
a) Trabajo doméstico	156
b) Trabajo asalariado	159
3. Rosario	163
a) Trabajo asalariado	163
b. Conclusiones	168
VII. Discusión	169
VIII. Conclusiones Finales	175
IX. Bibliografía	185

Resumen

Este estudio fue realizado con el objetivo de visibilizar la doble jornada de las mujeres trabajadoras de una cooperativa de costura, evaluar las condiciones en que laboran y la presencia de enfermedades crónico degenerativas vinculadas al estrés prolongado; se siguió una metodología mixta que consistió en la elaboración de cuatro historias de vida, haciendo un recorrido de lo vivencial hacia lo referencial, complementándose con la guía de observación del proceso de trabajo y la toma de parámetros clínicos (niveles de glucosa, triglicéridos, colesterol, LDL, HDL, tensión arterial, factor de riesgo cardiaco e índice cintura-cadera), en la cooperativa de costura “Sertext” del “Centro de Servicios Comunitarios de San Miguel Topilejo”.

Las narrativas incluyen la forma en cómo experimentan el despojo violento suscitado por el sistema capitalista-patriarcal, ejercido desde la infancia por familiares y por sus parejas en la etapa adulta; provocando un entramado complejo de experiencias que posibilitan o no posturas de resistencia. Siendo despojadas de la dignidad humana en sus casas, la cooperativa se vuelve un espacio donde su vida no peligra, desde este lugar el trabajo asalariado (aun con todos sus riesgos) es preferible al trabajo doméstico y de cuidados.

Estas circunstancias las coloca en un estrés prolongado que modificará sus perfiles de salud-enfermedad, culminando en enfermedades crónico degenerativas. De las cuatro mujeres, cuatro presentaron dislipidemias, una hipertensión y otra diabetes.

Sentidos, percepciones y significados, en conjunto con el proceso de trabajo y la parte clínica nos muestran cómo la doble jornada de las mujeres (con sus cargas

extenuantes potencializadas) repercute en ellas a pesar de haberse constituido como el sector laboral que sostiene a las familias y al sistema capitalista. Las mujeres trabajadoras mueren por su jornada interminable, por enfermedades crónico degenerativas vinculadas al estrés de su doble jornada.

Palabras clave: doble jornada, trabajadoras, cooperativa de costura, dominación, despojo, resistencia, diabetes, dislipidemia, estrés.

Abstract

This study aimed to highlight the double burden of women workers in a sewing cooperative, assess their working conditions and evaluate the presence of chronic degenerative diseases linked to prolonged stress. A mixed methodology was used, consisting of four life histories, moving from the experiential to the referential. This methodology was complemented by a work process observation guide and clinical parameter collection (glucose, triglyceride, cholesterol, LDL, HDL, blood pressure, cardiac risk factor, and waist-hip ratio) at the "Sertext" sewing cooperative of the "San Miguel Topilejo Community Services Center."

The narratives include how they experience the violent dispossession wrought by the capitalist-patriarchal system, carried out from childhood by family members and by their partners in adulthood; provoking a complex network of experiences that enable or hinder positions of resistance. Stripped of their human dignity in their homes, the cooperative becomes a space where their lives are not in danger; from this perspective, wage labor (even with all its risks) is preferable to domestic and care work.

These circumstances place them under prolonged stress, which will alter their health and illness profiles, culminating in chronic degenerative diseases. Of the four women, four had dyslipidemia, one had hypertension, and one had diabetes.

Senses, perceptions, and meanings, together with the work process and the clinical aspect, show us how women's double shifts (with their potentially exhausting workloads) impact them, despite have been established as the labor sector that sustains families and the capitalist system. Working women die from their endless workday and from chronic degenerative diseases linked to the stress of their double bourden.

Keywords: double burden, female workers, sewing cooperative, domination, dispossession, resistance, diabetes, dislipidemia, stress.

Introducción

Con el objetivo de visibilizar la doble jornada (Durán, 1986) de las mujeres trabajadoras de una cooperativa de costura, evaluar las condiciones en que laboran y la presencia de enfermedades crónico degenerativas vinculadas al estrés; se elaboraron cuatro historias de vida, haciendo un recorrido de lo vivencial hacia lo referencial, complementándose con la guía de observación del proceso de trabajo Alvear y Villegas (1989) y la toma de parámetros clínicos, en el Centro de Servicios Comunitarios de San Miguel Topilejo.

En México, el trabajo doméstico ha sido minimizado y desvalorizado; por lo cual, los efectos de la doble jornada han sido invisibles para la sociedad. En las mujeres, el estrés se ve aumentado al combinar el trabajo asalariado con el trabajo doméstico y de cuidados, pues además de concentrarse en la producción, deben cuidar y mantener a la futura fuerza de trabajo en hogares donde parece que no tienen derecho a descansar para recuperar sus energías; ejemplificando las estresantes vidas del proletariado en el sistema capitalista patriarcal en su fase neoliberal.

Las mujeres se encuentran dominadas, no solo por el modo de producción capitalista, sino también por el patriarcado que impregnará su sello de dominación en las formas culturales, sociales y sexuales hasta consumir su espiritualidad. El despojo desde la mirada de Roux (2008;2019) busca arrebatarnos su libertad y dignidad humana a través de la violencia (Ramírez, 2002) que iniciará desde la infancia y se potenciará en la etapa productiva con la doble jornada; tales circunstancias las impulsarán a desarrollar acciones de resistencia abierta, individual o colectiva; aunque, en ocasiones, el despojo será tan significativo que las resistencias serán fallidas o silenciadas.

Debido a esto, las mujeres buscan campos laborales donde sean reconocidas (Esteban *et al*; 2018), y puedan desarrollar sus potencialidades y posturas de resistencia. Las cooperativas han sido una forma de producción económica útil para cumplir con tal objetivo (Díaz *et al*; 2018); ya que, a diferencia de las empresas privadas donde la riqueza se acumula a manos de los empresarios, la cooperativa tiene naturaleza autogestora (Miranda, 2011), retribución equitativa de ganancias y se guía bajo principios de apoyo mutuo (Esteban *et al.*, 2018); sin embargo, sigue inmersa en el capitalismo-patriarcal, y

como tal, tendrá riesgos y exigencias que repercutirán en la manera de como las mujeres laboran y realizan su doble jornada.

Para ubicarnos en el contexto, en primera instancia hablaremos del capitalismo, de su etapa neoliberal y de cómo estos sistemas político-económicos influyen de manera directa a la doble jornada. Haremos un recorrido por tópicos que nos permiten acercarnos a la totalidad del fenómeno, como: trabajo, patriarcado, construcción simbólica del ser humano, dominación, resistencia, despojo, salud y estrés.

El problema a investigar fue conocer cómo la estresante doble jornada y las formas de dominación repercutirán en la vida de las mujeres trabajadoras hasta manifestarse en sus aspectos metabólicos y funcionales del cuerpo, en un centro comunitario que sigue inmerso en el sistema hegemónico patriarcal y capitalista.

La problemática se abordó desde una perspectiva mixta, cualitativa-cuantitativa, capaz de aportar las diversas visiones y concepciones determinadas por la historicidad y las relaciones sociales (Jáidar, 1999) que hacen a las mujeres vulnerables a padecer enfermedades crónico degenerativas.

En primera instancia, se presentan los resultados obtenidos a partir de la guía de observación del proceso de trabajo. Posteriormente, para la parte cuantitativa, se obtuvieron los niveles en sangre de: glucosa, colesterol total, HDL (colesterol bueno), LDL (colesterol malo) y triglicéridos, con el fin de obtener el perfil metabólico; y para complementar, se obtuvo un perfil cardíaco que incluye: la presión arterial, el índice de riesgo cardíaco obtenido mediante la escala de FRAMINGHAM 10, los niveles de oxigenación y la relación cintura-cadera (para evaluar la deposición de grasa visceral).

Al construir el perfil salud-enfermedad de las trabajadoras, se consideró la perspectiva de salud emancipadora impulsada por Chapela (2008; 2015). También se describe el estrés y, cómo pasa de ser una alarma biológica natural, a ser capaz de causar enfermedades crónico degenerativas si se presenta de manera prolongada (Pulido, 2012).

Por último, los resultados se complementaron con el enfoque cualitativo, para el cual se utilizó la historia oral (Camarena *et al*; 1994) y la historia social (Lau, 2006; Hobsbawm, 1976) mediante las historias de vida (De Garay, 2006) de cuatro trabajadoras, con el fin de obtener sus principales percepciones y significados.

El trabajo doméstico y de cuidados se percibe como el trabajo más precario y alienante, no cuenta con derechos laborales ni con retribución de ninguna índole. Las mujeres que lo experimentan deben hacerlo con el riesgo ser violentadas de todas las formas y aun así seguir realizándolo día con día con la única fuerza de su voluntad. El estrés que existe en la jornada doméstica y de cuidados pone al cuerpo en un estado de supervivencia, un desequilibrio impulsado por la dominación donde el verdugo es la persona con la que convives y estableces un lazo afectivo. De tal manera, que las mujeres trabajadoras mueren a manos de sus violentadores o a causa del estrés que le provoca su extenuante jornada interminable. El objetivo fue ver cómo este tramado complejo de la doble jornada no es solamente alguien que vive en alerta constante y nunca descansa, sino alguien que está poniendo su vida en riesgo, de diferentes formas, para alimentar y sostener al capital.

Al complementarse los sentidos y significados de las historias de vida con la observación del proceso de trabajo y los análisis clínicos, se conoce que las mujeres con

doble jornada constituyen el sector laboral más invisibilizado e infravalorado a pesar de encargarse de sostener a las familias y al sistema capitalista. Su jornada laboral no termina ni comienza con la jornada asalariada; ya que, la jornada doméstica y de cuidados inicia desde su infancia y deben continuarla incluso en la vejez. Las cargas extenuantes de ambas jornadas se potencializan modificando negativamente su calidad de vida; de igual manera, todas las corrientes de dominación y el despojo que les arrebató su dignidad, las va despedazando hasta consumir su espiritualidad humana, proceso que afecta su salud, física, mental y emocional. Las mujeres trabajadoras están muriendo por enfermedades crónico degenerativas vinculadas al estrés de su doble jornada, coincidiendo por lo dicho por Ramazzini (1700, como se citó en Araujo-Alvarez & Trujillo-Ferrara, 2002), “dime de qué trabajas y te diré de qué padeces”, las mujeres trabajadoras mueren por su jornada interminable.

Marco Referencial

Capitalismo y Neoliberalismo

El capitalismo es un modo de producción que se instaura después del feudalismo, esta nueva forma de organización social buscará la continua acumulación de capital. Según Streeck (2017) “El capitalismo promete un crecimiento infinito de la riqueza material...mediante el recurso a la ciencia y tecnología...lo cual convierte a la sociedad capitalista en la primera sociedad industrial” (p. 15).

A partir del siglo XVIII, en la Europa Occidental, se generó un cambio a los modos de producción, una transición industrial de la manufactura al maquinismo, pues se implementaron nuevos instrumentos que aceleraron la producción de la mercancía (Palazuelos *et al*; 1990) y acumulación de valores, en otras palabras, se incrementa el capital conforme aumenta el trabajo no remunerado al obrero.

El capitalismo es un modo de producción que no ha sido iniciado con la revolución industrial, pues en ese momento solo dio inicio el capitalismo moderno. Fue en el siglo XVI, en Europa, donde surge un capitalismo comercial impulsado por las nuevas rutas de comercio originadas por los nuevos imperios coloniales respaldadas por el Estado (Iborra, 2023). En ambos puntos de inflexión, el capitalismo se encuentra estrechamente relacionado al comercio, la mercancía y los participantes activos que buscan la acumulación del capital a costa de la masa trabajadora.

Es a través de la institución del Estado como protector y benefactor, que el capitalismo reproducirá mecanismos de dominación hacia los trabajadores quienes, de seres humanos, pasan a ser mercancía del capitalismo; una moneda de intercambio cuyo valor radica en su fuerza de trabajo (Marx, 1975) y el tiempo dedicado a la producción de valores de cambio.

La meta del capitalismo es hacer personas funcionales a su lógica, edificando una nueva subjetividad (Pulido y Cuéllar, 2011), separándolas de sí mismas, y tenerlas completamente enajenadas con el fin de ejecutar un trabajo que les permita subsistir, en una monótona cadena hasta el fin de su vida productiva, y cuando deje de ser útil para el capitalismo, este a su vez lo rechazará y aislará, tal como sucede con los ancianos, discapacitados o enfermos.

El predominio del capitalismo actual se basa en la instauración del modelo económico y político neoliberal. Este modelo surge en los inicios de los años ochenta por la necesidad de expandir los mercados comerciales a nivel global buscando minimizar el papel del Estado, con el objetivo de aperturar las economías nacionales, reducir el gasto público, privatizar empresas estatales y un mayor flujo del capital (Gutiérrez, 2022).

El capitalismo mexicano surgió a partir de la segunda mitad del siglo XIX con la expansión del comercio internacional de materias primas, el auge de las manufactureras y la fuerza de trabajo impulsada por la segunda revolución industrial e ideas de igualdad, libertad y bienestar material (Ramírez, 2012) objetivos que la población anhelaba. Asimismo, el neoliberalismo en México se utilizó más bien como una política que obligó la apertura del mercado, impulsando la globalización, para un mayor flujo de comercio y capital, situación que fue favorable para las empresas transnacionales (Gutiérrez, 2022).

Sin embargo, solo fueron unos pocos los beneficiados del nuevo sistema, evidenciando la peor parte del capitalismo que afecta a los trabajadores y los trata como un instrumento a los intereses económicos. Inclusive, es de ahí que surge el término actual de “Capital Humano”, pues en el neoliberalismo se obliga a ver a las personas, y que ellas se vean así mismas, como dueños de un cuerpo que funciona como “capital”; teniendo así responsabilidad económica, social y moral de gastarlo, usarlo, invertirlo y consumirlo. Inclusive, cambian el fin de educarse por “saber más” a aumentarse el valor en el “mercado”, en un mal llamado “Mercado Laboral” (Escalante, 2016).

En el neoliberalismo los empresarios y las transnacionales, beneficiados por la globalización, excluyen a los comercios nacionales y a las micro y medianas empresas, a favor de aumentar su acumulación de capital, impidiendo un flujo justo de la riqueza y

en consecuencia se incrementó la pobreza en los trabajadores. La riqueza se concentró en pocas manos (Engels, 1989) y se empobreció la masa trabajadora.

El Estado, lejos de estorbar, facilitó la instauración del neoliberalismo (Escalante, 2016), tanto en grandes ciudades como en pequeñas comunidades; modificando permanentemente al trabajo y los modos de producción, a los trabajadores y a las comunidades económicamente activas.

Se impuso un nuevo mercado, controlado por los empresarios; al igual que la intervención de un nuevo estado, dedicado a crear espacios de intercambio comercial a favor de los neoliberales. Tal es así, que el reciente “estado neoliberal” se encarga de eliminar los obstáculos que impidieran la acumulación y generación de riqueza a la clase alta y los empresarios, además de permitir el flujo de determinados bienes; ya sean estos de origen religioso, político, ambiental, o cultural (Escalante, 2016).

Fue en las grandes ciudades donde el capitalismo se vio mejor reflejado en su población y se generó un impacto económico, cultural y social. En la comunidad mexicana, la Ciudad de México representó un foco del capitalismo y neoliberalismo, que se caracterizó por una distribución del trabajo entre sectores poblacionales (Ramírez, 2012), altas concentraciones de mano de obra por el dominio de empresas trasnacionales, desigualdad económica y discriminación.

La Ciudad de México, en su composición y comunicación geográfica, ha permitido un intercambio multivariado en los ámbitos sociales y culturales, además es un pilar económico y político. Se encuentra conformada por dieciséis alcaldías: Álvaro Obregón, Azcapotzalco, Benito Juárez, Coyoacán, Cuajimalpa de Morelos, Cuauhtémoc, Gustavo

A. Madero, Iztacalco, Iztapalapa, La Magdalena Contreras, Miguel Hidalgo, Milpa Alta, Tláhuac, Tlalpan, Venustiano Carranza y Xochimilco (INEGI, 2021).

En la alcaldía Tlalpan se encuentra una comunidad rural llamada San Miguel Topilejo, caracterizada por ser uno de los pulmones de la ciudad al mantener el sistema climático del Valle de México y encargarse de la acumulación de agua (Rodríguez *et al*; 2022) que abastece a las demás alcaldías, a costa de que la propia comunidad sufra el desabasto del líquido vital.

San Miguel Topilejo¹ es una de las localidades más pobladas de la alcaldía con un total aproximado de 41 087 habitantes (INEGI, 2021)², y solo cerca de siete mil viviendas cuentan con red de acceso a agua potable; por lo cual, la población recurre al sistema de pipas para satisfacer sus necesidades más básicas (Rodríguez *et al*; 2022); esto pone a la comunidad en una situación muy vulnerable y precaria, y sin el sustento económico no es de extrañar que sea un foco para la pobreza, violencia y de crimen organizado.³

Al ser una población rural, la distribución económica representa muchas situaciones de desigualdad, tanto entre trabajadores como entre hombres y mujeres. En San Miguel Topilejo las mujeres representan más del 52 por ciento de la población (INEGI, 2021).

¹ Rodarte, 2008: San Miguel Topilejo se localiza al sur de Tlalpan, Topilejo deriva del náhuatl Topilan que significa “Lugar de las varas de justicia”; es un poblado rural con una gran extensión, al ser uno de los pulmones de la ciudad, tiene un gran valor ambiental y ecológico. Su cobertura de servicios en agua potable es de un 80%, donde el servicio se da por pipas. El drenaje funciona mediante fosas sépticas. Los servicios de alumbrado público y energía eléctrica cubren el 40% y 80%, respectivamente.

² Asociación Parlamentaria de Mujeres Demócratas (2022): El origen de San Miguel Topilejo se remonta desde antes de la llegada de los españoles al territorio; por lo cual, es reconocido como uno de los pueblos originarios de la Ciudad de México, la comunidad está amparada por la “Ley de Derechos de los Pueblos y Barrios Originarios y Comunidades Indígenas Residentes en la Ciudad de México”. Se respeta su derecho a tener una autoridad representativa tradicional compuesta por: Subdelegado (a), Presidente (a) del Comisariado Ejidal y la Junta Cívica que regirá el proceso de Elección de la Autoridad Representativa.

³ CNDH Comunicado DGDDH/198/2023: El 2 de agosto de 2023, la Comisión Nacional de Derechos Humanos, denunció la desaparición forzada de tres personas (derivando al fallecimiento de dos de ellas) de la comunidad de San Miguel Topilejo por parte de elementos de la FGJCDMX, GN y SSC-CDMX.

Cooperativismo

Existen varias formas de producción como la artesanía, la cooperación simple, la manufactura, el maquinismo, la automatización, etc. A medida que se va alejando de la artesanía, se acerca más a los intereses del capitalismo, donde la ganancia es la etapa fundamental y los trabajadores son tratados para seguir laborando (Han 2012).

Las funciones y principios de la cooperación simple son contrarios a los de la burguesía, ya que los trabajadores pueden tomar el control mediante la recuperación de una empresa actual o anterior (Martí *et al*; 2014) para una nueva producción.

Las cooperativas surgen como una alternativa al modo de producción capitalista que, a pesar de que sus objetivos sean producir mercancía y generar capital, suele ser un modelo amable y democrático para los trabajadores que la componen. La cooperativa según Miranda (2011) es “un tipo de propiedad sobre los medios de producción...una manera de producir... u obtener bienes” (p. 74). Estragó (2021) la define más como “una organización...cuyos trabajadores detentan la propiedad del capital, la cual controlan democráticamente, y se reparten de forma equitativa los beneficios generados” (p. 86).

Páez & Torres (2023) describen los principios de la cooperativa como “ayuda mutua, responsabilidad, democracia, igualdad, solidaridad, y en particular el de equidad” (p. 88). Está compuesta por una asamblea, que toma las decisiones respecto a la organización y expresa la voluntad de los socios-trabajadores-propietarios; y una parte de gestión, que se encarga del proceso de trabajo, compuesto por el organigrama productivo y se encarga del buen funcionamiento económico (Estragó, 2021).

Esteban *et al.* (2018) indica que las mujeres valoran más el apoyo mutuo y trabajar en equipo, como sucede en la cooperativa. Al buscar dichas características de este modo de producción, las trabajadoras pueden movilizarse para la creación de nuevos espacios y formas de vida no explotadoras como respuesta a la innovación social para alcanzar un desarrollo sostenible (Lóbo e Pinheiro *et al.*; 2021).

Sin embargo, al seguir inmersas dentro del capitalismo, las cooperativas tienen exigencias como una larga jornada laboral (altamente estresante si se combina con la jornada doméstica), horarios poco flexibles y carga elevada de trabajo (Montoya, 2004). De igual manera, carecen de apoyo para conseguir contratos de trabajo justos a manos de grandes empresas (vertiente neoliberal) y padecen de ser vistas como una amenaza (Sharim, 1999) por la transformación de su papel como “perfecta casada” (Durán, 1986) que la zona rural impone a las mujeres, y que surge con el cambio de perspectiva que les brinda la cooperativa.

En la comunidad rural de San Miguel Topilejo, se llevó a cabo una organización por parte de las mujeres de la comunidad que buscaban incorporarse a un trabajo asalariado mediante una convocatoria única que impulso el desarrollo de las cooperativas en la Ciudad de México por parte de autoridades gubernamentales, situación típica que da origen a las cooperativas (Montoya, 2004), con lo que se consolidó la Cooperativa Sertext en el Centro de Servicios Comunitarios "Mujeres en Lucha" de San Miguel Topilejo que promueve el desarrollo comunal y la autonomía de las mujeres que decidan pertenecer y realizar las actividades productoras.

Dicha cooperativa se fundamenta en el principio cooperativista de la preocupación por la comunidad (Páez y Torres, 2023), promoviendo actividades destinadas al área de la

salud como servicio psicológico, médico y odontológico; actividades enfocadas a la recuperación social como culturales, deportivas y próximamente educativas con una biblioteca comunal, garantizando una distribución más equitativa de los beneficios y la riqueza (Díaz *et al*; 2018) en la comunidad. Al existir control en los modos de producción autogestionados (Miranda, 2011), pueden buscar cambiar su esfera social (Engels, 1994), principalmente en zonas rurales que lo necesitan.

A pesar de las diversas dificultades productoras, han conseguido que las trabajadoras reciban un salario que rebase el mínimo vigente, ayudándolas a contribuir al ingreso familiar a la vez que se genera un sentimiento de solidaridad y compromiso con las otras integrantes, hecho que ocurre comúnmente en las cooperativas organizadas por mujeres, donde el objetivo principal no es la acumulación de capital por parte de las fundadoras sino el mejoramiento económico y social de sus asociadas (Montoya, 2004).

Esta cooperativa, con todos sus logros, ha conseguido oponerse al sistema patriarcal, económico y cultural presente en la comunidad; sin embargo, no ha dejado de ser un modo de producción con riesgos y exigencias.

Doble Jornada

Durán (1986) sostiene que las mujeres padecen de realizar una jornada interminable; es decir, realizan trabajo productivo, reconocido por el capital, y una vez finalizado, continúan en sus hogares con una jornada doméstica y de cuidados, dedicada a parir, cuidar, alimentar, limpiar, proteger y mantener a la futura fuerza de trabajo.

En México, en la visión prehispánica, tanto en la cultura maya como en la mexicana, existían deidades erguidas dedicadas a respetar e idolatrar la fertilidad, la concepción, el embarazo y el parto. El parto, por ejemplo, era considerado una batalla contra la muerte con el fin de dar origen a una nueva vida; por lo tanto, las mujeres eran consideradas guerreras. Desde este enfoque se reconocía la importancia de las mujeres en el cuidado y procreación de la vida (Medicina Prehispánica, 2024). Este reconocimiento fue perdido en la conquista por el sometimiento español; y, posteriormente, al interés del sistema capitalista bajo la lógica de explotación donde la fuerza de trabajo se convierte en una mercancía más para ofrecerse en el mercado.

Este proceso de intercambio no hace más enajenar a las personas trabajadoras; percibiéndose así mismas como objetos o simples máquinas que satisfacen los deseos de explotación y de ganancia; lo que culmina en una subordinación del cuerpo biológico al cuerpo productivo (Cuéllar, 1996).

Al verse reducidas las capacidades biológicas en valor monetario, el embarazo y la reproducción pasaron a ser trabajos “muertos” con interés relativo. Consecuentemente, la jornada doméstica pasó a considerarse un evento natural y necesario, que será realizado sin obtener algún reconocimiento del sistema dominante. La mujer es despojada (Roux, 2019) de la espiritualidad que poseía por herencia prehispánica y ahora su trabajo doméstico y de cuidados es considerado como un deber no pagado. Esta desvalorización de la fuerza de trabajo toma forma con la pérdida de la autonomía sobre sus propios cuerpos.

El biopoder es un factor fundamental del capitalismo cuyo objetivo será invadir enteramente la vida de las trabajadoras y controlar a la población (Osorio, 2006) como

una manera que encontró el capital para adueñarse de la vida y del cuerpo-especie humana. Esto influye de manera directa en procesos biológicos como aquellos vinculados a la sexualidad y a las tasas de natalidad (embarazos y nacimientos). De manera que, procesos de los cuales anteriormente las mujeres eran protagonistas, estarán condicionados por el sistema económico y político vigente, despojándolas simbólicamente de su capacidad decisiva sobre como ejercen su jornada doméstica y de cuidados, ahora estrechamente ligada a la jornada productiva.

Por ejemplo, las mujeres dedican, en promedio, 37.9 horas semanales a labores de cuidado, en comparación, los hombres dedican 25.6 horas; es decir, las mujeres dedican 12 horas más que los varones a las labores domésticas y de cuidado. Además, de las mujeres que ejercen jornada doméstica y de cuidados, afirmaron que por esta razón sienten más cansancio (39.1%), disminuye su tiempo de sueño (31.7%), se sienten más irritables (16.3%), depresivas (16.3%) y que vieron afectada su salud física (12.7%) (ENASIC, 2023).

Por tanto, las mujeres se encuentran condicionadas por el control estructural de su espacio-tiempo con el fin de extraer de sus cuerpos toda su fuerza de trabajo posible (Furtado & Camilo, 2016) para la producción y reproducción social, como una mercancía que alimenta el capital, perdiéndose a sí mismas en el proceso.

Las mujeres engendran, gestan, cuidan, limpian, sirven y alimentan a la futura fuerza de trabajo; se convierten en agricultoras de la mano de obra. De acuerdo con Marx, el trabajo productivo es aquel que genera plusvalor; todo aquello que no lo origina, se considera un intercambio de valores de uso (Marx, 1968) desde este lugar, podríamos suponer que la jornada doméstica y de cuidados no genera un producto tangible del cual

el capital pueda disponer inmediatamente para vender al mercado; por lo tanto, no es visibilizado ni reconocido. Sin embargo, la jornada doméstica y de cuidados, gesta, pare, cuida y sostiene la principal mercancía que el capital requiere para extraer plusvalor: la fuerza de trabajo.

Los trabajadores producen mercancías, pero las trabajadoras producen trabajadores. Los trabajadores ofrecen servicios y rentan sus capacidades físicas, eso es innegable; sin embargo, las mujeres trabajadoras realizan servicios en las jornadas domésticas y de cuidados, y solo se les ve como valores de uso.

Valdría la pena recuperar la espiritualidad perdida, originaria de los pueblos prehispánicos que tenían una mejor conceptualización de la importancia de la jornada doméstica sin tener conocimientos de ella, que seguir con la visión capitalista que enajena la vida y el origen de la misma, y que despoja a las mujeres trabajadoras por el patriarcado.

La participación laboral de las mujeres mexicanas se vio intensificada en el neoliberalismo por políticas públicas, educativas y sociales diseñadas para la “emancipación económica de las mujeres”, como se constató en la primera reunión mundial sobre las mujeres de Naciones Unidas realizada en la Ciudad de México en 1975. Sin embargo, este auge de participación económica implicaba una mayor explotación para las mujeres quienes, a pesar de encontrarse en similitud de circunstancias (acorde a las políticas) que los varones, encontraban una mayor opresión suscitada sistemáticamente por la participación en actividades laborales no remuneradas como el trabajo doméstico y de cuidados. Esta integración de las mujeres a la estructura

productiva no fue paralelamente proporcional a una mayor conciencia respecto a su estatus laboral (Alonso, 2003).

En el capitalismo, existe una diferencia de responsabilidad jerárquica de los hombres sobre las mujeres, ya que en ellas cae el deber de sostener a la fuerza de trabajo; deber instaurado por el patriarcado. Por ello, el capitalismo, en su etapa neoliberal, no solo se convierte en un sistema de dominación político-económica; sino, en un capitalismo patriarcal que domina también sobre aspectos culturales y sociales.

El trabajo productivo le produce ganancia y el trabajo doméstico lo sostiene, pero si lo visualizara como tal, representaría un gasto, por eso suscita la necesidad de invisibilizarlo. Así, el capitalismo depende de las relaciones de poder que proceden del patriarcado para invisibilizar al trabajo doméstico y de cuidados, realizado mayormente por mujeres, colocándolas en un estado vulnerable a las corrientes de violencia y dominación.

Sin embargo, y a pesar de verse más explotadas por la doble jornada, para algunas mujeres es impensable el hecho de volver a dedicarse exclusivamente a la jornada doméstica y de cuidados, ya sea, porque son el único sostén económico o contribuyen al salario familiar, por la independencia financiera o porque necesitan desarrollar sus capacidades; pero, para poder cambiar sus condiciones materiales e inmateriales de vida, y obtener el reconocimiento que se merecen, primero deben de ser visibles para el sistema que las oprime, y para ser visualizadas deben participar activamente en los mercados económicos, objetivo que se consigue únicamente mediante el trabajo asalariado.

Conclusiones

El capitalismo es el modo de producción vigente que, bajo promesas de riqueza y bienestar, enajena y despersonaliza a los trabajadores, sumidos en una explotación enfocada en la producción de mercancías y fuerza de trabajo.

El predominio del capitalismo se potencializa por el modelo económico y político conocido como neoliberalismo. En la fase neoliberal del capitalismo, la masa trabajadora se vio más empobrecida, la riqueza se concentró en pocas manos y la política cobijo a los empresarios y dueños de los medios de producción, quienes dieron rienda suelta la explotación de los seres humanos y del ambiente donde se recrean.

Ante tal dominación ejercida por el sistema pueden surgir, y subsistir, centros de trabajo que buscan perpetuar la colectividad humana, la cooperativa. Sin embargo, en dichos centros de trabajo también se encontrarán riesgos y exigencias derivadas de la producción pues, aunque las cooperativas sean de naturaleza solidaria, siguen inmersas en el sistema capitalista que condiciona su forma de producir.

Siendo así que, un trabajo por tan amable y participativo que sea con las trabajadoras como la cooperativa, sigue produciendo en condiciones inadecuadas, colocándolas en un estrés constante dentro (Arenal, 1986) y fuera de la cooperativa al convertirse en un instrumento de reforma social (Páez & Torres, 2023) que se opone a la dominación de los diversos ámbitos liderados por el patriarcado.

Marco Teórico

Trabajo

El trabajo, como lo define Kosik (1976) “no es actividad laboral u ocupación que el hombre desarrolla...” sino “un proceso que invade todo el ser del hombre y constituye su carácter específico” (p. 177).

Una actividad fundamental para el desarrollo humano. Tal como lo ha dicho Engels (1994) “El trabajo ha creado al propio hombre”, pues requerir satisfacer nuestras necesidades, es lo que ha llevado a nuestra especie a desarrollar los primeros trabajos manuales, y posteriormente los intelectuales, para propiciar nuestra evolución.

La necesidad de trepar y defendernos ha sido lo que ocasionó la evolución de la mano, una vez perfeccionada se diferenció de nuestros hermanos primates y se convirtió en nuestra primera herramienta de trabajo. Con la creación de herramientas se incorpora la carne a la alimentación humana, lo que provocó cambios a nivel cerebral; los sentidos se agudizaron; se desarrollan de los primeros trabajos (caza, ganadería, agricultura y comercio) y ocurre la evolución de la comunicación, con ella el hombre deja de ser mono (Engels, 1994) y se construye a sí mismo en base al trabajo.

A lo largo del tiempo, el ser humano organiza el trabajo, y la forma de realizarlo, en diversas formas o modos de producción como: la comunidad primitiva, el esclavismo, el feudalismo y el capitalismo (que rige actualmente). En este último, existirá un intercambio entre la fuerza de trabajo y el salario, bajo una lógica de explotación, en una extracción de plusvalor.

El capitalismo, en cuanto ámbito laboral se refiere, está basado en la enajenación, tanto de los productos de producción como de la participación de los obreros. Kosik (1976) describe esta enajenación como el rompimiento del vínculo trabajador con su creación, “El capitalismo rompe este lazo directo, separa el trabajo de la creación, el producto del productor, y transforma el trabajo en una actividad fatigosa, extenuante y no creadora...Al perder su dominio sobre el mundo material creado, el hombre pierde también la realidad” (p. 110).

El trabajador queda rebajado a mercancía y su miseria se vuelve inversamente proporcional a la potencia y magnitud de su producción (Marx, 1932). Además, el uso del trabajo es de forma directa sin tomar en cuenta las posibles consecuencias remotas (Engels, 1994) que podrían impactar en la vida de los trabajadores. Las personas dejan de ser personas, no existen como individuos para el capital sino como vehículos de fuerza de trabajo; el capitalismo dispone de su cuerpo y de su mente, procurando que el trabajador priorice asuntos relacionados a la producción (Pulido y Cuéllar, 2011).

En la producción capitalista se evidencia un dominio, cuya finalidad económica radica en un acaparamiento de la propiedad y acumulación de riqueza, en la desposesión del trabajador, y en la división de la población en clases. Por un lado, al proletariado, representado por las clases dominadas, trabajadoras y oprimidas; y por el otro, a la burguesía, representada por las clases dominantes y propulsoras de la producción, que buscan la ganancia y no el bien de los trabajadores (Engels, 1994).

El Patriarcado

Campos (2007) define al patriarcado como “un sistema sociocultural en el cual se considera que los hombres deben tener el poder y mandar sobre las mujeres, tanto en la familia, el trabajo como en la sociedad en general” (p. 36). A pesar que el patriarcado es el orden sociocultural que se ha seguido vigente desde hace miles de años, no fue ni el único ni el primero ya que, anteriormente existía un sistema matriarcal.

El matriarcado existió en las primeras formas de civilización. Las mujeres y los hombres trabajaban, y se consideraban igual importantes pues todos cooperaban para subsistir (Campos, 2007). Los recursos eran administrados por las mujeres y ellas procuraban la comunidad y velaban por el bienestar de toda la tribu. Los hijos e hijas eran de todas y todos, eran cuidados en igualdad de condiciones; y si alguien no cumplía con sus actividades o no quería cooperar con la tribu, era expulsado de la comunidad por no guiarse por los objetivos del bien común (Engels, 1989).

Durante el matriarcado, las mujeres poseían un trato, respeto y admiración que las dignificaba, eran tan elementales como la agricultura para la supervivencia; así como la “madre tierra” produce frutos y alimentos, las mujeres crean y mantienen la vida. No existían ideas de superioridad ni de dominación (Campos, 2007).

Sin embargo, surgió la gran derrota femenina; es decir, la instauración de la propiedad privada de los medios de producción y el esclavismo (Engels, 1989). Con la acumulación de bienes y de capital, se invirtieron los papeles, ahora los hombres eran los encargados de dirigir la sociedad; sin embargo, a diferencia de las mujeres, y siendo conscientes de su ventaja física, en ellos empezó a surgir el sentimiento de superioridad

y de dominación sobre los más débiles (en combate) como los ancianos, las mujeres y las infancias.

Los hombres empezaron a acumular riqueza y, con el fin de heredar los bienes que consiguieron se recurrió a imponer la relación filial, de los padres (varones) a sus hijos e hijas, añadiéndolos como parte de sus bienes. La forma cultural y social fue modificada, y el hombre se convirtió en el centro de las relaciones sociales y comerciales. Las mujeres perdieron el respeto que anteriormente poseían (Campos, 2007), fueron invisibles para el nuevo sistema; desde la instauración de la familia monogámica (Engels, 1989) se convirtieron en moneda de cambio, en un bien material, en propiedad del padre y, después, propiedad del marido; lo que terminó en la dominación de los hombres sobre las mujeres, el establecimiento del patriarcado.

El sistema patriarcal ofrece la idea de que los hombres son superiores y más valiosos que las mujeres, si ésta no se impone o existe resistencia alguna en dicha imposición, surge uno de los mecanismos que potencializa, a su vez, la dominación: la violencia (Ramírez, 2002); que, en combinación con aspectos de la masculinidad hegemónica como el machismo y la misoginia, daña a las mujeres e indirectamente a los hombres.

Al hablar del patriarcado no se atacan a las masculinidades; más bien, se hace una crítica al conjunto de creencias, actitudes y costumbres que conforman el machismo; mismas que aseguran la superioridad del hombre a costa de la culpabilidad, el control y la descalificación de las mujeres (Campos, 2007). La misoginia es la manera en que piensan y actúan las personas machistas, quienes sumidos en una supuesta perfección y superioridad varonil (Ramírez, 2002) consideran que las mujeres son inferiores en capacidades y en derechos (Campos, 2007).

Para las personas misóginas, fenómenos como la resistencia son inadmisibles, pues necesitan del poder y del control, de la dominación sociocultural, para comprobar sus ideas de superioridad y mantener la supremacía del hombre sobre la mujer (Ramírez, 2002), recurriendo al maltrato y la violencia⁴ para seguir sometiendo tanto a las mujeres, como a los miembros más débiles de la familia.

En el patriarcado se suprimen los movimientos de resistencia femenina con el objetivo de seguir viviendo a expensas de las mujeres y del trabajo que ellas realizan⁵, sea doméstico o asalariado, tal como lo hicieron sus antecesores. Para formar parte de la jerarquía patriarcal y poder obtener los beneficios de las mujeres Ramírez (2002) aclara que “los hombres necesitan obtener dos características principales: ser un verdadero hombre, y se diferente a las mujeres” (p. 30). Así, hombres y mujeres continuarían inmersos de manera consciente en los estereotipos tradicionales (heredados del pasado) que imponen a el hombre el papel dominante, mismo que afectará tanto a los varones (obligándolos a cumplir el rol masculino impuesto) como a las mujeres (Gutmann, 2000).

Los movimientos de resistencia femenina no consisten en una lucha por la dominación ni busca el sometimiento de los hombres⁶, como exponen las creencias del machismo; sino que busca recuperar la esencia colectiva que quitó la propiedad privada (Engels, 1989) y que fue entorpecida por el capitalismo. Lograr la unión de hombres y

⁴ Eventos sujetos a la violencia también se asocian con el género. Gutmann (2000) plantea la situación: Si un hombre va caminando solo en la calle y escucha pasos de que alguien se le acerca por detrás, las posibilidades en que pensara serán en ser asaltado; sin embargo, si es una mujer quien se encuentra en la misma situación, temerá además de un asalto, una violación. A no ser que se encuentren en espacios específicos como la cárcel, los hombres pocas veces se preocupan de una violación sexual.

⁵ Gutmann (2000): Los hombres de la sociedad mexicana siguen beneficiándose, en formas comunes y corrientes, de ciertos aspectos de la subordinación de las mujeres; como el hecho de que sean los hombres lo que coman primero antes que nadie.

⁶ Gutmann (2000): Se rechaza la noción de una masculinidad unitaria, concebida como algo universal, contra la cual hay que enfrentarse. Sino ser conscientes que, así como las mujeres, el machismo afecta a las ideas impuestas para las masculinidades.

mujeres en igualdad de condiciones, superar los obstáculos impuestos por la sociedad sumergida en una cultura machista y misógina. La iniciativa feminista debe de ser considerada como un proceso mediante el cual los hombres y las mujeres se transforman (simbólicamente), cambian sus roles y modifican sus entornos de género en nuevas, consecuentes y favorables (Gutmann, 2000).

Construcción Simbólica del Ser Humano

En el capitalismo, los trabajadores se mueven en condiciones diseñadas para familiarizarse con objetos como el dinero o las mercancías; sin embargo, el sistema capitalista no proporciona una comprensión de dichos objetos ni de los conceptos que los envuelven. Los trabajadores saben cómo ganar dinero, saben gastarlo para adquirir mercancías, pero desconocen tanto el lenguaje económico como el objetivo de los modos de producción, quedando a merced de las condiciones que imponen los dueños de los medios de producción. Serán los empresarios quienes se encuentren a sus anchas, como pez en el agua, pues ellos son quienes determinan las condiciones sociales en que se encuentran; determinaciones basadas en la división social de trabajo y en la división social de clases (Kosik, 1976).

La clase social de los trabajadores, el proletariado, condiciona sus circunstancias en la búsqueda de poseer los medios para sobrevivir y de encontrar sentido a su existencia. Entre cargas excesivas de trabajo y la influencia del patriarcado, su ideología se vincula con la idea de que con esfuerzo, tenacidad y trabajo se logra una mejor posición social y, por tanto, un mejor nivel de vida (Pulido y Cuéllar, 2011). Esta ideología, en palabras

de Thompson (2002) “se vincula con una serie de suposiciones relativas a la determinación social de la conciencia, de la división de trabajo y el estudio científico del mundo sociohistórico” (p. 55).

Por tanto, es erróneo suponer que las formas de pensar de las personas trabajadoras se presentan independientemente del medio en que se desenvuelve cada persona; porque elaboran sus significados a partir de su contexto histórico y dan sentido a los hechos en función de su subjetividad, basada en las experiencias adquiridas en distintos lugares (Pulido y Cuéllar, 2011). La manera en que ejercemos y desarrollamos nuestras capacidades depende de las maneras en que hemos vivido, reflexionado, decidido y qué tanto nos han impuesto (Chapela, 2015).

El ser humano, como sujeto histórico, crea en el proceso de producción y reproducción social la base para formar la realidad social como totalidad de las relaciones, instituciones e ideas, y en esta creación se crea a sí mismo, lleno de sentidos en el proceso infinito de humanización (Kosik, 1976). Se empeña en dar significado a todo lo que le acontece e interpretar todo lo que le rodea; percibe, nombra, ordena, clasifica, construye, emite y sostiene sus versiones de “la verdad” (Martínez, 2015).

Serán los entornos físicos, materiales, culturales, sociales y económicos los que intervienen moldeando la forma de pensar y concebir, entretejiendo cada actividad humana hasta modificar la conciencia colectiva. Tal como hace referencia Martínez (2015), nos encontraremos en espacios previamente constituidos y organizados por símbolos y significados derivados de las acciones e interpretaciones de quienes nos precedieron, en denominados “esquemas de referencia”. Es así que todas las

instituciones como la familia o la fábrica juegan un papel importante en el condicionamiento físico y mental para ser funcionales al sistema (Pulido y Cuéllar, 2011).

El cuerpo y la mente son entidades que conforman al ser humano como una unidad articulada. Todas las emociones profundamente sentidas y todo pensamiento, encuentra la forma de expresarse en nuestro organismo (Pulido y Cuéllar, 2011).

Por lo tanto, los aspectos subjetivos no se pueden separar del ser humano, porque el ser está constituido además de hechos, de emociones, de pensamientos, y de la información obtenida respecto a lo que siente mientras tal hecho acontece (Jáidar, 1999).

Desde Platón se ha acusado a la parte emocional de perturbar el orden (Cassirer, 1968); por lo cual, erróneamente se separaron las emociones de los individuos y surgió la dualidad mente y cuerpo; no obstante, lo que sucede en la mente repercute en el cuerpo, y como tal, no se puede considerar un cuerpo sin mente y sin emociones. Los cuerpos son prisioneros de una subjetividad construida por imposiciones, convirtiéndose en sitios donde inscribe el poder; el cuerpo y la subjetividad son dimensiones indispensables de las personas (Chapela, 2008).

La subjetividad se refiere a estos aspectos inmedibles que conforman a los individuos. Dichos aspectos han sido omitidos a favor del conocimiento hegemónico positivista de las ciencias exactas, de “verdaderas respuestas” y resultados tangibles (Jáidar, 1999).

Sin embargo, la percepción humana está impregnada de cualidades emotivas, lo que se ve y se siente: alegría o pena, angustia o excitación, exaltación o postración, amor u odio; a pesar de que el pensamiento científico se encargue de borrar todo vestigio de esta visión en la investigación (Cassirer, 1968) como si fueran ajenas al individuo.

El mundo objetivo ha empobrecido el conocimiento humano al despreciar la subjetividad creada históricamente, junto con la riqueza y diversidad que está aporta, reduciendo la praxis humana a una apropiación de la realidad (Kosik, 1976).

Es erróneo suponer y hablar del hombre como si fuera una proposición geométrica puesto que su naturaleza está caracterizada por la riqueza, la variedad y la versatilidad (Cassirer, 1968). Tal como lo expresa Boltanski (1975) “son modificados por el orden cultural que los traduce y los transforma en reglas, obligaciones, prohibiciones, repulsiones o deseos, gustos y aversiones” (p. 8).

Son las actividades humanas lo que define y determina el círculo de humanidad compuesto por: el lenguaje, el mito, la religión, el arte, la ciencia y la historia. Todo estímulo que actúa en la persona deja en ella una huella, y sus futuras acciones dependerán del rastro que dejen las mismas, mismo que quedará plasmado en su memoria y en su herencia (Cassirer, 1968).

La psique humana se hace objetiva a partir del lenguaje, este se convierte en el principio del conocimiento humano. Según Cassirer (1968) “El lenguaje es el primer intento del hombre para articular el mundo de sus percepciones sensibles” (p. 179). En el lenguaje, debe de existir una conexión entre el símbolo y el objeto con el fin de cumplir su misión (Cassirer, 1968).

Cada lenguaje posee una estructura propia, apoyado por corrientes históricas, y cada persona lo usará de distinta forma según el tiempo y el espacio que le rodea. Cassirer (1968) decía que “El habla humana no sólo tiene que cumplir una tarea lógica universal sino también una tarea social, que depende de las condiciones sociales específicas de

la comunidad lingüística” (p. 111). Así, las palabras se convierten en factores necesarias para la creación de cualquier actividad humana.

Las palabras, su acento, el ritmo, la modulación de su voz, las expresiones de su rostro y los ademanes de su cuerpo encarnan su carácter humano en una representación e interpretación (Cassirer, 1968).

Además, la subjetividad suele intervenir en mayor medida en la investigación femenina que en la masculina. Las mujeres suelen hablar de cuestiones más íntimas y relacionadas con cuestiones personales; mientras que en el hombre suele enfocarse en sus relaciones de poder (Lau, 2006).

Se requiere llegar a conocer su identidad, sus formas de percibir, simbolizar y significar; conocer lo que le estresa y lo que le afecta; conocer como siente y como interioriza los hechos de su vida (Pulido y Cuéllar, 2011); conocer la experiencia externa brindada por el espacio y la experiencia interna dada por el tiempo que ha vivido, con la verdad que no puede ser obtenida más que con la interrogación y la réplica recíproca (Cassirer, 1968).

El trabajo en esencia es el proceso mediante el cual el hombre se desarrollaba y se creaba a sí mismo. Con el capitalismo se transformó en una actividad que enajena al ser humano, quien se vio obligado a vender su fuerza de trabajo para adquirir los recursos para sobrevivir. Además del capitalismo, el trabajo quedará sujeto al patriarcado, donde las mujeres quedan vulnerables a merced de un sistema político, económico, social y cultural donde se les considera inferiores a costa de una falsa superioridad masculina que es potencializada por el capitalismo.

Las trabajadoras verán condicionadas sus circunstancias para sobrevivir en el capitalismo patriarcal condicionando su existencia; construyendo su subjetividad compuesta de significados que fueron impuestos por su contexto histórico-social y por los roles de género como una corriente extra de dominación.

Dominación y Resistencia

La dominación es un fenómeno social tan antiguo como la capacidad cognitiva misma. Está diseñada para la separación fundamental en dos grupos, el grupo dominante y el grupo dominado.

El cuerpo se concibe como el sitio objetivo del poder hegemónico, donde se marcan, escriben y expresan condiciones de poder a lo largo de la vida (Chapela, 2008). El ser humano vive en un ambiente físico que lo influye e imprime su sello de dominación sobre sus formas de vida (Cassirer, 1968).

Las personas que ocupan posiciones dominantes en la jerarquía social serán aquellas que poseen recursos (físicos, naturales y sociales) o capital económico, y que además cuentan con acceso privilegiado a los mismos (Thompson, 2002). Por el contrario, las personas subordinadas serán los más vulnerables pues se encuentran dominadas por diferentes modelos de participación social y de producción capitalista que los sujetan a condiciones estresantes (Pulido y Cuéllar, 2011).

La dominación es realizada mediante un control por parte del modelo económico reproductor (sistema económico) sobre la clase subordinada representada en la clase trabajadora, con el fin de que sea obediente y disciplinada (Han, 2012), que las

habilidades más importantes que posean sean aquellas relacionadas a la producción o la fuerza. Surge la división del trabajo y de las clases sociales cuyo nombre y lugar están dados en función del trabajo del cual el sujeto está destinado (Giroux, 1983).

La producción y divulgación de la ideología dominante se tendrá que realizar en toda la sociedad porque el sistema debe asegurar la participación de todos los individuos al orden social (atándolos a él) donde los beneficiados solo serán aquellos pertenecientes a las clases dominantes (Thompson, 2002).

En el modelo cultural reproductor (sistema cultural), la dominación surge mediante la herencia hegemónica de ideas, roles e identidades con una jerarquía marcada en las familias, la escuela, la religión, clase social, entre otros; que son apoyados por las ideas de conocimiento donde las nociones de lucha y diversidad son contrarias a la dominación y consideradas una amenaza (Giroux, 1983).

La dominación por el modelo de reproducción hegemónico estatal (sistema político) inicia mediante imposiciones de verdad cuestionables y el uso de la fuerza del Estado como un aparato de represión física e ideológica (Giroux, 1983), de tal manera que la naturaleza y evolución histórica de las personas, se hallará escrita en la naturaleza del Estado; no obstante, aunque el Estado sea importante, no puede absorber las demás actividades del ser humano (Cassirer, 1968).

Las normas sociales que rigen a los individuos se convierten en una forma de dominación conductual con orígenes generales como los de índole sexual, indumentario o alimenticio, y que les permite adoptar comportamientos aceptables a la cultura de su grupo y clase social, ya sea en situaciones nuevas o conocidas (Boltanski, 1975).

Es así, que las divisiones sociales funcionan tal y como su nombre lo dice, dividir a la población y a las clases subordinadas en géneros, etnias, razas, capacidades, etc. para poder construir barreras que en palabras de Thompson (2002) “obstruyen el desarrollo de movimientos que pudieran amenazar el *statu quo*” (p. 135) impuesto por las clases dominantes; colocando a las clases trabajadoras o populares las unas contra las otras, mientras que las clases altas y dominantes seguirán disfrutando del poder que se les ha otorgado por el orden social sin que esté se vea amenazado por algún movimiento opositor que pueda resistir a la dominación ejercida.

En el devenir histórico compuesto de las situaciones cotidianas y las representaciones que construyen los trabajadores, pueden surgir ideas contradictorias de someterse a la dominación o de resistir, siendo así que al hablar de dominación debe hablarse de resistencia (Pulido y Cuéllar, 2011).

La resistencia es la fuerza del ser humano que reacciona y se resiste a la dominación instaurada desde una lógica capitalista mediante una crítica a los modelos de dominación. Su interés subyace en la libertad (Giroux, 1983), criticando instituciones opositoras a la misma, como las escuelas, el trabajo, la familia, la religión, la sociedad e inclusive la construcción del género.

En la resistencia a lo dominante se reflejan las contradicciones entre la realidad y el deber ser; entre lo que se es y lo que la sociedad obliga a ser; cuando se establecen normas y los dominados se ven obligados a seguirlas, no se puede evitar juzgarlas como injustas, y el dominio que tienen sobre el cuerpo será considerado como arbitrario y absurdo (Pulido y Cuéllar, 2011).

Thompson (2002) señala que “el rechazo de un conjunto de valores y normas puede... facilitar la participación de los individuos en las actividades sociales que sirven” (p. 134).

Con la resistencia se busca dejar de ser espectador de las ventajas o ganancias que posee el ente o la clase dominante y que el mismo dominado ha sido obligado a producir sin gozar de las mismas.

Por lo tanto, el ejercicio de la resistencia representa una amenaza al sistema de dominación, pues es capaz de darle voz a las clases dominadas y subordinadas que por años han sido el eslabón de la explotación; una resistencia organizada es capaz de empoderarlos y brindarles autonomía necesaria para cambiar los paradigmas que le han sido impuestos por varias generaciones. No obstante, muchas acciones de resistencia no se reconocen ni por las personas que las llevan a cabo (Chapela, 2015).

Dominación Cultural del Trabajador y su Salud

La cultura, del latín *culturam*, anteriormente asociaba su significado al cuidado o cultivo de la cosecha, pasando con el tiempo a relacionarse con el cultivo de la mente. Fue la connotación de la palabra alemana *Kultur* quien relacionaría la cultura con la intelectualidad, la espiritualidad y el arte, pues el hombre se cultiva mediante el arte y la ciencia. Por tanto, la cultura será el proceso de desarrollar las facultades humana relacionadas al conocimiento y la supervivencia del mismo (Thompson, 2002).

Los fenómenos derivados de la cultura se interpretan en las formas en que los individuos trabajan, producen, construyen y conciben, descriptiva (como creencias, valores, hábitos, costumbres, etc.) y simbólicamente (interpretación que se les otorga a

los símbolos en la psique de cada persona) el pensamiento. El trabajador no puede dirigir sus condiciones de vida solamente de un universo físico, que lo limitaría a sus necesidades biológicas y a sus intereses prácticos; sino que se ve guiado a partir de un universo simbólico (Cassirer, 1968). Su realidad se crea a partir de sus propias representaciones de las cosas y, base a ellas, elabora un sistema de correlación conceptual con las que capta y fija la realidad (Kosik, 1976).

El trabajador representa en la producción de capital, una identidad dual donde es la mayor fuerza de producción y, a su vez, el eslabón más débil y reemplazable. Un papel que desempeña de manera inconsciente, en una enajenación total donde incluso se desprende de sus deseos y de su cuerpo.

En el capitalismo, el trabajador se convierte en un ente ajeno al trabajo, no es dueño de lo que produce ni de lo que necesita, no es dueño del lugar ni de su ritmo, no es dueño de sus posturas ni de su cansancio; tal y como lo ha dicho la teoría marxista, el trabajador solo posee su fuerza de trabajo y está dispuesto a usarla como una moneda de cambio a fin de complacer aquellas necesidades de las cuales ha sido despojado. Su vida entera está completamente dedicada al trabajo pues no trabaja para vivir, sino que vive para trabajar (Pulido y Cuéllar, 2011).

Así, el trabajo se convierte en el centro de la subsistencia humana, una actividad vital que aparece como un medio para satisfacer la necesidad de la existencia física del hombre (Marx, 1932). Necesidades básicas y creadas, vendidas por el sistema económico con el fin de continuar con una cadena de producción que valida un tipo de esclavización moderna donde el ser humano es libre de vivir, siempre y cuando dependa del capital para existir.

Cuando los individuos se encuentran incapaces de producir por vejez o enfermedad, son rechazados por sus pares (trabajadores y trabajadoras) y vistos como una carga para continuar y mantener las actividades de producción; pero cuando incluso se ven incapacitados para producir y consumir; el rechazo viene por parte del sistema económico al cual sirvieron durante toda su vida productiva.

La sociedad capitalista despoja a las personas del tiempo para vivir la vida, de desarrollarse, y de plasmar su ser y esencia en el entorno (Pulido y Cuéllar, 2011). Así, el trabajo se convierte en un eje centralizado de los ámbitos económico, político, social y cultural. El ámbito cultural no se separa del individuo e influye en la forma de pensar y actuar del trabajador, modelando su criterio para hacerlo más funcional y más cercano a interesarse más por el bien del trabajo (y del empresario) que del suyo propio.

Siendo así que existe una enajenación del cuerpo, propiciada en parte por las ciencias objetivas que no logran una comprensión conjunta, separando al “ser” subjetivo como una parte ajena del mismo, y al cuerpo lo reducen, en su totalidad o en partes, a sus funciones, necesidades o propiedades (Boltanski, 1975) como cualquier otra máquina diseñada para la producción de mercancía y de ganancia.

El cuerpo se verá dominado por el conductismo cultural que somete al individuo. En palabras de Boltanski (1975) el habitus corporal, como se le denomina a tal fenómeno, consiste en un “sistema de normas profundamente interiorizadas que, ...rigen implícitamente la relación de los individuos de un mismo grupo con su cuerpo y...cuya unidad profunda radica en el hecho de ajustarse siempre a la cultura...de los miembros que la realizan” (p. 100).

Desde un inicio la humanidad no comenzó con un pensamiento profundo y abstracto, o utilizando un lenguaje racional; sino que asociaban los conceptos con imágenes en un lenguaje simbólico (Cassirer, 1968). Por tanto, la importancia y el poder que se le da al simbolismo tiene sus raíces en el inicio de la civilización.

El mundo real no se compone de objetos fijos o reales, sino que lo constituye los significados y las relaciones, productos del ser social, revelándose al mismo tiempo como sujetos reales. Por lo que el mundo de la realidad es un proceso donde las mismas personas y la humanidad fabrican su propia verdad; un mundo donde la verdad no está predestinada, sino que esta misma se hace, se desarrolla y se realiza (Kosik, 1976).

El desenvolvimiento de la psique individual pasará de una actitud meramente práctica a una actitud simbólica, dado que un símbolo no es universal sino variable (Cassirer, 1968) los significados que se le dan al mismo pueden cambiar dependiendo del contexto de cada individuo. Cada persona, a partir de su creación espiritual como individuo histórico-social, crea su mundo y forma su verdad, será capaz de formarse su cultura y de vivir su vida (Kosik, 1976).

La cultura se verá favorecida por las ciencias naturales para determinar las buenas conductas y correctas apariencias del trabajador, basándose en la necesidad de dominar el cuerpo ajeno, para guiarlo o manipularlo en determinadas situaciones, de manera que se ven obligados a satisfacer las demandas sociales y las condiciones impuestas para la clase social a la que pertenezcan (Boltanski, 1975), siendo la mayor parte de los trabajadores de la clase popular; y por tanto, los más vulnerables a ser sometidos.

Al poseer solo su fuerza de trabajo y el sudor de su frente, los trabajadores se ven orillados a sentir el cuerpo como una herramienta, a partir de la cual pueden subsistir

mediante la ganancia que su rendimiento les proporcione. Así como los comerciantes visualizan un día sin venta como un día de pérdida, los trabajadores de la clase popular, pueden visualizar un día sin trabajar de manera similar.

Los trabajadores priorizan los intereses de la empresa (y el patrón) antes que los suyos de manera inconsciente e incluso consciente. Este razonamiento puede proyectarse como un conductismo de dominación arraigado en la cultura del trabajo principalmente de las clases populares; por tanto, las clases dominantes exentas a esta manipulación cultural serán quienes consuman más los servicios médicos ante cualquier indicio de morbilidad. Existe una mayor facilidad para identificar y verbalizar de manera clara las señales corporales frente al inicio de un padecimiento o una enfermedad conforme se va ascendiendo en las diferentes clases sociales.

Dominación Cultural en la Salud del Trabajador

Para determinar y conocer la enfermedad que se padece los individuos deben de ser enfermos funcionales que se definen, en palabras de Boltanski (1975) “por la distancia entre los síntomas presentados al médico...verbalmente y síntomas o signos físicos...resultado de la intervención del médico..., la proporción de enfermos funcionales varía según la aptitud para verbalizar las sensaciones mórbidas y ...corporales” (p. 9).

Al depender de las aptitudes personales de cada enfermo, la fracción de enfermos funcionales se encuentra desproporcionada entre las clases sociales, pues no todas las personas trabajadoras poseen habilidad ni la terminología que los médicos les requieren o cuestionan (sin tener la obligación de tenerlas); más bien, su verbalización proviene de

su experiencia, de cómo viven la enfermedad y de las modificaciones que pueden identificar que hace la misma a su cuerpo.

Para los médicos, estos pacientes son incapaces de describir su enfermedad correctamente por no contestar de manera objetiva su interrogatorio; sin embargo, los trabajadores, principalmente de la clase popular, repiten los términos médicos con vergüenza en un discurso técnico con poca de coherencia, pero rico en subjetividad, misma que es rechazada por los médicos pero que influye en la mejoría del paciente al sentirse escuchado y comprendido; caso contrario, se ve reducido a un manejo de signos y síntomas como si la enfermedad fuera ajena al cuerpo y el cuerpo ajeno al ser.

El sentido de cómo se percibe la enfermedad puede estar influenciado por aspectos objetivos y subjetivos del individuo. Las sensaciones de dolor y de malestar pueden estar determinadas por el aprendizaje cultural del sujeto, quien puede haberse acostumbrado a vivir con dolor y enseñado a no quejarse para evitar ser visto como un enfermo y ser expulsado de la comuna productiva.

Es necesario aclarar que la necesidad médica se relacionará estrechamente con la clase social del enfermo, pues el hábito de recurrir a la atención médica temprana se encuentra sujeto a específicas normas sociales y culturales. En palabras de Boltanski (1975) “Estas normas determinan el grado de interés y de atención...determinan...los umbrales de intensidad a partir de los cuales es necesario considerar anormal una sensación y sentirla concientemente, aceptarla, expresarla y recurrir al médico” (p. 57).

Concluyendo que el interés que tiene el individuo por su cuerpo, su cuidado, su apariencia y sus sensaciones relacionadas al placer y satisfacción se ven aumentadas a medida que incrementan su escala económica-social. Por lo tanto, los trabajadores no

deberían considerar la resistencia al dolor y a las enfermedades como una forma de valorización moral equivalente a su fuerza de voluntad.

Cuando las clases populares acuden a los servicios, suele existir una incomodidad derivada de una incorrecta comunicación con el médico y con el personal de salud en general, alejando así a los trabajadores del bienestar o de la necesidad médica que se requiera por la vergüenza de verse ignorante frente a la autoridad sanitaria. Tal sentimiento se propicia por la falta del acervo taxonómico de la enfermedad, que poseen principalmente las personas de las clases dominantes.

Los individuos pertenecientes a las clases burguesas pueden hablar el mismo lenguaje que el personal de salud, lo que les otorga la libertad de hablar y compartir sus ideas abiertamente con el médico que, además pertenece a su mismo círculo social; por lo tanto, no se sienten avergonzados ni intimidados por el mismo. Contrario a esto, en las clases populares se considera que el médico utiliza palabras incomprensibles y demasiadas técnicas; existe una pared intangible originada por un distanciamiento social y lingüístico que separa al médico de su paciente (Boltanski, 1975).

Resultando en una desigual relación médico-paciente cuyo origen reside en la ventaja que posee el médico, otorgada por derecho legal y cultural, sobre el enfermo y su enfermedad. Tal asimetría crece a medida que es más grande la distancia social que existe entre el médico y el paciente. Incluso la información médica que se obtenga será menos importante cuanto más baja sea la clase social del enfermo (Boltanski, 1975). Siendo así, que se transforma la relación terapéutica en una relación de autoridad, de sometimiento y de dominación, donde al trabajador popular se le priva de la explicación sobre lo que le acontece, enajenándolo de su propio cuerpo y enfermedad.

Los trabajadores, entre más baja sea su escala social, implementan una distancia entre el cuerpo y la enfermedad, de tal manera que la presencia de una morbilidad culminada en su organismo se visualiza como algo mágico que ocurrió de manera esporádica y sin explicación alguna; sin embargo, sucede que los signos previos o indicios de los síntomas fueron ignorados de manera consciente, porque la falta económica se vuelve la principal limitación para el acceso a la salud.

De igual manera, la necesidad de acceder a los servicios médicos es ignorada de manera inconsciente, pues los trabajadores de las clases populares suelen concentrarse más en su capacidad física y su resistencia (Boltanski, 1975) como un sinónimo de fuerza (que reafirma la idea del cuerpo como máquina y herramienta), pidiéndole que siga funcionando cada día de su vida productiva y rehusándose a percibir cualquier indicio de morbilidad que pueda disminuir “su valor” en el trabajo. La enfermedad es percibida como un período de interrupción a la vida misma, cuya duración dependerá de la gravedad económica que ocasione al individuo que la padece.

Dominación Mediante la Cultura de Género

La definición de género, al contrario de la de sexo, se basa en una identidad e ideología construidas a partir del entorno social que se percibe del: Estado, política, educación, cultura, o del trabajo (Lau, 2006). Al ser tratado y percibido de manera distinta por parte de tales instituciones, existieran géneros que se encuentren más dominados que otros, tal y como ocurre con las mujeres.

La cultura de género desempeña un papel fundamental en la trascendencia histórica de la colectividad porque será la sociedad quien asigne diferentes roles durante distintos momentos históricos, y basándose en dichos roles, se encuentran diversas formas de percibir, desarrollarse y ser (Pulido y Cuéllar, 2011).

Boltanski (1975) estableció que “las normas que determinan las conductas físicas de los sujetos sociales y cuyo sistema constituye su cultura somática son el resultado de condiciones objetivas que esas normas retraducen en el orden cultural...el modo en que debe de actuarse”. El orden social se ve jerarquizado por diversas corrientes de dominación quienes se encargan de decir el comportamiento y señalar el camino que debe seguir dependiendo las características humanas como el género.

Para redescubrir el papel de las mujeres en la sociedad se debe de tomar en cuenta la influencia que tiene la cultura en la forma en que se construye y se concibe socialmente el género femenino, tomando en cuenta la conexión que existe entre la función reproductiva y el desarrollo social (Lau, 2006).

Las mujeres han sido sometidas a una dominación económica, política, cultural y social. Son dominadas por los dominantes y por los dominados (Giroux, 1983), en todos los ámbitos donde naturalmente se desenvuelven como el ámbito laboral o familiar. La exclusión que sufren la mayoría de las mujeres en estos procesos ha sido tradicionalmente considerada como un fenómeno natural; sin embargo, no es otra cosa que una intervención humana, pues son moldeadas por el entorno (Lau, 2006).

En el ámbito familiar, su dominación inició con la institución de la familia en la época de la barbarie; adquieren una posición sumisa con la idea de que representan una mercancía de intercambio económico, cuyo valor reside en su castidad, y con la pérdida

del derecho materno. Fenómenos relacionados a la gran derrota histórica de las mujeres, el surgimiento de la propiedad privada de los modos de producción y el esclavismo (Engels 1989), se propician con el sistema económico.

A medida que aumentaban las ganancias obtenidas de la producción, los hombres obtenían una posición más privilegiada e importante respecto a las mujeres que no podían acceder a los beneficios del sistema capitalista de manera igualitaria, naciendo en ellos "...la idea de valerse de esta ventaja para modificar en provecho de sus hijos el orden de la herencia... esto no podía hacerse mientras permaneciera vigente el derecho materno. Éste tenía que ser abolido, y lo fue" (Engels 1989 p. 21)

Por lo cual, los hombres lideraron sobre las mujeres, consiguiendo el dominio en el hogar, y las mujeres se vieron esclavizadas y degradadas, convertidas en un instrumento para la reproducción (Engels, 1989).

Las mujeres son más que una herramienta reproductiva a favor del sistema capitalista, que designa los hombres como productores y a las mujeres como reproductoras de futura mano de obra (Durán, 1986). Esta postura es una resistencia en si misma (Giroux, 1983), ya que busca una mayor flexibilidad de los roles de género a favor de satisfacer las necesidades de adaptación asociadas a la modernización; a pesar de eso, el sistema percibe dichos cambios como una amenaza a la identidad y estabilidad de la sociedad (Sharim, 1999), frenando la autonomía de las mujeres, a quienes solo les queda resistirse al capitalismo, a la cultura, a la sociedad, al estado, etc.

Las mujeres van a resistirse a las ideas de la familia monogámica, pues, como se dijo anteriormente, su única función no es solo producir herederos mediante un matrimonio desigual instituido en función de la riqueza de los contrayentes (Engels,

1989). Algunas veces, las mujeres optan al matrimonio como una forma de intercambio económico para conseguir una mejora en su capital (Durán, 1986) y sus oportunidades, aunque desgraciadamente el intercambio no siempre les será favorable.

En el ámbito social, las mujeres sufren una desigualdad laboral, se ven recluidas al trabajo doméstico, marginadas en los espacios públicos, y sufren de una distribución injusta de bienes y servicios, que incluyen el ingreso, salud, empleo, educación, integridad física y seguridad personal. Dichas condiciones desventajosas y subordinadas al patriarcado tienen consecuencias en la construcción de su identidad de género, su persona y su realidad (Mora, 2016, como se citó en Arévalo *et al*; 2022).

Por su parte, en el ámbito económico existe la dominación coyuntural del neoliberalismo, donde se percibe un aumento de la pobreza y la desaparición de pequeñas o medianas empresas, enfocadas principalmente en las industrias del vestido (Gutiérrez, 2022) donde son las mujeres la mayoría obrera y, por tanto, más vulnerables. Cuando el neoliberalismo falla a consecuencia de las crisis financieras, son las sociedades quienes sufren las peores consecuencias, como los trabajadores y las trabajadoras vulnerables al dicho modelo.

En el ámbito cultural, las mujeres estarán sometidas desde el nacimiento, y en función de su edad, por “normas de decoro” quienes les dictarán la manera adecuada de realizar actos básicos como caminar y comer; como arreglarse, lavarse, vestirse y maquillarse; como deben de hablar e interactuar; que gestos deben de usar para actuar de forma apropiada ante un extraño, amigo o familiar, siempre en consideración de si pertenece o no a su misma clase social. Las mujeres estarán dominadas por estos condicionamientos culturales, pues de no hacerlo se verán víctimas de la burla y el

desdén por parte de la sociedad en que se muevan, causando indignación tanto en hombres como en las mismas mujeres que se encuentran dominadas por el “código de buenos modales” (Boltanski, 1975).

El condicionamiento inicia desde la niñez con el juego, que además de aportar diversión y recreación, aporta un propósito diferente, pues se hace en medida de anticipar actividades futuras; por ejemplo, el niño que juega a la guerra o la niña que carga su muñeca están realizando una especie de preparación (Cassirer, 1968) y educación socio-cultural para su etapa de adultez.

El “pudor” cultural proveniente de las “normas del decoro” que dominan a las mujeres puede interferir de manera negativa en la educación sexual de la mujer, principalmente en las clases trabajadora o populares, que al carecer de conocimientos previos y de respeto a la legitimidad de la misma, les es difícil diferenciar el lenguaje científico del lenguaje obsceno (Boltanski, 1975), hasta el punto de censurar y causar una desinformación, que entorpece la liberación y el empoderamiento de las mujeres al privarlas del poder decisivo sobre sus propios cuerpos.

A la mujer más que como individuo libre, se le ve como una persona para servir a los demás; por ejemplo, sirve al cuidado de los hijos, de los hermanos y/o de los padres como obligación social, la cual exenta de tal responsabilidad (a la misma magnitud) a los hombres; hace mandados, recoge la suciedad, se encarga de remendar y lavar, sin sueldo; trabaja para ganar dinero para mantener a otros, sin descuidar sus labores; se encarga de enseñar a hacer respetar a quienes la domina como ella misma lo hace; y principalmente, se encarga en servir al hombre en todas las maneras, incluida la sexual.

Al ser una figura para servir, no es extraño que sus capacidades se vean limitadas y se impida su desarrollo personal con el fin de que se siga disfrutando de su fuerza, de su trabajo y de su cuerpo cual producto. Entonces, es sometida y silenciada; tratada a base de humillaciones, regaños, gritos y muchas más formas de violencia; se le condiciona a que pida permiso de hacer o decir una o tal cosa, no se le permite estudiar o trabajar, son víctimas de una esclavitud moderna en su propia casa.

Llega el momento en que tal dominación ejercida produce que empiecen a resistir, se dan cuenta que no nacieron para ser esclavas ni estar enjauladas, que nacen con propósitos y con razones para vivir diferentes a las que se les ha condicionado; recuperan sus fuerzas, sus sueños y sus proyectos, porque en el fondo nunca dejaron de ser personas (Chapela, 2015).

Al ser sometidas en el ámbito familiar, económico, político, cultural y social; Arévalo *et al.* (2022) consideran que las mujeres “poseen un alto grado de interés en superar los obstáculos y conseguir que se les reconozca y valore por sus capacidades, por lo que aportan, y no por estereotipos, prejuicios y roles sociales que le han sido adjudicados” (p. 438). Pues, aunque vivan en un mundo que busca constantemente someterlas, tendrán capacidades humanas, como pensar, reflexionar, apasionarse, amar, enojarse, soñar, imaginar y decidir (Chapela, 2015), y nadie podrá despojarlas de ellas.

En las mujeres se ejercerá un control en aspectos políticos, económicos, culturales y corporales. Serán dominadas por los dominantes (dueños de los recursos naturales, sociales y económicos, como lo menciona Thompson, 2002) y por los dominados (hombres quienes no son dueños de los recursos pero que el sistema los vuelve dueños

de las mujeres). Al existir una represión física e ideológica de la libertad, serán subyugadas por la violencia en sus diversas formas.

Sin embargo, las mujeres, como cualquier ser humano, no fueron hechas para la sumisión. Encontrarán maneras de oponerse a las corrientes de dominación en actos de resistencia, que buscarán cambiar su lugar en la esfera económica-social, en una búsqueda constante de recursos financieros, que las harán visibles al sistema de dominación que las oprime, reconociéndose en el proceso de resistencia su influencia e importancia en el sistema vigente.

El Despojo

Durante la instauración del sistema económico y social conocido como el capitalismo, la construcción humana inicia un proceso de reducción. El hombre como especie, pasa de *homo sapiens sapiens* a *homo economicus*; especie a la cual se le busca reducir su subjetividad e interacción social, si estas no se encuentran relacionadas con vínculos de intercambio mercantil o económico (Roux, 2008). Tal acontecimiento, más que una ganancia como lo intenta aparentar el sistema capitalista, representa una pérdida de la esencia y la espiritualidad humana; el ser además de perder los aspectos materiales pierde los inmateriales, cuyo valor subjetivo suele ser incomparable.

Esta reducción se ejemplifica con el despojo, un fenómeno fundado en la violencia ejercida de manera abierta o justificada (Roux, 2019), para consolidar la dominación capitalista. La dominación ejercida por el capital, Roux (2008) la define como “una forma

histórica de la vida social fundada en relaciones de poder asimétricas, que suponen el sometimiento de la voluntad..., la negación de la libertad y dignidad humanas” (p. 62).

El capital tiene la capacidad de ejercer dominación, pues en sí mismo funciona como un proceso social con dos realidades, en primera instancia simula la satisfacción de las necesidades individuales y “colectivas” (el fin es la acumulación del capital, a partir del trabajo enajenado de los obreros por medio de la propiedad privada de los modos de producción), pero, su realidad concreta, y oculta, es crear y mantener vínculos de dominio y subordinación entre los seres humanos, con el fundamento de conseguir la apropiación de la vida humana (Roux, 2008).

El despojo es una constante del capital en la clase trabajadora. La acumulación sucede por el despojo de aspectos físicos y subjetivos del individuo y, a su vez, se ve entrelazada con la explotación de la clase trabajadora; un despojo ocultado por la relación salarial (Roux, 2019) que desfavorece al más despojado.

Por tanto, cae el discurso del capitalista quien presenta su acumulación privada de riqueza como mérito propio; ya que, no está basada en el trabajo personal o en la circulación del libre mercado (Roux, 2019) sino en el despojo violento ejercido mediante el robo y la usurpación de los objetos e instrumentos de trabajo, de las técnicas y de las habilidades del trabajo mismo desarrollado por los artesanos, y de los aspectos subjetivos que conforman la vida íntegra de los trabajadores.

El despojo imposibilita alcanzar la libertad y la autonomía, y orilla a formar parte del sistema y coincidir con los principios de acumulación, entorpeciendo la colectividad humana. Rompe de manera violenta con el vínculo natural entre la existencia y los lazos comunitarios que permitieron, por siglos, la autosuficiencia humana (Roux, 2008). En las

palabras de Marx (como se citó en Roux, 2019) “El dinero mismo es la comunidad, y no puede soportar otra superior a él ... Allí donde el dinero no es él mismo la entidad comunitaria, disuelve la entidad comunitaria”; de tal forma que el despojo se vuelve en un elemento inherente del capitalismo.

La expansión del sistema capitalista, apoyado por el modelo neoliberal, utiliza la violencia estatal con el objetivo de imponer condiciones laborales precarias, privatizar los bienes públicos, confiscar derechos, borrar la memoria colectiva y quebrantar resistencias (Roux, 2008).

Una forma de resistir al despojo es con la instauración y debido cumplimiento de derechos laborales universales que incluyan un salario digno, prohibición del trabajo infantil, limitación de la jornada laboral, y derechos que consideren una pensión y jubilación digna (Roux, 2019). Sin embargo, el despojo ha seguido principios fundamentados en la fragmentación del mundo laboral y las violentas amenazas del desempleo, para que, junto con la desvalorización del trabajo, se consigan quebrantar aquellas resistencias (Roux, 2008) que se pudieran encontrar en la ruta de la dominación.

Roux (2008) nombra como el tríptico del capital a la combinación de la dominación, la violencia y el despojo; una combinación fundada en relaciones de poder y vínculos de dominio y de subordinación; que supone el sometimiento de la voluntad y la pérdida tanto de la libertad como de la dignidad humana, hasta culminar en una apropiación de la vida. Así, en el capital, a cada paso de vida, existe un despojo de la calidad humana.

El despojo obedece a las necesidades del sistema capitalista y de la globalización neoliberal; nutre y alimenta al capital para la acumulación y el enriquecimiento, basándose en la apropiación de los aspectos de vida de los trabajadores. El capital se

convierte en una forma de existencia y producción social que se apropia de la vida humana; y al mismo tiempo, se oculta bajo un disfraz de un intercambio mercantil para la satisfacción de necesidades creadas por el mismo sistema (Roux, 2008); la vida va despedazándose, poco a poco, a cambio de sobrevivir en el sistema vigente.

Salud

En ocasiones, el cuerpo se ha reducido a instintos primarios, que pueden ser numerados, catalogados y descritos uno por uno (Cassirer, 1968) tal como sucede en el campo convencional de la salud, donde los individuos dejan de ser personas y se convierten en números, en síntomas, en signos, en enfermos; sin embargo, la salud no debería ser sinónimo de ideal o usada para categorizar, debe de ir más allá y complementarse tanto con la vida como con la razón.

La salud, en palabras de Chapela (2008), puede definirse como “la capacidad humana corporeizada de decidir y construir futuros viables y alcanzarlos” (p. 22); dicha definición contraria a la versión clásica de salud (más vinculada a la enfermedad que la salud) considera a la salud como una esencia de integridad humana (Chapela, 2008).

El concepto de salud puede variar de acuerdo al proyecto a futuro de cada sujeto de manera individual y colectiva; está condicionada por la humanidad, como la belleza o la grandeza (Chapela, 2008). Cada definición e importancia que se le dio a la salud ha surgido de un cambio de perspectiva de cómo es concebida y percibida, específicamente, tales cambios de perspectiva sucedieron desde la antigua Grecia.

Anteriormente el culto a la salud se encontraba relacionado a la diosa Higea, guardiana de la salud en Atenas, cuya creencia residía en que los hombres podrían estar saludables siempre y cuando vivieran de acuerdo a la razón; sin embargo, el culto a Higea fue reemplazado por el culto a Esculapio, dios de la curación, porque para los seres humanos es más fácil curar que vivir de acuerdo a la razón (Chapela, 2008), lo que causó que la salud sea subordinada de la enfermedad.

Para priorizar la salud se deben de formar nuevas teorías y replantear las preformadas, con el fin de profundizar y escuchar las voces marginadas de los enfermos; buscar lo no buscado y pensar lo impensado, hacer las preguntas que nos permitan interpretar las inscripciones en los cuerpos (Chapela, 2008).

Las dolencias del cuerpo de las mujeres, suceden de manera tan distinta como distinta es la mujer, sobretodo porque cada mujer les otorga un valor distinto a esas dolencias. De igual forma, cada mujer se verá en la libertad de promover o no su salud de acuerdo al valor que le da y a los recursos que ocuparía si lo hiciera (Chapela, 2015).

El objetivo de la promoción de la salud es proporcionar los medios necesarios para mejorar la salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para los individuos la salud se percibe, más que un objetivo, como el origen de posibilidades para la vida cotidiana; ya que, si el individuo es sano puede trabajar, divertirse, recrearse y ser capaz de desarrollar libremente sus capacidades. Desde este enfoque surge la idea propuesta por Chapela (2008) de que la salud es “La capacidad humana de mirar al pasado para gobernar el presente para construir futuros viables” (p. 17).

Cada Estado ha institucionalizado la promoción de la salud y la ha encasillado en: campañas de vacunación, campañas de higiene (lavado de manos, cepillado de dientes,

dieta y ejercicio), tomas de presión, pláticas post-enfermedad, repartir carteles, trípticos, etc., esta forma de promocionar la salud es la “oficial” y la que se ve comúnmente en las comunidades; ésta se encuentra dirigida por expertos, acompañada de propaganda del mercado, para vendernos la salud como un producto que las personas deben consumir porque los mantendrá libres de enfermedades (Chapela, 2015).

De tal manera, los individuos se ven dependientes del sistema para “mantenerse sanos”, solo buscan la curación de enfermedades y no la salud; sin considerar que viviendo base a la razón, como consideraba la diosa Higea, pueden alcanzar la salud.

Algunas personas niegan la imposición de la salud de mercado y no la institucionalizan; sino que se encargan de mantener y promocionar la salud de una forma independiente, en la llamada salud emancipadora.

La salud emancipadora se promociona de manera diferente, en palabras de Chapela (2015) “es lo que hacemos para lograr vivir de acuerdo con nuestras decisiones, o ayudar a los otros a vivir de acuerdo con sus decisiones, echando mano de nuestras capacidades humanas” (p. 142).

El objetivo es que las personas ejerzan y desarrollen sus capacidades individuales y colectivas con el fin de tener mejores cuerpos para vivir, enfermar y morir. La promoción de la salud emancipadora se ve obstaculizada por la promoción de la salud “oficial” porque se opone a la idea de la liberación de la gente, para que se vea guiada y hagan lo que los expertos, ajenos a sus dolencias, consideran que es lo mejor, relegando a segundo plano el saber popular (Chapela, 2015).

Se le conoce como saber popular a aquel conocimiento que la gente adquiere de generación en generación para mantenerse sin enfermedades, sin la necesidad de alguna instrucción por parte de las instituciones gubernamentales.

Esta forma de considerar la salud es consciente de que todas las personas desgastan su cuerpo (un cuerpo que no lo hace, es un cuerpo que no vive); considera natural la transformación del cuerpo dadas por las situaciones que se viven. El punto de la salud emancipadora, se relaciona más con la definición de la salud de Higea, que es tener el poder decidir cómo vivir; como usar los recursos y las capacidades para poder decidir sobre la propia vida; como desgastar y transformar nuestro cuerpo libremente (Chapela, 2015), y no sometidos al sistema dominante que institucionalizó a la salud.

Estrés

El estrés funciona como una alarma biológica que indica al cuerpo como reaccionar ante eventos adversos, su funcionamiento se basa de manera diferente en cada persona pues depende de la dinámica de su vida social (Ashqui *et al*; 2023).

Es común que, en los centros de trabajo, está alarma identifica los riegos y exigencias como situaciones de peligro para el individuo, situación que, al ser constante y prolongada en el capitalismo, convertirá una respuesta fisiológica natural en un mecanismo dañino y patógeno (Pulido y Cuéllar, 2011). Dicho cambio de la función del cuerpo puede ser un obstáculo para la salud, primordialmente si proviene del contexto del individuo y de su grupo social (Chapela, 2008).

Entre los y las trabajadoras, suele manifestarse un malestar constante conocido como estrés, un padecimiento bien conocido entre la clase trabajadora y que puede manifestarse de diversas formas, como: fatiga crónica, malestar digestivo, irritabilidad, desasosiego, incertidumbre, etc. (Pulido y Cuéllar, 2011).

Los síntomas físicos que son producidos por el estrés son: dolor de cabeza; náuseas y mareos; acidez y micciones frecuentes; dolores de pecho, cuello y espalda; fatiga crónica, insomnio y disminución de memoria; estreñimiento y diarreas (Perfeito *et al*; 2015), entre otros. Además, si está presente de manera prolongada es capaz de disminuir las defensas, al encontrarse deprimido el sistema inmunológico, los tumores malignos encuentran condiciones adecuadas para formarse (Pulido y Cuéllar, 2011).

En México, la prevalencia de enfermedades crónico degenerativas como cáncer, diabetes o dislipidemia ha aumentado. Según los datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, ENSANUT obtenidos en el 2022, se observa que la diabetes y el colesterol alto (dislipidemia-hipercolesterolemia) aumentaron alrededor del 2%, respecto a los índices del 2006. Tales resultados, evidencian el incremento de las enfermedades crónico degenerativas en el neoliberalismo, modelo económico altamente estresante que ha estado presente en nuestro país durante más de tres décadas.

Además, las estadísticas reportadas por la ENSANUT 2022 evidencian que las prevalencias de enfermedades crónico degenerativas fueron mayores en las mujeres, que en los hombres (Escamilla-Núñez *et al*; 2023). Probablemente debido a que en ellas se manifiesta un fenómeno conocido como jornada interminable (Durán, 1986) o doble jornada, donde el estrés de la jornada asalariada puede potencializarse con el estrés de la jornada doméstica y de cuidados.

La respuesta del estrés en el trabajo puede verse reflejada, como dice Pulido (2012) “en diferentes niveles: primero el emocional y luego el fisiológico y conductual; la vulnerabilidad de los individuos al estrés se expresa en función de determinantes sociales y no individuales, como pretende ver la ciencia dominante” (p. 144).

El estrés ocupacional no sólo afecta al metabolismo, de forma paralela afectará el perfil hormonal de las trabajadoras, pues aumenta los niveles en sangre del cortisol, de la aldosterona, la vasopresina, la hormona de crecimiento, el glucagón y las catecolaminas (Peñafiel *et al*; 2019).

Los niveles de estrés crónico derivados de las condiciones de trabajo como situaciones laborales complejas, largas horas de trabajo e intensidad laboral (Barrones-Sanz, 2020) combinados con los aspectos sociales anteriores y los síntomas presentados por el organismo (Perfeito *et al*; 2015) pueden manifestarse en padecimientos físicos y psicológicos.

Estas enfermedades de orden físico y mental son derivadas de la respuesta fisiológica de defensa ante los estresores; dicho mecanismo se prolonga durante la duración de la jornada laboral asalariada y doméstica que se realiza a lo largo de la vida de las trabajadoras, lo que provoca respuestas al estrés deficientes e inadecuadas que repercute en su salud (Hjemdahl, 2002) en algún punto de su vida.

En el aspecto psicológico, el estrés puede ocasionar trastornos como ansiedad, depresión, desgaste emocional, burnout (Barrones-Sanz, 2020) y trastornos de sueño (Perfeito *et al*; 2015). Los padecimientos como el agotamiento, la fatiga y la depresión son resultado del síndrome del desgaste ocupacional, derivado del colapso de una sociedad de rendimiento que nace con un ritmo de vida acelerado y enfocado en la súper

producción que se vive, de tal manera que la sociedad actual considera al trabajador como un *animal laborans*, esclavo de su trabajo (Han 2012).

El estrés cognitivo y emocional se ve relacionado con estrategias de afrontamiento a las corrientes de dominación y una resistencia callada a la misma (Pulido y Cuéllar, 2011) influenciadas por la falta de control individual y de apoyo social (Barrones-Sanz, 2020).

En cuanto el aspecto físico, el estrés psicosocial junto con la activación neuroendocrina del eje HPA hipotálamo-hipofisiario-adrenal (Hjemdahl, 2002) conducen al desarrollo del síndrome metabólico. El síndrome metabólico es un padecimiento de alteraciones metabólicas y se caracteriza por presencia de obesidad abdominal, resistencia a la insulina, hipertensión arterial y dislipidemia (Perfeito *et al*; 2015) y que se encuentra relacionado con las enfermedades crónicas más mortales en los trabajadores como la diabetes, cáncer o los infartos al miocardio.

Otras enfermedades relacionadas del síndrome metabólico son aquellas que se derivan de un proceso pro-inflamatorio (Hjemdahl, 2002) como la trombogénesis y aterosclerosis (Pineda, 2008).

Esto ocurre porque cuando la persona se encuentra estresada el sistema nervioso libera catecolaminas, aumenta su ritmo cardíaco y presión arterial (principios de hipertensión), con la mayor demanda oxígeno a la sangre (Ashqui *et al*; 2023), de forma paralela se aumenta la demanda de glucosa y se incrementan los niveles de cortisol.

El cortisol, al ser antagonista de la insulina, bloquea los receptores de la insulina en la célula sin permitir el ingreso de la glucosa; por tanto, la glucosa permanecerá en la sangre, estimulando la producción de insulina por las células β de los islotes Langerhans del páncreas, con lo que se intenta compensar la resistencia a la insulina. Aunque, sea

un mecanismo natural de compensación, de manera prolongada se causa un deterioro progresivo (Olvera-Granados *et al*; 2008) provocando posteriormente diabetes mellitus.

Con la presencia de la hiperinsulinemia, se incrementa la formación de alfa-glicerofosfato, compuesto que provee el glicerol para unir ácidos grasos libres en cadenas de tres, conocidas como triglicéridos, produciendo una hipertrigliceridemia; el cuerpo comienza a almacenar lípidos viscerales, en el hígado, vasos sanguíneos, intercostales, región axilar y la nuca; con lo cual se incrementa la incidencia poblacional de sobrepeso y obesidad.

La hipertrigliceridemia genera una apoptosis celular, originando gran número de ROS (especies reactivas de oxígeno), que a su vez pueden generar hipertrofia ventricular y disfunción cardíaca (Davy & Hall, 2004).

A pesar de que el síndrome metabólico afecta a un gran número de personas interfiriendo en su calidad de vida y por ende en su trabajo (Perfeito *et al*; 2015); en México predomina el síndrome metabólico en la población trabajadora, tal como sugiere Pineda (2008) respecto a que la población de origen hispano es uno de los sectores más vulnerables. Además, la vida estresante de las mujeres las hace más susceptibles a los trastornos metabólicos en comparación que los hombres (Perfeito *et al*; 2015).

Para poder declarar que una persona tenga o tuvo síndrome metabólico deben de estar presentes al menos dos o tres factores de riesgo adicionales a altos niveles de glucosa en sangre, tales como: relación cintura-cadera, hipertensión, hipertrigliceridemia o niveles elevados de colesterol (Pineda, 2008).

Las intervenciones psicosociales, un mejor control productivo y una mayor satisfacción laboral (Hjemdahl, 2002) puede contribuir de manera positiva a la prevención de enfermedades físicas como el síndrome metabólico.

El constante estrés que envuelve a las trabajadoras, mediado por la subjetividad de sus identidades, es el principal mecanismo implicado en el desarrollo de varios padecimientos (Pulido y Cuéllar, 2011). La predisposición se ve influenciada por marcadores como género (Pineda, 2008), y nivel socioeconómico (Hjemdahl, 2002), que subjetivamente en su naturaleza pueden presentar características estresoras.

Conclusiones

Los trabajadores y las trabajadoras, principalmente, se encuentran sometidas a fenómenos socioculturales y económicos que favorecerán las corrientes de dominación ejercidas en sus diversos entornos y determinados contextos históricos-sociales. La dominación tiene su esencia en ejercer el poder sobre otro con el objetivo de adueñarse, o extraer, los productos de su trabajo, su saber hacer (saber obrero) y servirse de sus capacidades humanas, alineándose al enfoque despersonalizado que propone el sistema capitalista. Sin embargo, los seres humanos no pueden someterse de manera perpetua a la dominación; por lo cual, siempre buscarán oponerse a la dominación mediante posturas de resistencia (fallida y silenciada o abierta y consolidada) con el fin de recuperar la libertad perdida.

Aspectos que conforman el perfil salud-enfermedad de las personas trabajadoras no pueden verse como aspectos individualizados. La salud se conforma de aspectos

materiales y subjetivos derivados de la construcción humana dotada de percepciones y significados; sin embargo, estos aspectos (materiales y subjetivos) afectaran negativamente desencadenándose diversas patologías.

Entre los aspectos subjetivos que afectan la salud de las trabajadoras se encuentran: la jornada doméstica y de cuidados, los roles de género, las normas patriarcales e ideologías culturales; tales condiciones desencadenarán un estrés prologado que se manifiesta en alteraciones fisiológicas, como las metabólicas.

Metodología

La investigación consiste en abarcar desde una mirada amplia cómo las mujeres trabajadoras de una cooperativa de costura viven el trabajo doméstico y de cuidados en combinación con el trabajo asalariado; entendiéndolo como un fenómeno complejo desde la apariencia hasta la esencia; a través de historias de vida, historia oral e historia social, cuyo enfoque nos permite profundizar en cómo significan el trabajo asalariado en una cooperativa cuyos objetivos no son la obtención de ganancia; tomando en cuenta el proceso de trabajo que se recupera mediante una guía de observación; y se complementa con parámetros clínicos y metabólicos, para evaluar el perfil salud-enfermedad de las trabajadoras.

Debemos de considerar que el fenómeno es algo que se evidencia primero y con más frecuencia; muestra la esencia y, al mismo tiempo, la oculta, ya que a diferencia de los fenómenos la esencia no se muestra directamente. Si la esencia solo manifiesta

parcialmente, entonces el fenómeno mismo se encuentra incompleto, pues la manifestación de la esencia será la manifestación del fenómeno (Kosik, 1976). Al no captar la esencia no se capta al fenómeno, considerándose erróneamente sinónimos dentro de una falsa realidad o una imagen de ella.

La pseudoconcreción está conformada por el conjunto de fenómenos que llenan el ambiente cotidiano de la vida humana. Sin embargo, no podemos confiar en la pseudoconcreción para profundizar y analizar nuestro fenómeno social, debido a que es un claroscuro de la verdad y reduce a las personas a la práctica utilitaria (Kosik, 1976).

En palabras de Karel Kosik (1976) “Captar el fenómeno de una determinada cosa significa indagar y describir cómo se manifiesta esta cosa en dicho fenómeno, y también cómo se oculta al mismo tiempo. La comprensión del fenómeno marca el acceso a la esencia” (p. 17).

Siendo así que para captar el fenómeno que acontece a las trabajadoras de la cooperativa, se vio más allá de lo que se nos presentó, rodeando y siguiendo las pistas hasta la verdad oculta de las cosas para evitar quedarnos en una pseudoconcreción. Al pasar de la pseudoconcreción a la concreción se conoce la realidad.

La realidad se explica por si misma mediante el desarrollo de las fases y de los elementos del fenómeno (Kosik, 1976). El camino a de la comprensión de la realidad coincide con el camino hacia la comprensión de la totalidad enriquecida de las determinaciones y relaciones sociales.

Para comprender, aclarar y explicar la totalidad, fue necesario dar un rodeo, así por medio de lo abstracto, lo concreto se vuelve comprensible. El método de lo abstracto a

lo concreto es el método del pensamiento. La idea de la totalidad descubre las conexiones internas y necesarias.

Kosik (1976) define la totalidad como “realidad como un todo estructurado y dialéctico, en el cual puede ser comprendido racionalmente cualquier hecho ... Reunir todos los hechos no significa aún conocer la realidad, y todos los hechos (juntos) no constituyen aún la totalidad” (p. 40). La dialéctica de la totalidad concreta no es un método que pretenda conocer todos los aspectos de la realidad, sino una teoría de la realidad y de su conocimiento.

El principio metodológico de esta investigación dialéctica de la materialidad social de las trabajadoras de la cooperativa fue su propio punto de vista de la realidad concreta, que significo que el fenómeno puede ser comprendido como elemento del todo.

La Historia Social

Los fenómenos encontrados en las experiencias individuales son variados, complicados y, algunas veces, tan contradictorios que se dificulta explicarlos, por tal motivo, al estudiar a las personas no solo se debe de hacer en su vida individual, sino complementar con las experiencias de su vida política y social (Cassirer, 1968).

La historia social fue usada para identificar características intangibles a considerar de las trabajadoras cooperativistas como sociedad, donde su existencia se ve reafirmada (Da Rosa, 2011). Nos aportó tanto las relaciones de dominio vertical como las relaciones horizontales; y el sistema de creencias y los problemas conceptuales que se entrelazan (Hobsbawm, 1976) a través de dichas relaciones. Es importante conocer las relaciones

particulares o complejas de las participantes, pues nos permite conocer a profundidad sus percepciones y fenómenos que ayudaron a la construcción de su identidad.

El conocimiento de la realidad histórica es un proceso de asimilación, interpretación y valoración de los hechos; en tal proceso es utilizado el método científico, medio por el cual se descifran los hechos (Kosik, 1976).

En el caso de las mujeres, la historia social no sirvió como un recurso explicativo con enfoque positivista, ni mucho menos para rellenar los huecos que pueden dejar ciertas investigaciones, como si se trataran de casos aislados. Lau (2006) explica que el objetivo de la historia social femenina es “redefinir la experiencia de vida a través del análisis del universo cotidiano reflejado y transmitido por esa memoria femenina” (p. 94).

Conocer la historia social de las trabajadoras nos ayudó a conocer los significados que les otorgan a sus ámbitos sociales. Pues, cuando las trabajadoras adaptan la naturaleza para poder llevar a cabo su trabajo, de manera subjetiva crean también sus condiciones de existencia; finalizando en una construcción de sí mismas, mediante una doble caracterización, sentido y sensibilidad laboral (Da Rosa, 2011), como parte fundamental para su construcción de su identidad de género en la cooperativa.

Los intereses de la historia social se relacionaron con el medio ambiente material, el ambiente histórico, las técnicas de producción, la estructura económica y sus relaciones sociales; no obstante, estos no se abordaron de una manera plana positivista pues sus características son homogéneas y se encuentran en una constante construcción (Hobsbawm, 1976) a partir de la vida de cada trabajadora.

La Historia Oral

Las fuentes orales ofrecen elementos necesarios para entender la vida, los procesos de adaptación y las posturas de resistencia de las mujeres, que no sólo se encuentran insertadas en su estructura social, sino que están rodeadas de significados, que fueron contruidos a partir de los diferentes tiempos, espacios y conexiones que establecieron dentro y fuera de su núcleo familiar (Lau, 2006).

Para la parte cualitativa se siguió un diseño narrativo que consistió en la recolección de datos acerca de las historias de vida, saberes contruidos a través de las experiencias de quienes vivieron cada situación (Martínez, 2015) con el fin de describirlas y analizarlas. En esta investigación se usó el recurso de una grabadora electrónica para recabar la información brindada por las entrevistas a las participantes.

Se analizaron diversas cuestiones como: el ambiente en el cual vivieron las personas o sucedieron los hechos más relevantes en su vida, las interacciones y la secuencia de eventos (Salgado, 2007).

La historia oral fue utilizada como un medio para conocer: la vida, las relaciones, interpretaciones, sentidos, percepciones y significados de cada fenómeno político, cultural, educativo, familiar y social de cada trabajadora; ya que, “la historia oral a través de la entrevista reconstruye la vida de la gente” (Camarena *et al*; 1994, p. 8). No trata solo de memorizar datos de experiencias pasadas, sino de recordarlos, organizarlos, sintetizarlos y juntarlos, de modo que dichas memorias queden interiorizadas y llenas de todos los elementos de una vida pasada con la expectación al futuro (Cassirer, 1968).

Uno de los objetivos fue conocer la realidad de las trabajadoras mediante su palabra, versiones que no suelen escucharse (Pulido y Cuéllar, 2011). Cada dato se trató como conocimiento proveniente de cada mujer (actriz y protagonista del estudio) tal y como fue percibido (De Garay, 2006) desde su perspectiva y estructuración de vida, dotando de diversidad la investigación (Camarena *et al*; 1994).

La entrevista se realizó basándose en los testimonios que cada trabajadora ofreció para relacionar los eventos de interés para el estudio. Su principal característica fue la dualidad de apoyo mutuo que favoreció a la entrevistadora y a las entrevistadas (De Garay, 2006); además contribuyó a la construcción de la memoria personal por medio de acciones, ideas y sentimientos (Camarena *et al*; 1994), enriqueciendo el conocimiento obtenido de acerca del hogar y el trabajo como medios de construcción social hacia la identidad individual y colectiva.

La historia oral proporcionó información respecto a la los hábitos y costumbres de la vida cotidiana, la repartición y distribución económica familiar, efectos de cambios políticos y económicos que sufre nuestra entrevistada, inclusive si existe una posible marginación (De Garay, 2006). Recordemos que las mujeres, actrices del fenómeno histórico-social, siempre ven más de lo que se percibe directamente (Kosik, 1976).

Como entrevistador, se debe permitir que las mujeres puedan hablar tan fluidamente como quieran, a fin de que los temas de relacionados a su identidad de género surjan de manera natural, sin perder de vista el objetivo principal que sobre lo que más se busca conocer. Cada parte individual que nos proporcionen forma parte de un todo estructural coherente (Cassirer, 1968).

Tipo de Estudio y Diseño de la Investigación

Este tipo de estudio fue mixto, cualicuantitativo. Esta modalidad ayudó a la generación de conocimiento sin pretender priorizar la importancia de una sobre otra; complementando tanto la investigación cuantitativa como la cualitativa, planteándose una nueva visión que avala, fundamenta y enriquece el uso de ambos tipos de investigaciones (Salgado, 2007); en un proceso de compenetración y esclarecimiento mutuo de los conceptos de una abstracción interactiva (Kosik, 1976).

Solo abordar al trabajador de manera cuantitativa es un enfoque capitalista, al retomar la parte cualitativa se rescata el enfoque marxista (Pulido y Cuéllar, 2011), propio de los trabajadores. Se rechazó la idea de identificar a las participantes como objetos de estudio (común en la hegemonía científica positivista) pues no son objetos o cosas que se ofrecen para enriquecer a la ciencia burguesa, sino que son seres plenos, con identidad y con una realidad subjetiva con las capacidades de observar e interpretar por si mismas el mundo que les rodea y del que forman parte, a sus semejantes y a ellas mismas (Martínez, 2015).

Se trató de entrelazar el conocimiento cuantitativo con el cualitativo (Martínez, 2014), para no quedar a mitad del camino al conocimiento (Kosik, 1976) sin que sean separados por el enfoque positivista de hacer solo asociaciones estadísticas entre las diferentes variables; ni guiarnos por el “paradigma de simplificación” cuyo fin es disminuir, reducir y abstraer (Martínez, 2015).

Este enfoque probablemente enfrente escepticismo por quienes tienen su postura muy radical respecto a una u otra investigación; pero ambos enfoques utilizados

simultáneamente pueden enriquecer el proceso de la investigación científica, ya que no se excluyen ni se sustituyen, sino que se complementan, por lo que el enfoque cualicuantitativo es una innovación en las ciencias (Salgado, 2007).

La investigación se apoyó en el diseño de tipo descriptivo para conocer la estructura de su situación y las condiciones materiales de su existencia (Pulido y Cuéllar, 2011).

Más adelante surgió la relación del estrés en un centro de trabajo cooperativista conformado por mujeres con doble jornada, obteniendo información acerca de los aspectos que dan origen al mismo. La parte cualitativa brindó un análisis diverso de las personas, sus grupos sociales e institucionales, áreas geográficas e influencias culturales (Martínez, 20124).

Adicionalmente se conocieron las características del estado de salud de las trabajadoras, que pueden presentar como consecuencia de la alta exposición al estrés causado por factores derivados de la creación y mantenimiento de la cooperativa; el trabajo asalariado y doméstico; y rol de género y resistencia a la dominación. En palabras de Kosik (1976) “El rasgo más característico del conocimiento consiste en la descomposición del todo” (p. 19).

En palabras de Martínez (2014) el propósito de la investigación cualitativa es “lograr un conocimiento intensivo, profundo y detallado de y sobre los casos en los que tiene lugar el fenómeno de interés, generalizable para otras situaciones en las que dicho fenómeno ocurre” (p. 615).

Está investigación rechaza el concepto de muestra, pues las participantes fueron invitadas al estudio (Martínez, 2014), dejándoles el libre albedrío si quieren o no ser sometidas a la entrevista y los análisis que se pretenden.

Consideraciones

Los tópicos de interés que se decidieron aportar al estudio, se fueron definiendo sobre la marcha de manera en que los mismo se entretajeron (Martínez, 2014). Las acciones de esta investigación se ajustaron a las condiciones de la cooperativa (Salgado, 2007). Para abarcar los tópicos de interés se utilizaron tres técnicas: la guía de observación, el análisis de los paramentos fisiológicos e historias de vida.

Población y Selección de Participantes

La elección de participantes dependió de la decisión de las trabajadoras que quisieron conformar la misma y a su vez, pudieron aportar información detallada para cumplir con los intereses de la investigación, pues cada participante posee un mundo propio y, por consiguiente, una experiencia particular (Cassirer, 1968).

La participación final del total de mujeres se definió sobre la marcha y conforme se recabe la información a lo largo del estudio (Martínez, 2014). Con el fin de comprender los procesos sociales a las que se encuentran sometidas y su repercusión al padecimiento de enfermedades crónico degenerativas.

La población fue constituida por las mujeres pertenecientes a la cooperativa del Centro de Servicios Comunitarios "Mujeres en Lucha" de San Miguel Topilejo ubicado en la alcaldía Tlalpan, Ciudad de México; del área productiva. Se incluyeron a las mujeres que firmaron el consentimiento informado, sin criterios de exclusión con el fin de darle voz a las trabajadoras que lo permitieron.

La investigación fue realizada dentro de la cooperativa, puesto que el contexto cultural será una parte fundamental, la información debe obtenerse en el lugar donde las trabajadoras realizan sus actividades de manera cotidiana (Salgado, 2007).

Técnicas o Instrumentos que se Emplearon

Para la recolección de la información se utilizaron medios como: la narrativa oral y la entrevista derivada de la historia oral de donde se obtuvo información como sus características familiares, sociales y económicas. Para complementar la información, se realizó la toma de pruebas clínicas como parte del seguimiento del estado de salud metabólica; y reconstrucción de los aspectos laborales de la doble jornada como los riesgos y las exigencias en el ámbito asalariado y doméstico.

Guía de Observación

Para conocer mejor el trabajo que realizan las participantes en la cooperativa, se analizó cada elemento del proceso de trabajo mediante la “Guía de observación del proceso de trabajo”, de Alvear & Villegas (1989).

Se identificaron aspectos de cada etapa de trabajo, como lo son: los objetos de trabajo, los medios de trabajo, la actividad del trabajo en sí misma, la división de trabajo y la organización de las actividades. De igual manera, para ejemplificar el proceso productivo, se diseñó un diagrama que muestre las distintas fases de trabajo.

Se describieron los riesgos y las exigencias mediante la observación y el cuestionario, considerándose un mapa de riesgos y exigencias; sin embargo, mediante las historias

de vida se conocieron aquellas exigencias que pueden permanecer “ocultas” voluntaria e involuntariamente por las trabajadoras.

Parámetros Clínicos

Para diseñar el proceso salud-enfermedad de las y los trabajadores de la cooperativa, se elaboraron dos perfiles: un perfil metabólico y un perfil cardíaco.

El perfil metabólico consistió en la medición en sangre de: Glucosa, Triglicéridos, Colesterol Total, Colesterol LDL (Low Density Lipoproteins) o colesterol malo y Colesterol HDL (High Density Lipoprotein) o colesterol bueno. Las muestras fueron tomadas con los participantes en ayuno. Y se utilizó el analizador de lípidos “Mission Cholesterol” con número de registro COFEPRIS 1669E2014 SSA y el glucómetro Accu-Chek Active y sus tiras reactivas con los números de registros sanitarios 0681E2017 SSA y 0679R2017 SSA, respectivamente. Para la evaluación de la relación cintura-cadera ICC (Índice Cintura-Cadera) y la deposición de grasa visceral se usó una cinta métrica.

Para el perfil cardíaco se hicieron mediciones de Presión Arterial o TA (Tensión Arterial), Oxigenación y el Factor de Riesgo Cardíaco bajo la escala de FRAMINGHAM 10, que es capaz de detectar la probabilidad de infartos al miocardio a diez años. Para su elaboración se utilizaron un baumanómetro, un oxímetro u el analizador de lípidos anteriormente mencionado.

La presencia de alguna alteración en sus valores de presión arterial y parámetros metabólicos como glucosa, colesterol y triglicéridos, será una manifestación de algún síndrome metabólico usando valores referenciales basados en la NOM

Las Historias de Vida

La entrevista fue el medio usado para plasmar sus historias de vida porque recupera aspectos objetivos y subjetivos (Lau, 2006) de su vida. Tal como lo dice Cassirer (1968) “En su vida, ... el pasado, el presente y el futuro, forman un todo que no puede ser disgregado en elementos individuales...No es posible describir el estado momentáneo de un organismo sin tomar en consideración su historia” (p. 47).

- i. Se hicieron aproximadamente de 3 a 4 entrevistas por persona.
- ii. La duración de las entrevistas dependió del entrevistado, aproximadamente eran de entre hora y media, a dos horas.
- iii. Fueron compatibles con su jornada laboral dentro de su centro de trabajo.
- iv. Se convivió dentro del centro con las participantes.
- v. Se hicieron las transcripciones de las entrevistas después de cada sesión.

Fue el mismo proceso dialógico suscitado, el que definió cuales preguntas debieron hacerse para encontrar la mejor manera de evaluar y entender a la entrevistada (Chapela, 2008). Se respetó la privacidad de las mujeres en estudio, tratando sus aportes con la confidencialidad y permitiendo el anonimato de aquellos aspectos que desearon, inclusive permitiéndoles retirarse del estudio si así lo deseaban (De Garay, 2006).

El análisis de las historias de vida se hizo conforme a la dialéctica de lo concreto, en lugar de seguir la pseudoconcreción. La destrucción de la pseudoconcreción como método dialéctico se convierte en un método de transformación de la realidad, en una realidad concreta y en la visión de la realidad en su concepción (Kosik, 1976).

Se tuvo en cuenta que, a pesar de tener un guion pre-elaborado para la entrevista, no se siguió rigurosamente al momento de realizarla, simplemente se usó para no dejar desapercibidos etapas o aspectos relevantes para la investigación; guiar las preguntas en las entrevistas es redundante pues el relato puede perder credibilidad al perder la naturalidad de las palabras. Sin embargo, se direccionaron preguntas abiertas que tocaban puntos de la vida del entrevistado, como: niñez, padres, amigos, escuela, matrimonio, familia, etc. (Camarena *et al*; 1994) cuando no salieron por si solas.

El análisis de las entrevistas obtenidas de la historia oral y la historia social de las trabajadoras se realizó siguiendo tres subprocesos (Salgado, 2007):

- a. Reducción del guión: se definieron las preguntas
- b. Presentación de las entrevistas: mediante resúmenes estructurados o sinopsis
- c. Elaboración y verificación de conclusiones: donde se extrajeron los significados de los relatos y las historias de vida de cada trabajadora.

Como rigores metodológicos se utilizaron la credibilidad y la confirmabilidad o auditabilidad, que estipula Salgado (2007).

- 1) Credibilidad: a través de observaciones y conversaciones prolongadas sobre lo que piensas y lo que sienten, y así obtener los significados
- 2) Confirmabilidad o auditabilidad: Para posteriores investigaciones, mediante grabaciones, se abarcan las características de los informantes y una transcripción fiel de las entrevistas

Conclusiones

La guía de observación complementa los relatos, lo que nos permite conocer más acerca de los aspectos laborales, que no pueden separarse de los individuales, y que afectan el perfil de salud de las trabajadoras.

Las técnicas cualitativas dotadas de aspectos como la oralidad y lenguaje, permiten acercarse a la realidad del fenómeno, abarcando la totalidad del mismo. La historia oral y la historia social se conjugan en las historias de vida; mismas que ofrecen elementos necesarios para entender la vida, los procesos de adaptación, las diversas corrientes de dominación y las posturas de resistencia de las mujeres trabajadoras.

La esencia del fenómeno no se manifiesta de manera directa, sino que se requiere rodear y abarcar los relatos de manera constante y formar una dialéctica dotada de una concreción de los hechos. Con las historias de vida, se encuentran las interpretaciones de la realidad, verdaderas esencias que difícilmente se obtienen con estudios y metodologías cuantitativas.

Resultados

Se realizó el reconocimiento del proceso de trabajo de la cooperativa, sus elementos y la identificación de las condiciones nocivas durante aproximadamente cuarenta horas a lo largo de seis semanas.

Proceso de Trabajo

Mediante el proceso de trabajo, los trabajadores realizan el proceso de transformar la materia bruta (material cuyo origen se encuentra en la naturaleza) o la materia prima (cuyo origen se encuentra en materiales modificados por el ser humano), con el fin de satisfacer necesidades, básicas o creadas, o generar una acumulación de ganancias, aprovechando el sistema económico. De tal manera que, a realizar el ejercicio del proceso de trabajo, se pueda obtener, a cambio, subsistencia económica con la cual pueda moverse libremente en su entorno.

Los componentes del proceso de trabajo son: objetos; instrumentos; trabajo como actividad en si misma; y la organización y división del trabajo. Contando con dos ejes, uno material y otro humano, ambos unidos por el trabajo mismo. Del primer eje se desglosan los riesgos que pueda suponer realizar un trabajo; y del segundo, se desglosan las exigencias existentes en los centros de trabajo derivados de la forma en que se realiza el trabajo.

En el Centro de Servicios Comunitarios “Mujeres en Lucha” de San Miguel Topilejo, existe una cooperativa de costura y confección llamada Sertext S. C. de R. L. de C. V. Sus actividades consisten en la elaboración de prendas de vestir: bordado, corte, terminado y costura.

En el momento del presente proyecto, la plantilla de la cooperativa consistía en doce participantes, cuatro del género masculino: Ángelo, Alexis, Eusebio y Javier. Y ocho, del género femenino: Eugenia, Ana, Macrina, Roció, Olivia, Margarita, Carmen, y la encargada, Rosario. Por tanto, las mujeres representan la mayor fuerza de trabajo.

La plantilla se encuentra distribuida en cuatro áreas de trabajo:

1. Mesa de corte y confección.
2. Área de bordado.
3. Área de ensamble-costura.
4. Área de acabado y control de calidad.

La primera área representa la primera etapa del proceso de trabajo pues en ella se realiza el corte de las piezas que se unirán posteriormente.

- Objeto de trabajo: Tela (materia prima)
- Medios de trabajo: Moldes, cortadora vertical, pinzas, foliadora, plumas, escuadras, rollo de tendido y tijeras.
- Actividad: Corte de telas y confección de prenda.
- Responsable del área: Javier.
- Organización de trabajo: Corte y foliado.

Figura 1

Área de corte y confección de la cooperativa de costura Sertext.



La segunda área es la de bordado. En ella se realizan diseños encargados para cada trabajo en las prendas, que pudieron haber sido cortadas en el centro o fueron llevadas ensambladas para únicamente ese proceso.

- Objetos de trabajo: Tela, hilos, pellón.
- Medios de trabajo: Computadora, bordadora de pocas o varias cabezas textiles.
- Actividad: Control de bordadoras y diseño de los bordados en computadora.
- Responsable: Ángel.
- Organización de trabajo: Bordado de logos y diseño de nuevos logos.

Figura 2

Área de bordado de la cooperativa de costura Sertext



La tercera área es la de ensamble o de costura. Es la etapa más importante para la correcta entrega de las prendas, según lo establecido en los contratos. En esta parte es donde sucede la transformación de tela (materia prima) a prenda de vestir (producto). De igual manera, esta etapa es la que posee más participantes trabajando al mismo tiempo y de manera conjunta.

- Objetos de trabajo: Tela e hilos.
- Medios de trabajo: Máquinas de coser (recta, overlock, collaretera, de ojal, botonera, resortera), agujas, deshebrador, descosedor, embiesador.
- Actividad: Costura.
- Responsable: Rosario o, en su ausencia, Rocío
- Organización del trabajo: Trabajo en cadena, un tipo de costura después de la otra, de cada pieza, finalizando en la unión de las mismas.

Figura 3

Área de ensamble-costura de la cooperativa de costura Sertext.



Figura 4

Vista del área de ensamble-costura de la cooperativa de costura Sertext.



La cuarta y última etapa del proceso de trabajo es realizada en el área de acabado o de control de calidad. En esta, todas las piezas que ya se encuentran terminadas, son embolsadas, revisadas, deshebradas, planchadas y dobladas; preparando las prendas para su entrega.

- Objetos de trabajo: Tela.
- Medios de trabajo: Deshebrador, plancha, tijeras, bolsas, cinta adhesiva, etiquetadora, burro de planchar.

- Actividad: Deshebrado, checado, planchado y empaquetado.
- Responsable: Rocío.
- Organización del trabajo: Varias personas revisan cada prenda, en diferentes lados, con el fin de abarcar la mayoría de costuras de una prenda, asegurando la calidad de las mismas.

Figura 5

Revisión de costuras en el área de acabado control de calidad de la cooperativa de costura Sertext.



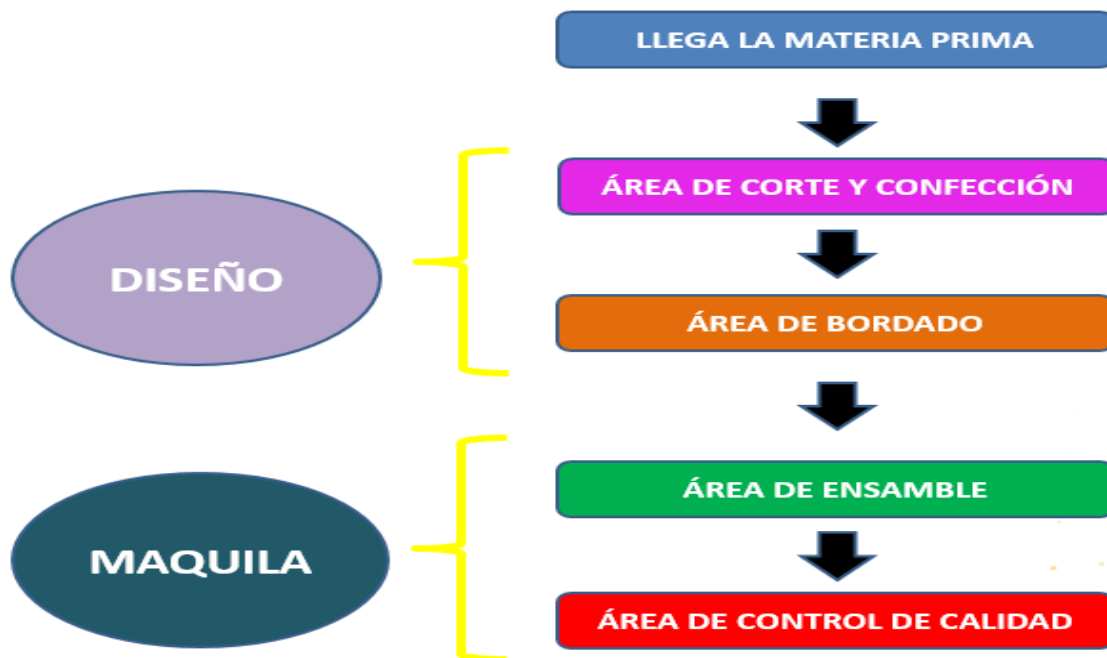
Figura 6

Planchado de las prendas en el área de acabado control de calidad de la cooperativa de costura Sertext.



Figura 7

Diagrama del Proceso de Trabajo por etapas.



Fuente: Elaboración propia.

Rosario es la encargada del área de la cooperativa, y por ello, responsable de las distintas áreas y etapas del proceso de producción.

Condiciones Nocivas

Existen dos tipos de condiciones nocivas derivadas del proceso de trabajo, y que no serán las mismas en cada centro de trabajo, pues estas dependerán de las características del mismo.

De los objetos y los medios de trabajo, se desglosan los riesgos; y, de la organización y división de trabajo se desglosan las exigencias que, a diferencia de los riesgos, están condicionadas por aspectos humanos.

Riesgos.

- ✓ Factores mecánicos por el riesgo de herida cortante por la máquina cortadora, heridas en los dedos por agujas, cortadas por deshebradores.
- ✓ Riesgos térmicos, por posibles quemaduras ocasionadas por el uso de la plancha.
- ✓ Riesgo físico de caída, por falta de orden y limpieza del área, además que, en la zona de corte, el trabajador se sube a la mesa para mejorar los planos de visión en el marcado de la tela, lo que puede ocasionar una caída de aproximadamente un metro de alto.

- ✓ Riesgo físico de electrocución, por las malas condiciones de las instalaciones eléctricas. Hay cables por todos lados, amarrados a tubos improvisados, y generador eléctrico sin tapa.
- ✓ Riesgo químico, por agentes químicos ya que no cuenta con un equipo de protección personal para vías respiratorias. Requerido en el trabajo con aerosoles, sólidos (como es el caso fibras que pueden desprenderse de la tela al manipularla).
- ✓ Riesgo mecánico de aplastamiento, por la colocación de varios bultos colocados alrededor del área de trabajo que, a pesar de estar acomodados, solo están sujetos por cuerdas, siendo torres de más de tres metros de altura, con el peso y el volumen, podrían desencadenar una avalancha sobre las trabajadoras y los trabajadores.
- ✓ Riesgo ergonómico, referente al sitio de trabajo, pues pudo notarse que, en el área de ensamble, la altura de las sillas y de la mesa carecen de un diseño ergonómico y ajustable. Además, las trabajadoras del área de control de calidad, trabajan en sillas altas, permaneciendo de pie casi todo el día.

Exigencias.

Posteriormente, mediante las entrevistas realizadas con el objetivo de hacer historias de vida oral e historia social, se descubrieron las exigencias. Tomo alrededor de diez visitas a la cooperativa para generar confianza de expresar las exigencias a las que están sometidas.

- Conflictos interpersonales, por incapacidad de seguir o cumplir indicaciones.
- Larga jornada de trabajo.
- Conflicto por ser liderados por mujeres.
- Falta de descanso en temporadas altas de producción.
- Horas extra.
- Disponibilidad de tiempo.
- Acelerado ritmo de trabajo.
- Alta demanda de atención y concentración.

Condiciones Protectoras

Se determinaron las siguientes circunstancias expresadas por los participantes de la cooperativa como “positivas”, y que tienen un efecto protector que incrementa sentimientos de satisfacción laboral y pertenencia:

- 1) Considera el contenido de trabajo como muy bueno, porque no tiene presiones estrictas.
- 2) El ritmo de trabajo está determinado por el trabajador.
- 3) Libertad de movimiento y decisión.
- 4) El trabajador considera que no tiene restricciones, tienen libertad de proponer soluciones y ejecutarlas.
- 5) Apoyo de comedor.
- 6) Apoyo médico y psicológico.

- 7) Acceso a áreas y eventos culturales.
- 8) Posibilidad de cuidar hijos durante la jornada.
- 9) Acceso a programas contra la violencia de género y contra la violencia intrafamiliar.

Recomendaciones

La medición de la iluminación del área de trabajo, en promedio de 355 a 215 lux, y 41 y 29 lux de reflexión, respectivamente. Con respecto a la NOM-025-STPS, el nivel de iluminación requerido en un puesto de trabajo como el de diseño, corte y costura es de 500 lux, ya que se desarrollan tareas que requieren instrumentos adicionales. También requiere distinción clara de detalles. Tomando en cuenta ambas medidas de iluminación, obtenemos un 71% y 43% del valor recomendado.

Por lo cual:

- **Se recomienda una mayor iluminación, especialmente por las tardes y noches**

Debido a que las ventanas se encuentran por un nivel más arriba de la altura de un trabajador, y transmiten poca luminosidad.

- **En la evaluación de las condiciones del puesto de trabajo se calculó un NSA (Nivel Sonoro “A”) de 67 dBA, para puesto que requieren una mayor concentración.**

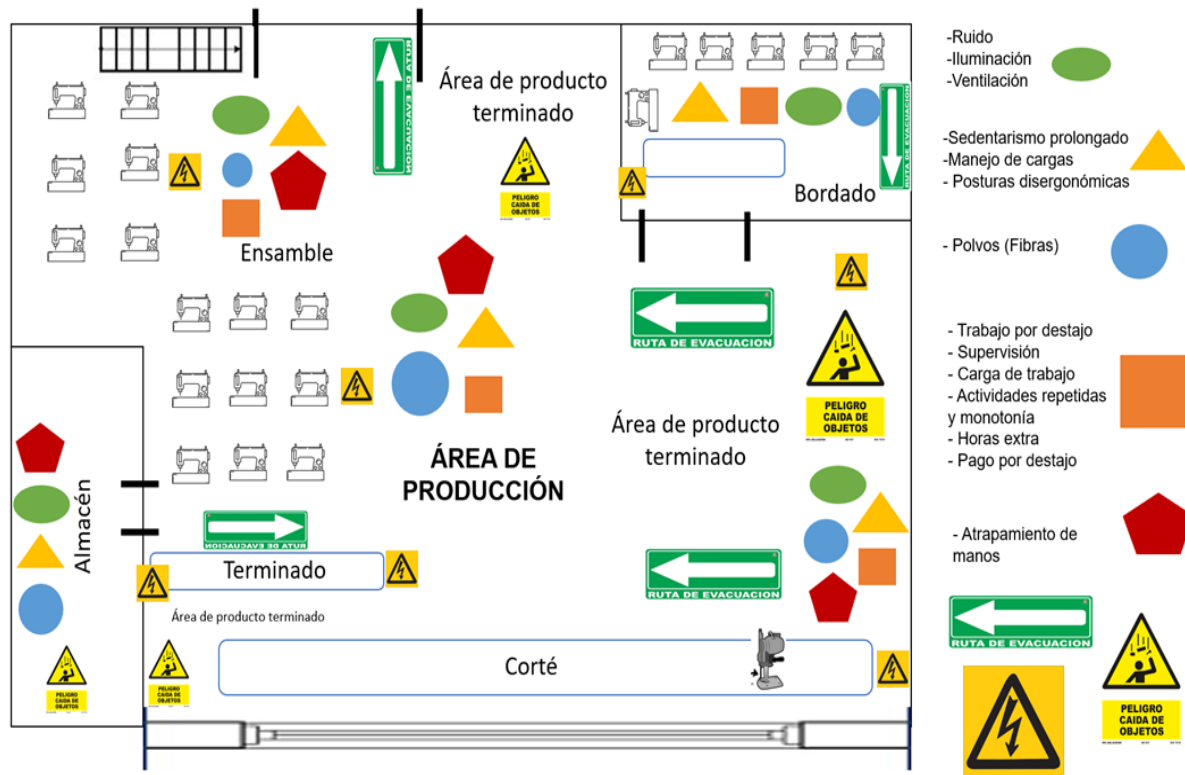
Las trabajadoras del área de ensamble adaptaron cojines en la base de la silla para elevar la altura y obtener una mejor postura para laborar.

Por lo cual:

- Se recomiendan el uso de cojines o sillas ergonómicas con el fin de que el trabajador, o trabajadora mantenga una posición más cómoda.

Figura 8

Mapa de riesgos y exigencias de la cooperativa de costura Sertext S.C. de R.L. de S.R.



Fuete: UAM, Universidad Autónoma Metropolitana

Figura 9

Trabajadoras y trabajadores de la cooperativa de costura Sertext S. C. de R. L. de S. R.



Conclusiones

En el proceso de trabajo de la cooperativa de costura se encontraron aspectos tanto negativos como positivos. Entre los aspectos negativos se encontraron riesgos y exigencias comunes en centros de trabajo dedicados a la costura, como posturas forzadas, punciones, cortadas, caídas y, especialmente en esta cooperativa, riesgo de electrocución. La instalación eléctrica representó el factor de riesgo más importante para la población trabajadora de este centro.

Para los aspectos positivos, se encontraron muchas consideraciones que sirven para que las mujeres trabajadoras puedan combinar su jornada doméstica con la jornada asalariada. De igual manera, demostró ser un centro preocupado en brindar a sus

trabajadores y trabajadoras sueldos competitivos y más altos en comparación con otras cooperativas de costura en la Ciudad de México.

Se añadieron algunas recomendaciones respecto a la iluminación, el ruido y factores ergonómicos, para evitar o reducir daños a la salud.

Perfil Metabólico

Resultados metabólicos obtenidos mediante el análisis clínico realizado en el taller de maquila, corte, confección, bordado y costura Sertext S. C. de R. L. de C. V. perteneciente al Centro de Servicios Comunitarios "Mujeres en Lucha" de San Miguel Topilejo.

A continuación, se agregan las tablas de los resultados del perfil metabólico obtenido por todos los participantes del centro de trabajo, hombres y mujeres. Aunque se agrega la tabla de promedios, se exhorta que el promedio no es la escala más recomendable para conocer el estado de salud metabólica a nivel general, puesto que dicha variable descarta aspectos del perfil salud-enfermedad que influyen en los mismos. Debido a esto se incluyen las medianas como una variable más representativa de los resultados.

Con el fin de salvaguardar la privacidad de los participantes, solo serán visibles los nombres de las trabajadoras que decidieron participar en la fase cualitativa del proyecto, historias de vida.

Tabla 1

Perfil metabólico de los y las trabajadoras de la cooperativa Sertext.

Participante	Sexo	Glucosa (mg/dL)	Colesterol Total (mg/dL)	HDL (mg/dL)	LDL (mg/dL)	Triglicéridos (mg/dL)
“Lupe”	Femenino	366	299	41	211	237
Eugenia	Femenino	106	215	55	120	204
Rocío	Femenino	104	215	51	129	178
Rosario	Femenino	106	287	50	190	237
5	Femenino	123	181	36	111	173
6	Femenino	108	249	35	200	403
7	Femenino	103	262	64	169	149
8	Femenino	93	213	50	128	178
9	Masculino	93	217	21	179	88
10	Masculino	146	101	37	51	65
11	Masculino	85	258	52	165	206
12	Masculino	110	249	35	194	102

Tabla 2

Presión arterial, oxigenación, índice cintura-cadera (ICC) y Riesgo Cardiovascular calculado mediante Framingham Risk Score for Hard Coronary Heart Disease (FRAMINGHAM 10), de los y las trabajadoras de la cooperativa Sertext.

Participante	Edad	Oxigenación	Presión Sistólica	Presión Diastólica	Riesgo Cardiovascular	ICC
“Lupe”	49	97	113	75	2	0.96
Eugenia	57	95	128	79	3	0.8
Rocío	40	97	144	86	4	1
Rosario	43	95	134	87	8	0.88
5	21	96	167	104	1	0.84
6	52	93	165	102	5	0.95
7	64	95	149	87	3	0.89
8	37	95	99	73	1	0.8
9	19	96	150	104	5	0.83
10	46	95	179	88	10	0.85
11	48	95	158	89	6	0.91
12	22	95	142	94	8	0.94

Tabla 3

Medias de niveles metabólicos de la cooperativa Sertext.

Grupo	Masculino	Femenino	Total
Glucosa	108.5	138.6	128.6
Colesterol Total	206.2	240.1	228.9
HDL	36.2	47.7	43.9
LDL	147.2	157.2	153.9
Triglicéridos	115.2	219.9	185
Oxigenación	95.2	95.4	95.3
Presión Sistólica	157.2	137.4	144
Presión Diastólica	93.7	86.6	89
Riesgo Cardíaco	7.2	3.4	4.6
ICC	0.88	0.88	0.88

Fuente: Obtenidas mediante JMP 11.

Tabla 4

Medianas de niveles metabólicos de la cooperativa Sertext.

Grupo	Masculino	Femenino	Total
Glucosa	101	106	106
Colesterol Total	233	232	233
HDL	36	50	45
LDL	172	149	167
Triglicéridos	95	191	178
Oxigenación	95	95	95
Presión Sistólica	154	139	146
Presión Diastólica	91	86	87
Riesgo Cardíaco	7	3	4.5
ICC	0.88	0.86	0.87

Fuente: Obtenidas mediante JMP 11.

Glucosa.

Según la American Diabetes Association los valores normales de glucosa en ayunas son 99 mg/dL. Los niveles que indican prediabetes son de 100-125 mg/dL y niveles de 126 mg/dL o más, en ayunas, indican una diabetes.

Tabla 5

Medianas de los niveles de glucosa obtenidos en la cooperativa Sertext.

Grupo	Glucosa
Total	106
Mujeres	106
Hombres	101

La tendencia central entre los hombres y las mujeres de la cooperativa hacen referencia a niveles de glucosa correspondientes a Prediabetes (106 y 101 mg/dL, respectivamente).

Triglicéridos.

Según The Texas Heart Institute los niveles de triglicéridos considerados normales son aquellos menores a 150 mg/dL; los niveles sobre el límite aceptable van de 150 a 199 mg/dL; los niveles altos van de 200 a 499 mg/dL; y aquellos considerados muy altos son de 500 mg/dL o más.

Tabla 6

Medianas de los niveles de triglicéridos obtenidos en la cooperativa Sertext.

Grupo	Triglicéridos
Total	178
Mujeres	191
Hombres	95

La tendencia central de los niveles de triglicéridos en los hombres de la cooperativa fue correspondiente a valores considerados normales (95 mg/dL). Por el contrario, la tendencia central de triglicéridos en el grupo de las trabajadoras fueron valores considerados como sobre el límite aceptable (191 mg/dL).

Colesterol Total.

Según The Texas Heart Institute, los distintos niveles de colesterol total en sangre son: deseables cuando son menores a 200 mg/dL; sobre el límite de 200 a 239 mg/dL; y altos cuando son mayores o iguales a 240 mg/dL.

La tendencia central de los niveles de colesterol total encontrados tanto en mujeres como en hombres de la cooperativa, corresponden a niveles sobre el límite aceptable (232 y 233 mg/dL, respectivamente).

Tabla 7

Medianas de los niveles de colesterol total, HDL y LDL obtenidos en la cooperativa

Sertext.

Grupo	Colesterol Total	HDL	LDL
Total	233	45	167
Mujeres	232	50	149
Hombres	233	36	172

Los niveles de Colesterol Total son la suma de los diversos tipos de colesterol, como el VDL, LDL y HDL. El presente análisis presenta, de manera individual, los niveles de LDL y de HDL.

El HDL, toma su nombre por las siglas en inglés (Hight Density Lipoprotein), es el colesterol de alta densidad, más conocido como “colesterol bueno”. El LDL (Light Density Lipoprotein), es el colesterol de baja densidad, más conocido como “colesterol malo”.

HDL.

Según la Mayo Clinic, los niveles de colesterol HDL, o colesterol “bueno”, cambiarán por sexo.

Para las mujeres, los niveles normales de HDL en sangre, en ayuno, son de 50 a 59 mg/dL. Los niveles menores de 50 mg/dL son considerados malos y aquellos mayores o iguales a 60 mg/dL son buenos.

- En la cooperativa, las trabajadoras presentan niveles normales de HDL (50 mg/dL).

Para los hombres, los niveles de HDL en ayuno son normales de 40 a 49 mg/dL; malos cuando sean menores a 40 mg/dL; y buenos cuando sean mayores o iguales a 60 mg/dL.

- Los trabajadores de la cooperativa presentan malos niveles de HDL (36 mg/dL).

LDL.

Según The Texas Heart Institute los niveles de colesterol LDL o colesterol “malo” en sangre, en ayuno, serán los siguientes: óptimos cuando sean menores a 100 mg/dL; casi óptimos cuando sean de entre 100 a 129 mg/dL; niveles sobre el límite máximo de lo normal que van de 130 a 159 mg/dL; altos cuando los niveles sean de 160 a 189 mg/dL; y serán muy altos aquellos niveles que sean mayores o iguales a 160 mg/dL.

Las mujeres trabajadoras de la cooperativa presentaron niveles en el límite máximo normal de LDL (149 mg/dL). En contraparte, los hombres trabajadores presentaron niveles altos de LDL (172 mg/dL).

ICC.

Según el trabajo de Alcaraz *et al.* (2006) existirán dos tipos de distribución corporal que pone en riesgo la salud de los individuos, tales distribuciones serán obtenidas a partir del Índice Cintura Cadera, ICC:

- ❖ Distribución Androide: Riesgo de padecer resistencia a la insulina, hiperinsulinemia, hipertrigliceridemia, hipercolesterolemia, diabetes mellitus, hígado graso e hipertensión.
- ❖ Distribución Ginecoide: Riesgo de padecer insuficiencia venosa y trastornos osteomioarticulares.

Los diferentes ICC, variaran de acuerdo al sexo.

Para las mujeres, las correlaciones cintura-cadera menores a 0.75 corresponden a una distribución ginecoide; si tienen una correlación entre 0.75 a 0.84 su distribución corporal se considera normal; y si tienen una correlación mayor a 0.84, tendrán una distribución androide.

- La tendencia central de los ICC, en las trabajadoras de la cooperativa es de distribución androide (0.86).

En cuanto a los hombres, cuando la correlación sea menor a 0.78 se tratará de una distribución corporal ginecoide; si la correlación es de entre 0.78 a 0.93, corresponde a una distribución normal; y si la correlación de ICC es mayor a 0.93, se trata de una distribución androide.

- La tendencia central de ICC en los hombres de la cooperativa, refiere a que presentan distribuciones normales (0.88).

Conclusiones

En la cooperativa, respecto al perfil metabólico, se encontraron más alteraciones en las trabajadoras que en los trabajadores, coincidiendo con la potenciación del estrés por la doble jornada que se planteó en la hipótesis de este trabajo.

Los padecimientos que se encontraron mayormente en la cooperativa fueron aquellos relacionados a las dislipidemias como hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia. El índice cintura-cadera (ICC) demostró que la población femenina se encuentra en riesgo de padecer otras enfermedades como hígado graso.

Perfil de Riesgo Cardíaco

Presión Arterial (TA).

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Organización Mundial de la Salud (OMS), estos son los distintos niveles de la presión sistólica: la presión sistólica normal es aquella menor o igual a 120 mmHg; la que presión sistólica de 120 a 139 mmHg será considerada como elevada; y cuando la presión arterial sistólica sea mayor o igual a 140 mmHg, ya se considera como hipertensión.

La OPS y la OMS, refieren para la presión arterial diastólica, los siguientes niveles: normales cuando sean menores o iguales a 80 mmHg, elevados cuando se encuentren entre 81 a 89 mmHg y los niveles mayores o iguales a 90 mmHg son considerados como hipertensión.

Las medianas de los niveles de presión arterial obtenidos en la cooperativa de costura fueron los siguientes:

Tabla 8

Medianas de la presión arterial presentes en la cooperativa Sertext.

Grupo	Presión Sistólica	Presión Diastólica
Total	146	87
Mujeres	139	86
Hombres	154	91

En cuanto a la presión arterial sistólica, la tendencia central de las mujeres trabajadoras fue de niveles elevados (139 mmHg). Por el contrario, en los hombres trabajadores la tendencia central de los niveles fueron aquellos que corresponden a hipertensión (154 mmHg).

Para la presión arterial diastólica, se mostraron las mismas tendencias centrales encontradas en la presión diastólica; en las mujeres presión elevada (86 mmHg) y en los hombres hipertensión (91 mmHg).

Framingham 10.

Para la evaluación del riesgo vascular se usará la Framingham Risk Score for Hard Coronary Heart Disease, calcula con sufrir un paro cardíaco en un lapso de tiempo de diez años, FRAMINGHAM 10.

La escala Framingham utiliza variables obtenidas al momento de realizar los estudios clínicos en los trabajadores, como el sexo, la edad, el colesterol total, colesterol HDL, presión sistólica, glucosa, si la persona es fumadora o no, o si toma algún tratamiento para la presión o cardioprotector.

Según la NOM MEXICANA 037-SSA2-2012 PARA LA PREVENCIÓN, TRATAMIENTO Y CONTROL DE LAS DISLIPIDEMIAS, la estratificación del riesgo cardiovascular total a 10 años se vincula con el nivel de riesgo. El riesgo cardíaco menor a 5%, es un riesgo menor; el riesgo cardíaco de entre 10 a 20% es intermedio; y mayor a 20% se considera un nivel de riesgo alto.

La tendencia central respecto al riesgo cardiaco obtenido mediante la escala de FRAMINGHAM 10 en las mujeres y los hombres pertenecientes a la cooperativa, es de un nivel de riesgo menor, 3% en mujeres y 7% en hombres.

Conclusiones

Los trabajadores de la cooperativa obtuvieron un perfil cardíaco más afectado respecto a las trabajadoras. Independiente de las diferencias fisiológicas, los valores obtenidos en los hombres estuvieron más alineados a valores correspondientes a la hipertensión que a valores normales. En cuanto al factor de riesgo cardíaco, que es la probabilidad de sufrir un infarto al miocardio a diez años, la cooperativa tuvo tres participantes, entre ellos Rosario, quienes presentan un riesgo intermedio, que oscilan entre el 8 y el 10%.

Historias de Vida

Para la parte cualitativa, cuatro trabajadoras firmaron el consentimiento informado y decidieron compartir sus historias de vida para su análisis. Sus características como: nombres, edades y puestos, quedan ejemplificados en la Tabla 9. Para elaborar las historias de vida:

- vi. Se hicieron aproximadamente de 3 a 4 entrevistas por persona.
- vii. La duración de las entrevistas dependió del entrevistado, aproximadamente eran de entre hora y media, a dos horas.
- viii. Fueron compatibles con su jornada laboral dentro de su centro de trabajo.
- ix. Se convivió dentro del centro con las participantes.
- x. Se hicieron las transcripciones de las entrevistas después de cada sesión.

Tabla 9

Participantes en las historias de vida de la cooperativa Sertext.

Participante	Edad	Puesto
“Lupe”	49	Área de control de calidad
Eugenia	57	Área de control de calidad y ensamble
Rocío	40	Área de control de calidad/ Sub encajada
Rosario	43	Área de ensamble/ Encargada

Despojo de su Existencia

En este primer apartado de las historias de vida se verá ejemplificado el despojo entendido como la pérdida de la esencia y la espiritualidad humana suscitada por el sistema capitalista y el patriarcado (Roux, 2019) donde en este caso las trabajadoras fueron despojadas de aspectos inmateriales que contemplan el sentir humano, cuyo valor subjetivo suele ser incomparable. Para efectos de este trabajo se analiza el despojo en las diferentes etapas de la vida; infancia, noviazgo, matrimonio y maternidad.

Los relatos que aquí se muestran se traducen como la pérdida de aspectos irrecuperables de la vida humana. Estas pérdidas pueden estar fundadas en la violencia ejercida de manera abierta o justificada para consolidar la dominación, el sometimiento de la voluntad, la negación de la libertad y la pérdida de la dignidad humana (Roux, 2019; Ramírez, 2002).

“Lupe”

Infancia.

Despojo de la Infancia y Condicionamiento.

Pues casi no tuve juegos desde chiquita... no tuve juegos. De cinco años, ya me empezaron a enseñar a lavar trastes, a lavar ropa, a barrer, hacer de comer...

Desde chiquita me enseñaron a lavar ropa. Le lavaba...sus fondos de mi abuela, sus vestidos, sus baberos, su suéter...desde chiquita. “Acarriar” el agua con cubetitas chiquitas o luego me sacaban trastes, me los ponían uno pa’ enjuagar,

uno pa' lavar... Jugaba unos cinco o diez minutos, luego ya "Apúrate a lavar trastes, apúrate a lavar...o vas a barrer, vas hacer de comer", pero el chiste que me tenían ocupada en algo, jugar no me dejaban.

Como se observa en el párrafo anterior, nuestra primera participante "Lupe" sufre dos eventos comunes en el sistema económico y cultural, el despojo o la pérdida de aspectos inmateriales e irrecuperables, y el condicionamiento dirigido a una futura jornada doméstica. Desde niña, a "Lupe" se le arrebató el tiempo de juego y de recreación, que jamás podrá recuperar y que es parte fundamental de su felicidad, y de su desarrollo cognitivo y social.

Le son impuestas reglas y obligaciones que ejercen una dominación cultural, como lo menciona Boltanski (1975). La abuela la prepara para continuar con la doble jornada que ella ejercía. Le da el propósito socio-cultural (del que habla Cassirer, 1968) que continuará vigente hasta su adultez.

Desde la infancia, se le enseña que su tiempo y su desarrollo no es valioso, que su obligación y su rol como "mujer" es servir a aquellas figuras de poder. Una preparación al sistema capitalista donde existirá una enajenación del yo. Aquí "Lupe" le da un primer significado a su existencia, el de ser servidumbre del patriarcado.

Despojo de las Posibilidades.

... mi abuela, mi mamá, no me registraron... ni me metieron a la escuela, ... no le sé leer, no sé escribir, pero se hacer cuentas de memoria, de memoria las hago y las apunto en una libreta, ya me salen, pero la verdad no fui a la escuela.

En este segundo párrafo nos damos cuenta de cómo su rol de servidumbre es consolidado con el impedimento de una identidad y del desarrollo de sus capacidades. Si a una mujer se le niega la posibilidad de desarrollar sus potencialidades ¿Qué es lo que le queda? “Lupe” fue despojada de un futuro digno.

Tal como ocurre en el capitalismo, la capacidad intelectual de las mujeres y el proletariado no se considera importante pues solo ocupan la fuerza de trabajo y el plusvalor que puedan extraer de ella. En este caso, solo ocupan que el cuerpo de “Lupe” limpie y sirva, no ven a la persona sino el beneficio que puede obtenerse de ella, como cualquier mercancía del capital, en una forma de esclavismo moderno, como lo plantea Han (2012). Al no contar con una preparación académica que la ponga en igualdad de condiciones, su autonomía no podrá ser alcanzada y quedará sujeta, lamentablemente de por vida, a figuras que intenten dominarla pues en ella encontrarán a una mujer con nula o mínima resistencia.

Al momento de analizar el perfil metabólico de “Lupe”, los resultados fueron, en comparación con los de las demás participantes que compartieron su historia de vida y las demás trabajadoras del centro de servicios, los menos favorecidos.

Sus niveles de colesterol total fueron de 299 mg/dL; de colesterol malo o LDL fueron muy altos con 211 mg/dL; su nivel de HDL o colesterol bueno, fueron muy bajos con 41 mg/dL; sus niveles de triglicéridos en sangre se encuentran en 237 mg/dL; y, en el caso particular de los niveles de glucosa en sangre, se infiere un diagnóstico de diabetes, mismo que era desconocido hasta el momento por la trabajadora, debido a que se repitió dos veces la toma de glucosa y en ambas arrojó un resultado de 366 mg/dL en ayunas.

Debido a los resultados metabólicos se conoce un síndrome metabólico presente en “Lupe”; se exhortó a que acudiera a recibir atención médica, especialmente por los preocupantes niveles de glucosa, aunque ella expresó que por su estado de analfabetismo le era complicado acceder a un sistema de salud.

Eugenia

Infancia.

Infancia Marcada y Directo al Abuso: El Despojo Sexual.

Las mujeres son vulnerables desde la infancia a varios tipos de abuso, entre los que se encuentra el abuso sexual, debido a que regularmente los hombres poseen una fuerza física que supera a la de las mujeres y que poseen más figuras dominantes y de poder social, económico y cultural.

Todo fue bonito excepto, pues qué, pues mi madre se iba y hubo muchos abusos. Mi mamá se iba a trabajar, nos dejaba con los hermanos o con las hermanas mayores. Y siempre pues siempre había alguien que se quisiera pasar de listo con nosotros... pues hubo tocamientos (hay dificultad para hablar) ... ¡Ah! (expresión de dolor) Me obli..., uno de ellos me obligó a que tuviera sexo oral con...con él (llora y solloza) ... Creo que a veces yo me... tengo muy presente que estábamos en el comedor y me metió abajo de la mesa. Y pues mi hermana estaba calentando la comida, o sea (se le dificulta seguir hablando). No importa (llora). Cuando están

enfermos... no importa quién esté (sollozo). Y... pues nunca lo hablé. Si se dieron cuenta de mi, de mi otro cuñado, fue porque pues, porque yo grité (sollozo).

- ¿Cuántos años tenía usted, Maru?

Como...me acuerdo como unos seis, yo creo.

En el párrafo anterior, Eugenia relata situaciones de abuso e intento de abuso sexual que fueron ejecutadas por familiares (cuñados) conscientes de su posición ventajosa. Estas situaciones marcaron, para siempre su realidad, pues en su adultez quiso proteger a sus hijos (lo máspreciado) de aquellos eventos que la lastimaron física y mentalmente durante su infancia. Cuando fue niña fue despojada del derecho sobre su cuerpo, situación que repercutirá más adelante en su adultez.

Eugenia refiere que nunca habló del abuso sexual, esto puede explicarse por otro aspecto propio de la dominación cultural al que están sometidas las mujeres. Desde la infancia a las mujeres se les domina mediante “normas de decoro”, incompatibles con la educación sexual.

Las mujeres víctimas guardan y resisten silenciosamente el abuso, dañándose más en el proceso. Pues las normas culturales están tan mal cimentadas que culpan a las víctimas y exime de responsabilidad a los abusadores, prueba indudable de la dominación de las mujeres.

Las normas culturales patriarcales no hacen más que censurar, desinformar y entorpecer la libertad y empoderamiento de las mujeres sobre sus cuerpos, quitándoles el derecho a decir no y de salvaguardar su identidad. Por tanto, existe una dominación patriarcal que hace vulnerables a las mujeres y las somete a diversos tipos de abuso; las

condiciona a pensar que, si la sociedad se entera de que “ya no son castas o puras”, a pesar de existir un abuso de por medio, pierden valor y quedan “manchadas”, “sucias” y repudiadas colectivamente. Siendo la dominación cultural una de las más desfavorecedoras para las mujeres; sin embargo, es también una forma de dominación protegida por instituciones políticas e ideológicas, lo que entorpece y enaltece la resistencia de las mujeres.

Infancia Marcada y Directo al Abuso: El Matrimonio Cambia de Significado.

Yo le tenía mucho miedo a mi papá, pero porque mi papá le pegaba a mi mamá. Yo me acuerdo que cuando mi papá llegaba tomado, yo corría, corría donde estaba mi mamá porque yo decía si yo estoy ahí al lado de mi mamá, pues no le va a pegar mi papá. Y digo, a mí nunca me hizo nada, no recuerdo ni siquiera un manazo que me haya dado, ni un golpe nada, nada. Pero de mi mamá sí, mi papá la golpeaba.

Como se observa en el párrafo anterior, aunque Eugenia no recibió golpes por su padre, si fue testigo de violencia intrafamiliar en su hogar. Desde pequeña era consciente de que existirá un maltrato físico de su padre hacia su madre; e intentó poner resistencia hacia el abuso al momento que decide acompañar (física y emocionalmente) a su madre.

Es común que en la mayoría de las actitudes de resistencia femenina encontremos situaciones de acompañamiento, debido a que se sigue el instinto de las sociedades matriarcales, opuestas a las ideas patriarcales de propiedad privada. Resulta curioso que, a pesar de que el capitalismo prioriza la competencia, el individualismo y la

propiedad privada; las mujeres logran resistir y siguen pensando en la colectividad, incluso en situaciones estresantes y en la infancia, como Eugenia.

Sin embargo, debido a que Eugenia presencié y fue consciente de la violencia intrafamiliar desde la infancia, su realidad incluye la subordinación de la mujer en su rol de esposa. Su verdad (Kosik, 1976) respecto al matrimonio ahora incluye la violencia y el abuso, porque así fue fabricada desde la niñez.

Eugenia le otorgó otros significados al matrimonio, para ella no significa amor ni compañerismo o comprensión; sino violencia, golpes, abuso y humillaciones porque en su contexto familiar eso significó, recordemos que los significados no son universales (Cassirer, 1968) sino que dependerán del contexto de cada individuo. El sentido que le da no es de disfrutar sino de soportar; debido a esto, cuando pudo verse en la misma situación en su adultez, toleró y justificó violencia física y verbal, porque los golpes y las malas palabras eran lo “normal” en el matrimonio.

Noviazgo.

El Inicio Del Despojo De La Vida Adulta.

... al papá de mis hijas, yo lo conocí a los quince años, quince años y medio más o menos... y pues ya, me casé a los diecisiete. Siento que, pues fue una vida, toda una vida entregada pues a él, a mis hijos. A ser ama de casa porque no trabajó.

En el párrafo anterior, vemos como desde una edad muy temprana Eugenia decide unir su vida con el primer novio que conoció. Ella percibe que simbólicamente le entrega su vida a su pareja, le entrega su cuerpo y su futuro; percibió que se entregó a sí misma.

Sin embargo, hacerlo en el contexto sociocultural machista, el noviazgo significó el inicio del despojo de su vida adulta. Desde el noviazgo, ya no pudo ser o hacer lo que ella quería, sino lo que su pareja le permitía, a los diecisiete años, Eugenia fue despojada del poder decidir el rumbo de su vida.

Aunque ella no lo percibió en ese momento porque consideraba que ese era su destino. El entorno machista en el que creció le enseñó que las mujeres son relegadas al hogar y que su única “función” es ser madres y esposas (Campos, 2007) para “no trabajar” (el trabajo doméstico es invisible para la sociedad machista) y dedicarse únicamente al cuidado del marido, junto los bienes del mismo, como la casa y los hijos.

El novio de Eugenia la condiciona para poder obtener los beneficios que podía conseguir de ella, como menciona Ramírez (2002), y empezar a gozar de las ganancias de tener a una mujer a su servicio, pues Eugenia relata como inmediatamente después del noviazgo inicia su trabajo doméstico.

Observamos también como su pareja busca unirse a una mujer joven, “pura” y sin parejas anteriores, probablemente para facilitar el control y el dominio sobre ella.

Matrimonio.

El Matrimonio Machista.

... el día que nos casamos ... pues yo estaba dentro en el registro y con mi familia, porque nada más fue mi familia, no fue la de él y... luego salimos y él estaba con

unas amigas afuera. Pues como era como, pues siempre me hizo sentir que yo no valía. Que yo no era suficiente para él. O así lo sentía, así lo percibí yo. Que no...pues siempre me culpé de, si él tenía otras mujeres, yo decía ¿pues qué no le di? O ¿Qué no hice? Para que el estuviera aquí. Yo sentía que era una buena ama de casa, una buena madre, una buena esposa; pero que algo faltaba porque el buscaba en otras personas algo que yo no le daba.

A Eugenia se le enseñó, desde la infancia, que ella debía de cumplir con el papel que la sociedad había determinado para ella, el de ser una buena mujer. Era abnegada, era obediente, era dócil; sacrificó su futuro y sus ideales para dedicar su vida a servir a otros; ella cumplió con los roles que la sociedad le había designado, era lo que el patriarcado consideraba que debe de ser: “buena ama de casa”, “buena madre” y “buena esposa”. Pero, lo que obtuvo a cambio no fue lo que ella esperaba, como lo que sucede en muchos matrimonios, la desventaja siempre es para la mujer (Duran, 1986); su dedicación fue pagada con múltiples infidelidades.

Inclusive, el recuerdo de como inicio su matrimonio, fue marcado por el desinterés y la infidelidad de la pareja. Para ella el matrimonio significaba fidelidad (mutua), pero a minutos de terminar la ceremonia, su ahora esposo, prefirió pasar tiempo con otras mujeres, que con ella.

Aquí se ve ejemplificada la injusticia del modelo cultural reproductor, que mantiene dominadas a las mujeres (Giroux, 1983) con la idea de soportar infidelidades del esposo, pero ellas deben de mantenerse fieles y “disponibles” para el marido, mientras soportan silenciosamente las humillaciones de este. Además, la dominación cultural obliga a las

mujeres a cumplir sus roles, lo que le impidió a Eugenia alcanzar su autonomía, como lo menciona Sharim (1999).

Eugenia nunca entendió como su esposo no pudo cumplir la promesa de la fidelidad, si ella cumplió con lo que se le exigió social y culturalmente. Pero se podría explicar con el hecho de que, a ambos, el patriarcado les había enseñado un sistema de creencias diferente; si Eugenia fue lo que una mujer debía ser, su esposo fue lo que un hombre “debería” ser desde el modelo de la masculinidad hegemónica.

Por lo tanto, el machismo y el patriarcado representaron para Eugenia otras formas de control y dominación, porque mientras ella estaba dedicando su vida a servir a su esposo, él podría libremente intimar sexualmente con más mujeres, lastimándola en el proceso. Campos (2007) hace referencia a la forma de pensar de los hombres con masculinidad hegemónica, “Como macho que soy no dejo pasar ninguna aventura sexual que se me presente” (p. 16).

Aunque para Eugenia esta imposición de roles e ideas fuera injusta y desventajosa para ella, aún no era capaz de mostrar una resistencia abierta, siendo más bien una resistencia fallida y silenciada.

El Despojo de la Integridad Física y la Dominación: Violencia Intrafamiliar.

Y digo fue una relación así fugaz porque pues nada más, ... en todo eso yo nunca me di cuenta, nunca me di cuenta que lo estaba haciendo con esa intención. Yo decía es una persona muy amable, pues me estima, nunca vi una maldad en esa persona... y pues nos empezamos a mandar mensajes y nos descubrieron por eso, por el teléfono.

Y le dije ¿Por qué este... a dónde andabas? y me dijo “Pues fui a una junta”, le dije, pero ¿por qué no me contestabas? y me dijo “Pues estaba ocupado ¿cómo querías que te contestara?” y le dije ¡ay!, él se llama Jesús, le dije, ¡ay Jesús! cómo nos hacemos tontos, ya no sentimos, nada ya no... pues ya no, ni tú sientes nada por mí, ni yo nada por ti, ¿por qué nos mentimos? ¿por qué ese empeño de seguirnos mintiendo y lastimándonos? Y él subió al baño y cuando bajó este, se fue así, yo estaba acostada en el sillón y se fue encima de mí y me empezó a ofenderme. Me dijo “Maldita” (Sollozo) dice “¿Cómo puedes pensar eso? cuando tú me lo hiciste a mí”. (Sollozo) Y me empezó a golpear... y...(sollozo) En otras ocasiones cuando, cuando él me golpeaba, pues yo me defendía o me echaba a correr o... (sollozo) ese día no hice nada...lo único que hice pues fue taparme mi cara. Me tapé mi cara y no me defendí para nada.

En el párrafo anterior, Eugenia cuenta cómo cae en la realidad de que su matrimonio no funciona para “ninguna” de las partes. Se opone a seguir con una persona que solo se sirve de ella y la trata como ciervo del amo.

Eugenia, nombra que en algún momento conoció a alguien quien, por mensaje, la hacía sentir reconocida y valorada, la alegraba y la hacía sentir como una persona digna de amor, admiración y respeto. Para ella más que una infidelidad fue una forma de resistir el maltrato y la violencia que su esposo ejercía sobre ella día tras día, año tras año; una necesidad de que alguien valorará al individuo, a su esfuerzo, a sus virtudes; alguien que la hiciera sentir más que servidumbre.

A pesar de que fue una forma de resistencia, Eugenia de igual manera, vuelve a caer en el juicio social, y como ella sintió que no siguió los roles y reglas socioculturales le exigían y debería seguir, creyó merecer un castigo infringido por su esposo, lleno de burlas, golpes y humillaciones; sin poder defenderse, despojándose una vez más de su integridad física, que se encontraba en ese momento a manos de su verdugo.

Aunque ella creía merecer ese castigo, al contarlo su cuerpo habla y se expresa por sí solo, mediante lágrimas y sollozos manifiesta cuanta impotencia y dolor sintió en ese momento. Ambos buscaron a un apoyo sentimental fuera del matrimonio, pero en su esposo nunca hubo represalias ni castigos, a pesar de haber ocurrido en más de una ocasión y de haber intimado sexualmente con muchas más parejas; sin embargo, Eugenia tuvo que ser golpeada, humillada y abusada, cuando ella solo buscaba que alguien la reconociera y la tratara como un ser humano valioso.

El ataque de violencia fue un castigo simbólico, donde el esposo de Eugenia fue juez y verdugo; un castigo y una lucha por el control de un cuerpo ajeno.

Cuando Eugenia se resistió al rol de “buena esposa” que promueve el patriarcado, su esposo, un hombre machista y misógino, recurrió a la violencia como la única forma de retomar el control sobre ella. Una lucha cuyo fin era, mediante la violencia, imponerse como el único dueño del cuerpo y la sexualidad de Eugenia; creerse con el derecho de agredirla o matarla, si se le ocurre (Campos, 2007); despojando a Eugenia de su integridad física, mientras dure el vínculo matrimonial que los une.

Maternidad.

El Despojo de la Maternidad y el Estrés Crónico.

... yo las veía (sus hijas) y siempre fueron mi adoración, siempre. No toleraba... una vez que él me mandó al hospital, me abrió la cabeza, fue por defender a mi hija, la grande, porque le estaba mandando por un refresco... Y no, no fue rápido la niña y él le iba a pegar y yo me metí, y le dije: A mi hija no la vas a tocar. Y me azotó con la puerta y pues era un ir y venir porque yo no, o sea, pues me golpeaba, pues yo me defendía. Obviamente, pues no sé compara la fuerza de una mujer con la de un hombre. Y entonces este forcejeamos y me dio con una sombrilla, pero el mango era de madera y me abrió la cabeza, pero fue por defender a "mija".

En este párrafo Eugenia nos relata parte de su maternidad, para ella sus hijos significaban lo más valioso de su vida. Sin embargo, aquí sucede otro despojo, el de una maternidad. Ella físicamente se convierte en madre, pero no puede gozar ni disfrutar tal etapa, pues siempre debía de estar al cuidado y a la espera de la violencia; intentaba apartar y defender a sus hijas, principalmente, de su propio padre.

Como se ha constatado, el entorno en el que se desenvolvían Eugenia y sus hijas era machista; siempre debían de estar disponibles y al servicio del patriarca de la familia, y si fallaban, este recurría a la violencia como castigo. Se creía superior en todos los aspectos e imponía tal superioridad exhibiendo su poder y control mediante la violencia.

El hecho de que Eugenia estuviera preparada para un enfrentamiento (con tal de defender a sus hijas) en cualquier momento, llevaba a su cuerpo a vivir en un

desequilibrio constante del cortisol, la hormona del estrés, lo que ocasionaría que más adelante se presentaran daños a su salud.

Tal como lo menciona Pulido (2012), la liberación de la hormona del estrés es una respuesta conductual y fisiológica ante una amenaza, que prepara al organismo a un enfrentamiento, huida o ataque. Sin embargo, cuando esta situación se repite de manera constante, como por ejemplo Eugenia que debía de estar preparada para enfrentar la violencia en cualquier momento de su maternidad, se origina un estrés crónico y prolongado capaz de ocasionar trastornos en funciones metabólicas, inmunitarias, de circulación, reproducción, inflamatorias (Pulido, 2012), entre otras; las células sufren alteraciones metabólicas.

La dominación violenta ejercida por un padre machista y misógino, hizo de la maternidad de Eugenia, una de las etapas más estresantes de su vida, cuando debió de haber sido una de las más satisfactorias; marcándola tanto a nivel físico y como emocional.

El Significado de los Hijos.

De mis hijas, de mi hijo. De eso me he sentido orgullosa... Yo traté siempre de ser feliz a mi manera, aunque llevaba una mala vida con el papá de mis hijas. Siento que nunca perdí mi alegría, a mí me llenaban mis hijas, o sea, si mis hijas iban y me llevaban a los nietos para mí era mi vida, era, era sentir aquí (se toca el pecho) algo maravilloso. Sentía que mi pecho se hacía grande cuando las veía llegar.

El contexto histórico social de Eugenia construyó sus significados a partir de los diferentes espacios, tiempos y conexiones (Lau, 2006); la vida llena de violencia que experimentó, la marcó y lastimó por el resto de su vida, pero ella quería que sus hijos, aquello que más amaba, no sufrieran lo que a ella le tocó soportar; tal convicción modificó su psique individual. Tal como lo mencionan Pulido y Cuellar (2011), cada persona elabora sus significados en función de su subjetividad y basándose en sus experiencias.

Para Eugenia, sus hijos significaban sus logros; su alegría y su felicidad; su amor; la fuerza que necesitaba, día a día, para seguir adelante; significaban sus razones para vivir. Es poético como, a pesar de la dura vida que llevó, siente como su pecho se regocija y se llena de la esperanza, cada vez que veía llegar a sus hijas y sus nietos. La forma en que se toca el pecho, como expresando el consuelo que calmó la batalla que vivió durante tanto tiempo.

Rocío

Infancia.

Influencia de la Jornada Doméstica en la Infancia.

Mi mamá en las mañanas iba por la leche, me dejaba la ropa arreglada. Me levantaba, yo tenía que desayunar este bueno prepararme como quien dice y cuando ya llegaba ya nada más, era para peinarme y terminar de arreglar a mis hermanos y pasarme a dejar a la escuela. Me pasaba a dejar y ella se iba a lavar a la casa de mi abuelita porque hasta allá arriba en el cerro, pues no teníamos agua... Cuando estudié la primaria ..., pues también veníamos a lavar, terminaba

de lavar o trataba de apurarse para que a las dos que yo entraba en la escuela, me pasaba a dejar como al diez para las dos ... Del kínder, pues recuerdo como los festivales importantes, que las pastorelas, me acuerdo que mi mamá me hizo un como traje de pellón. ... hicimos un festival ... y ... mi mamá me compró un vestido blanco bien bonito y me fueron a peinar ... Y cuando llegué a la primaria, pues ya me gustaba mucho, yo me acuerdo que me gustaba mucho en la escuela, tenía maestras muy estrictas. Siempre me tocaron maestros muy estrictos.

En el párrafo anterior, Rocío nos cuenta cómo la situación de carencia de agua en su entorno social modificó todas sus rutinas, y que su infancia estuvo relacionada con la jornada doméstica de su madre, notándose una marcada relación.

Rocío registra en su conciencia la importancia de los roles de madre y abuela con el desarrollo e infancia. En el relato podemos observar que ella se sintió amada e importante durante su niñez, lo que le permitió desarrollar su confianza en sí misma. Le da un significado muy relevante a la intervención activa de las mujeres en la vida escolar de los hijos. Tanto así que, en un futuro, la característica que más aprecia Rocío de su lugar de trabajo, es la capacidad de involucrarse en la vida académica de sus hijos.

Valorización y la Búsqueda del Honor en la Infancia.

...mi infancia pues la verdad es que fue de las mejores ... los juegos que teníamos eran bien padres, bien divertidos y podías estar a las horas de la noche en tu, en la calle, sin que nadie te dijera nada y sin que corrieras tanto peligro como ahora ¿no? ...No, pues la verdad es que la etapa de mi niñez fue, y de la adolescencia,

creo que fue la mejor, ... la etapa más más bonita creo que es la secundaria, ... en la primaria no era de una alumna de excelentes calificaciones ¿no? ochos, pero no más, no pasaba del ocho. Y en la secundaria, pues ya ahí sí, fui alumna, de mi grupo, fui la mejor siempre, siempre en el cuadro de honor.... La verdad es que mi infancia fue muy bonita de eso no me puedo quejar. De eso sí y de todo lo que me ha pasado, pues está bien, bueno, malo, pero aquí estamos.

Las mujeres se encuentran tan infravaloradas en el sistema capitalista que ellas se encuentran en una búsqueda constante de un reconocimiento digno de sus habilidades y capacidades. En el párrafo anterior notamos como Rocío asocia la felicidad con el reconocimiento de sus capacidades, como se sintió plena al ser la mejor. Podemos decir que en esta etapa Rocío experimentó la autonomía, la libertad, plenitud y la salud; de tal manera, que la considera la mejor etapa y la más bonita de toda su vida. Una etapa donde pudo vencer los obstáculos impuestos por el patriarcado, una etapa que le enseñó que puede transmitir una resistencia abierta, expresada, articulada, revelada y declarada. Rompiendo el molde de mujer recatada y dominada, que promueve la dominación patriarcal.

Influencia de la Infancia en la Resistencia.

...y saqué mi... de mi mochila... dos víboras de esas de agua, chiquitas; y que me enojo, ... en el baño que la encierro y que nos peleamos... Pero pues le digo a mi mamá, ... eso es porque ella lo provocó ¿no? si no me hubiera hecho nada o no

me hubiera metido estos insectos en mi mochila, pues yo no le hubiera hecho nada...

En el párrafo anterior, se distingue claramente la principal diferencia de “Lupe” y Eugenia con Rocío. Gracias a que Rocío contó con un ambiente libre de violencia y abuso durante su infancia, fue capaz de demostrar una resistencia abierta y declarada; contraria a la resistencia silenciada de Eugenia o a la resistencia fallida de “Lupe”. Por tanto, cuando hubo intentos de bullying en su época escolar, Rocío se defiende y no se deja intimidar fácilmente por nadie. Al permitírsele desarrollar sus capacidades y potencialidades, y de ser consciente de su valor por el reconocimiento social, la intimidación pierde significancia en su entorno.

Noviazgo.

Dominación Desde el Noviazgo.

Tuve un noviecito por ahí que la verdad si era como muy celoso, muy posesivo y yo creo que ahorita como analizando la situación... sufrí violencia psicológica. Porque yo no podía hablarles a sus amigos, mis amigos, porque se enojaba y luego no; o sea, nunca me tocó, nunca me tocó, pero sí, psicológicamente me decía “es que si tú haces esto y yo te voy a dejar” y pues decía: que no me vean que yo les hablo porque si no, se va a enojar. Luego cuando íbamos, por ejemplo, a la fiesta del pueblo, me decía “¡No vas a salir, eh! No quiero verte en el baile.” y sí, ... luego me decía mi hermano, “¿no vas a ir?” y le decía no, me quedo. “Vamos”, no, no quiero ir, me quedo; pero era como por esa situación, ¿no? de

que él decía no vas, no vas. Hasta que una vez unos amigos me dijeron “es que él dijo que ya terminó ... y que cuando él quiera tú regresas con él... cuando truene los dedos, tu regresas con él”. Entonces ahí fue cuando dije: Ah, ¿eso dijo? Y ahí fue cuando dije pues de aquí en adelante no vuelvo a regresar contigo. Pero si después te vas dando cuenta, o sea, él no quería que le hablaras, no quería que salieras, no quería que me pintara, no quería que me arreglara, me decía “no quiero que te vayas en el micro, vengo por ti” ... En ese entonces, o sea, yo tenía yo ahí como 17, 18 años y pues decía: me quiere, por eso me cuida; pero no.

En el párrafo anterior, Rocío nos cuenta que, durante el inicio de la juventud, se enfrenta con una relación llena de ideas machistas. Campos (2007) hace referencia que en las relaciones machistas los hombres suelen estar encima de sus parejas, vigilando sus relaciones, y sus formas de pensar y de vivir. Tal es el caso de Rocío que, pese a que le gustaba mucho salir, bailar, aprovechar las oportunidades y vivir libremente conforme a sus propias ideas y decisiones; tenía que dejar de lado sus gustos, sus convicciones y las actividades que la satisfacían, por el condicionamiento de su pareja, disfrazado de un “falso bienestar”, que no hacía más que orillarla a una dominación.

También encontramos en el relato cómo su novio de la adolescencia quería ejercer control y dominio sobre ella mediante la manipulación. Evidenciando como desde muy jóvenes, el entorno machista les enseña a los hombres a dominar sobre las mujeres, y cómo la violencia (económica, física y psicológica) pasa a ser utilizada como un recurso para mantener a las mujeres bajo el yugo del varón (Ramírez, 2002).

Rocío cae en la realidad del engaño del “macho protector” que no busca más que su propio beneficio, inclusive encontrando en el falso discurso de su novio, intenciones de burla y descaro. El novio hace burla de ella y se regocija del control y dominio que podía ejercer sobre ella, inclusive mencionando que con el tronar de los dedos ella se encontrará a su servicio, como si fuera su sirviente y no su pareja, porque realmente sus intenciones con esa relación era tener en su compañera, ese ser inferior que pudiera seguir humillando y pudiera seguir atendiéndolo como si fuese su servidumbre.

Probablemente, el joven novio de Rocío veía natural el hecho de que él tenía que someterla por las normas sociales patriarcales que convierten al género femenino como el blanco de la dominación conductual con origen de índole sexual (Boltanski, 1975); y que, a pesar de que el propio hombre se encuentre dominado por el sistema económico y político, buscará dominar a las mujeres (Giroux, 1983).

Al darse cuenta de esta humillación, Rocío puede constatar que durante su noviazgo sufrió de control machista, de violencia psicológica mediante la manipulación, y de dominación sociocultural. Y gracias a que Rocío creció en un ambiente donde podía expresarse y vivir plenamente estando libre de violencia, es capaz de resistirse abiertamente a la dominación que ahora se le presenta claramente, hasta el punto de terminar con esa relación, y prometerse a sí misma, nunca caer en humillaciones una vez más, ni al mismo control o manipulación por sus futuras parejas. Consciente de su valor, no permite que ningún hombre vuelva a considerarla inferior.

Matrimonio.

El Machismo Invisible Disfrazado de Desigualdad de Condiciones.

... aquí nos han dado talleres de ese tipo, entonces... pues aprendes a identificar los tipos de violencia y pues no permitir que suceda, entonces luego a veces yo digo mi marido, me hace violencia económica porque no me da el dinero que yo necesito, y luego le digo: Oye, es que tú ejerces en mí violencia económica. Me dice “¿cómo crees? estás loca”. Le dije sí, si tú te vas a un taller, vas a ver que tú no estás cumpliendo con lo que te corresponde, la que saca todo soy yo, y vas a ver que entonces si estás ejerciendo violencia sobre mí. Y se queda ya como pensando ¿no?, me dice “voy a tratar de darte un poquito más” y ya ... pero, así como que, en su momento, si le digo: ¡Oye, estás haciendo esto!

En este apartado Rocío nos cuenta que, en la actualidad su centro de trabajo la prepara para resistir, enfrentar e identificar los diversos tipos de violencia que hace vulnerables a las mujeres en una comunidad machista como San Miguel Topilejo.

Cuando recibe esa capacitación Rocío se da cuenta de que su marido ejerce sobre ella un tipo de violencia, la violencia económica. Esto debido a que a pesar de ambos trabajan, Rocío es la que lleva la mayor carga económica de su familia; además de que combina su jornada asalariada con la jornada doméstica; y no es que Rocío busque el sometimiento de su esposo, sino que en lugar de que se encuentren en igualdad de condiciones, estas son desfavorables para ella, en comparación con su pareja.

Campos (2007) menciona que, aunque se vayan superando los estereotipos de género por muchos hombres, no significa que estos hayan dejado de ser machistas, sino

que se guían por ideas de un “machismo invisible”, un machismo oculto que siguen poniendo en riesgo de violencia a las mujeres.

Así, aunque el esposo de Rocío no sea una persona abiertamente machista y misógina, si puede tratarse de una persona con una ideología machista invisible, pues a pesar de conocer que existe aún una la desigualdad de las condiciones de su esposa, no busca un cambio. Inclusive, es la misma Rocío quien manifiesta una resistencia abierta y expresada que le hace ver que ella se encuentra en una posición desventajosa, y se niega a seguir con ese sometimiento.

Maternidad.

El Despojo De La Maternidad Por La Dominación Sociocultural.

... quedé embarazada de mi hijo. Yo no le dije a él (el papá) que estaba embarazada (sollozo). Fue una situación muy difícil (llora). Mi papá no se enteró, mi mamá se enteró hasta que tenía yo seis meses... Pues si es una situación difícil porque pues yo dije, defraudé a mi mama ¿no? (llora) ella nunca esperó esto de mí, pero ni modo así, así es la vida. Y mi papá (suspiro) pues también se sintió defraudado. Él no se enteró, trataba de no llegar a la casa para que no se diera cuenta. Él se enteró hasta que nació mi hijo que yo estaba embarazada (sollozo). Entonces, pues sí, fue algo muy muy difícil porque pues yo lloraba. No sabía que iba hacer (suspiro), mucha gente me dijo pues aborta ¿no?, pero pues yo dije no, o sea como, tengo que hacerme responsable de mis actos. ... Cuando nació mi hijo, por toda la situación, pues tuve depresión posparto, pero como siempre ellas (compañeras y amigas de la cooperativa) nunca me dejaron, estuvieron

apoyándome (sollozo) y pues mi papá conoció, aunque estábamos en la misma casa, mi papá conoció a su nieto hasta como a las tres semanas que nació; y la verdad es que yo sentía feo ¿no? porque él estaba muy enojado, muy enojado y no quería ni verme. Y le dijo a mi mamá, pues que no, no quería que estuviera yo ahí y mis hermanas fueron las que pues lo hicieron entrar en razón y mi abuelito.

En el párrafo anterior Rocío relata la primera vez que se enteró que estaba embarazada y las dificultades que enfrentó. Al crecer en una comunidad machista a Rocío se le enseñó que, ella como mujer debería poseer un pudor y una castidad; que debería de guiar su cuerpo y decidir sobre el mismo, conforme a las normas del decoro que dominan a las mujeres (Boltanski, 1975). Sin embargo, ella cuenta que experimenta un embarazo no planeado; y por la mezcla de sentimientos y emociones de culpabilidad, enojo, tristeza, no pudo disfrutar del inicio de la etapa de su maternidad.

Debido a la vergüenza por no haber cumplido con las normas socioculturales que sus padres y la comunidad esperaban que cumpliera, ella decide ocultarse del escrutinio social y de su propia familia. Por primera vez, Rocío experimenta una resistencia fallida, aspecto que emocionalmente la dejó devastada; y, hasta la fecha, ella se culpabiliza por no seguir las normas impuestas por la dominación cultural hacia las mujeres. Rocío cuenta que fueron sus compañeras de la cooperativa quienes brindaron un apoyo fundamental para superar tal etapa; es evidente que sean sus compañeras, mujeres sometidas a las mismas normas de dominación, quienes se muestren más empáticas con ella, formando ante su resistencia fallida una resistencia colectiva.

Con todo el sufrimiento de la Rocío gestante, se puede visualizar cómo la dominación conductual (de origen sexual) y sociocultural está orillando a Rocío a un despojo subjetivo de su maternidad. Inclusive, relata como al no cumplir con las expectativas culturales casi fue expulsada de su hogar (por su padre, el patriarca de la familia), arrebatándole su tranquilidad o cualquier tipo de consuelo.

Ella ya no disfruto esa etapa, más que un gusto para ella el inicio de la maternidad quedó marcado por el sufrimiento. Una vez más, la dominación sociocultural de las mujeres, le arrebató la posibilidad de disfrutar la espera y el nacimiento de su hijo.

Rocío sufrió del fenómeno conocido como *habitus corporal*, mismo que Boltanski (1975) conceptualiza como el sistema de normas interiorizadas (en base a ellas se juzga a sí misma) que rigen la relación de los individuos de un mismo grupo con su cuerpo (tal como Rocío se identificaba como una hija de familia) y cuya profundidad radica en el hecho de ajustarse siempre a la cultura (desde una cultura machista que establece el valor de las mujeres ligado a su castidad).

Ella misma hace referencia a lo mal que la hizo sentir, denomina como feo ese tiempo, pero realmente su cuerpo expresa mediante las lágrimas lo triste e injusto que le debió parecer el ser juzgada por las personas más allegadas, como su familia; es absurdo como no pudo disfrutar de la etapa de su maternidad por el dominio que el sistema sociocultural ejercía en su cuerpo, en lo que las normas sociales le imponían y le obligaban a seguir (Pulido y Cuéllar, 2011); y lo que la sociedad esperaba que ella fuera, una mujer que se mantuviera virgen y casta hasta el matrimonio.

La Maternidad en el Patriarcado.

Pasa el tiempo y conocí al papá de Daniela...Pues ya quedé embarazada, nos juntamos, este... él es más grande que yo, pues sí hemos tenido como unas rachas pues sí, económicas, grandes que la que ha solventado todos los gastos hasta este momento soy yo. Hay veces que me desespera que, pues que no aporte, pero ya no sé qué hacer... Bueno, pero bueno, a final de cuentas, pues yo tengo que solventar los gastos más que nada por mis hijos, porque si no lo hago, pues estaríamos, no sé en qué situación nos encontraríamos. Afortunadamente yo sí cuento con un trabajo donde tengo un sueldo y pues con eso sobrevivimos.

En el párrafo anterior vemos una de las inconsistencias del patriarcado. Pese a que en el sistema patriarcal los hombres se consideran a sí mismos como las cabezas o padres de familia, con el papel más influyente e importante en tal institución, son las mujeres quienes en la realidad concreta (Kosik, 1976) organizan y procuran el bienestar de todos los integrantes de su familia, siguiendo su esencia colectiva.

Rocío misma refiere que sin ella, realmente su familia no estuviera en las condiciones de vida que tienen actualmente. Ella es consciente de su importancia y de lo influyente que es su papel en la familia; ella no asume un papel de sumisión o abnegación, impuesto por el sistema patriarcal, porque considera que fueron sus potencialidades y capacidades las que le permitieron sustentar económicamente las necesidades de su familia.

Consolidando su papel de una mujer que lucha y resiste, porque a ella el sistema patriarcal y sociocultural le ha fallado, su esposo, en su papel de hombre no es capaz de cumplir con el rol que impuso el propio patriarcado de “buen proveedor”; ella toma las

riendas de dirigir la familia sin cederle el mérito a un hombre, como le enseña el patriarcado que debería de hacerlo, al contrario, inicia una valoración de sí misma.

Rosario

Infancia.

Significado del Rol Masculino vs. El Rol Femenino.

Mi infancia, mi niñez, yo considero que fue, ha sido hasta ahorita, la mejor de mi vida; porque fue en un pueblo; porque fui la más chiquita y fui la consentida; porque era yo un desorden, era un desastre; me encanta el fútbol, entonces de chiquita, me iba a jugar fútbol... Bueno, me quedé sin papá ¿por qué? pues porque él decide dejarnos... pues me críe sin papá en mi infancia, desde mi infancia, toda mi vida, ... no viví acoso sexual, no fui violada... Sufrí violencia de por parte de mamá, sí, porque me chingaba, me pegaba porque era yo bien tremenda. Y entonces he... ahora que yo platico con mi mamá, me pide perdón y me dice que, pues que la perdone pues que, que ella creía que, de esa manera, era la mejor forma de educarme y de que yo aprendiera, y de que yo obedeciera, y no, no, no tengo rencor. La amo a mi mamita ...

En el párrafo anterior, Rosario relata que en su infancia fue capaz de desarrollar sus destrezas y descubrir sus talentos mediante el juego; a pesar que el orden cultural impone el fútbol como una actividad masculina, para ella fue un talento innato, se impone y decidió resistir a la dominación cultural desde la infancia.

Por otro lado, al quedarse sin una figura paterna desde el nacimiento, Rosario valorizó más el rol de las mujeres en su entorno. La masculinidad y la paternidad perdieron sentido, y al no contar con el símbolo de una figura paterna, nunca pudo encontrarle significado relevante o simplemente el significado cambio respecto a su contexto vivencial, como lo dice Cassirer (1968). Por tanto, en su adultez, su ausencia no representó un impedimento para su desarrollo emocional y social.

Rosario cuenta como sufrió maltrato en su infancia por parte de su madre; sin embargo, no le guardó resentimiento. Esto se explicaría porque la familia es una de las instituciones que condicionará a cada individuo para la vida productiva, impone órdenes y reglas, premia y castiga; en pocas palabras, mediante golpes la madre de Rosario la preparaba para acatar el orden, la disciplinaba para que fuera funcional para el sistema, como lo enuncian Pulido y Cuellar (2011).

En otro momento, también explica como su madre se disculpa pues para ella fue la mejor forma de educarla. Y es que, en el modelo cultural reproductor, la diversidad de ideas e identidades contrarias al rol femenino impuesto, no son compatibles con la dominación del sistema. Rosario, era sin duda, una niña fuera del molde, no era recatada ni sumisa, jugaba fútbol y le encantaba ensuciarse, ella misma se nombra como “tremenda” o “un desastre”; sin embargo, en ella no había nada desastroso, es solo que intentó resistir al rol femenino que le fuera heredado, y estas actitudes son consideradas como una amenaza (Giroux, 2013) para el patriarcado. Y, la madre de Rosario, al identificar que su hija podría estar en peligro de ser rechazada por no seguir el rol preestablecido socialmente para ella, intentó corregirla y disciplinarla para obedecer la dominación socio-cultural y siguiera siendo funcional en su contexto.

Cuando su madre se da cuenta que la diversidad ideológica y la resistencia de Rosario no representaron un verdadero peligro para su futuro, como el sistema le había hecho creer, pudo haberse dado cuenta que los golpes no eran la respuesta, solo era que Rosario veía una realidad diferente, una realidad donde las mujeres no tuvieran que estar obligadas a seguir un rol y pudieran resistir a la dominación del patriarcado.

La Infancia y las Bondades del Matriarcado.

... me gustaba andar jugando con los niños y jugábamos descalzos, le pegamos a la pelota descalzos en el calorón... jugábamos ... y me caí una vez en una nopalera, toda guatada. O sea, yo digo, bueno, qué chiquita no, no medías ... consecuencias. Había un arroyo ahí cerca de la casa de mi mamá, hay un arroyo cerca de la casa mamá, y me iba a nadar este... yo me la podía pasar toda la tarde ahí jugando en el agua; este, mi mamá me mandaba a lavar según o cuando iba a lavar mi mamá, no pues yo el tiempo todo el tiempo andaba jugando ahí en el agua, fue muy bonito... mi abuelita muy amorosa... y en esa casa siempre había de comer, siempre había de comer, quien llegará, a la hora que llegará, siempre había un taco que ofrecerle. Mi abuelita siempre se la pasó echando tortillas. Siempre tenía unos frijoles deliciosos y unas papas...en su brasero. Y siempre nos gritaba con muchas groserías, a su modo, a su forma. Llegamos a la casa de mi abuelita y no era de que ella nos mandara; sabíamos que sí que había que barrer, nos ponemos a barrer; si poníamos a recoger basura, acarrear agua, ...

En este párrafo nos damos cuenta como la infancia de Rosario influyó de manera positiva; le permitió sentirse plena y saludable, era capaz de encontrar su propia felicidad en su entorno. Y es que, en su segundo párrafo explica como en su contexto social, las figuras de importancia eran femeninas, su madre y su abuela.

Anteriormente Engels (1989) nos explica como en el inicio de las sociedades, las mujeres eran quienes ejercían el poder decisivo sobre la tribu, eran quienes mandaban, ya que, a diferencia de los hombres, las mujeres siempre velaban por el bienestar colectivo. Nos damos cuenta como en el contexto de Rosario, su madre y su abuela eran quienes decidían y velaban por el bienestar colectivo, y pasaban esta enseñanza a la siguiente generación. Más que la idea de realizar el trabajo doméstico, Rosario heredo la preocupación por el bienestar de la colectividad.

Si bien, en el primer párrafo podemos visualizar como Rosario logró mostrar indicios de una resistencia abierta a la dominación cultural; la ideología adquirida en el ámbito familiar por su contexto histórico-social, influenciada por el matriarcado en el que se desarrolló, le permitió desarrollar una resistencia colectiva.

Como ella vivió y reflexionó sus maneras de resistir, en su adultez fue capaz de ejercer y orientar a otras mujeres a una resistencia colectiva, pues tal como dice Chapela (2015), la forma en que ejercemos dependerá de las maneras en que hemos vivido.

Resistencia a la Discriminación en la Infancia.

...antes cuando era pequeña, yo siempre he sido llenita y he sido morenita, antes renegaba de mi color (se señala con incredulidad) ... Pero sí, de repente en la escuela llegué a sufrir discriminación... Incluso, yo siento que a mí no me eligieron

en la escolta porque era gordita. Pues ya después cuando yo me doy cuenta que (ríe), dije: Pues bueno, pues en vez de estar en la escolta, voy a jugar fútbol. Pues como que se me pasó ¿no? a mí me encantó siempre jugar fútbol... En la secundaria, había un amiguito que, él me decía que yo era “Marimar” porque en la secundaria, era delgadita y siempre he sido chinita. Entonces tenía mi cabello chino, y era morenita, y luego por el acento ¿no?... Entonces yo me sentía ¡uy! como que, me parezco a Thalía ¿no?, ... como que sano mi parte de la autoestima.

En sistema capitalista, dominado en su mayoría por hombres, existirán muchas características que deben de ser compatibles hacia la idea de una mujer aceptable, como: ser alta, delgada y de tez blanca. Cuando se suele romper este canon de “belleza”, podría existir un rechazo social.

Durante su infancia, Rosario padece un intento de dominación corporal en el ámbito escolar. En las mujeres existe un marcado intento de dominación sexual con el objetivo de ser agraciadas para el deleite de otros.

El sistema dominante promueve la ideología de “verse bien”. Inclusive, en el mismo mercado capitalista, encontraremos millones de productos, fragancias, prendas, modas, etc. cuyo único objetivo es el de convertirnos en una mercancía para el sistema. Una mercancía lujosa, agraciada y elegible para una falsa plenitud, una felicidad lo suficientemente instantánea para seguir consumiendo.

Sin embargo, aunque la belleza sea una idea capitalista, en esencia sigue siendo subjetiva. Un aspecto simbólico que tal como lo menciona Cassirer (1968) no tiene por

qué ser universal, sino que los significados que se le dan (a la belleza) pueden ser variables dependiendo el contexto.

Rosario demuestra una vez más una resistencia, ahora organizada, pues al negarle ese reconocimiento de ser de la escolta, como ella espera; decide, en lugar de querer cambiar y encajar en ese aspecto físico que le pedían, seguir desarrollando sus potencialidades humanas. Inclusive podemos suponer que fue la decisión más sana que pudo haber tomado; ya que, en lugar de caer en trastornos de la conducta alimentaria (TCA), decide vivir conforme a la razón y seguir explotando sus talentos, siguiendo la enseñanza, inconscientemente, de la diosa griega de la salud, Higea (Chapela, 2008).

Posteriormente, Rosario recuerda que en la secundaria un compañero reconoció, aquellas características que anteriormente le causaban inseguridad, como algo positivo, y que a ella le permitieron superar ese abuso e intento de dominación. Los significados que Rosario le había dado a sus características físicas pasaron de ser negativas a positivas cuando paso de la primaria a la secundaria, es decir, cuando cambio el contexto en donde se desenvolvía.

Trabajo y Salud

En este segundo apartado, solo participaron tres mujeres: Eugenia, Rocío y Rosario, debido a que el esposo de “Lupe” le imposibilito seguir trabajando, siendo separada de sus actividades, incluida la investigación en la que había decidido participar.

Los relatos a continuación presentados contienen narrativas respecto a la ejecución de la doble jornada y su perfil salud-enfermedad, compaginándose y teniendo como mediador el estrés.

Si bien, el despojo sigue manifestándose en este apartado, este se encontrará más relacionado a la jornada interminable.

Eugenia

Trabajo Doméstico.

El Trabajo Doméstico: El Despojo de su Autonomía.

A mí me gustaba ser ama de casa. Con todo y todo, yo ponía mi música, le digo a pesar de la vida que yo llevaba con el papá de mis hijas...; pues yo trataba de llevar mi vida, como mejor pudiera, yo ponía mi música y hacía mi limpieza y cuando hacía mi limpieza y yo veía mi casa limpia, yo me sentía satisfecha. Pero nadie lo reconoce, finalmente llega él y ve lo mismo, y no lo reconocen, nadie, nadie lo reconoce ni los hijos, porque los hijos están en su rollo y si llegan tienen ropa limpia, este... comida en la mesa y la... todo, pero no dicen ¡Ay mi mamá!, este, pues ¿cuánto pasó todo el día para que estuviera así?, no, no lo reconocen. Entonces aquí yo digo. Me siento útil y valiosa. Sí, ahorita estoy muy tranquila. Muy muy feliz. Yo lo único que le pido a Dios pues que me siga dando salud.

En el contexto sociocultural del patriarcado, las mujeres como Eugenia se ven obligadas a realizar un esclavismo moderno, un trabajo doméstico que es infravalorado, denigrado, invisibilizado y no remunerado. Las mujeres son marginadas, obligadas a

pensar que el trabajo que realizan es inferior al de los hombres, o inclusive que “no trabajan” porque son obligaciones que, culturalmente, las mujeres deberían de hacer, pues son de la casa, así como los hombres de la calle (Rodríguez-Shadow *et al.*, 1992).

Sin embargo; en el trabajo doméstico, la carga de trabajo física y mental es igualmente agotadora, llegando a ser insatisfactoria para quien la realiza. Eugenia cuenta como a pesar de que a ella le complacía hacer el trabajo doméstico, siempre sintió esa infravaloración de sus actividades, cómo cada integrante de su familia era incapaz de reconocer el esfuerzo y dedicación con la que mantenía limpios los espacios y las condiciones, para que la familia pudiera vivir cómodamente.

Ella relata como nadie se detenía a pensar en el tiempo que invertía a su jornada doméstica. Eugenia pudo haberse dedicado a cultivar sus gustos, en desarrollar talentos, en recolectar experiencias, en vivir su vida dignamente sin tener que convertirse en la figura que atendía a los demás miembros; sin embargo, ella sacrificó tiempo (que nunca vuelve), esfuerzo, dedicación y energía, en un trabajo que nadie notaba.

Al nunca priorizarse, no fue capaz de cambiar su posición en la esfera social, lo que imposibilitó que pudiera incorporarse a un mercado laboral donde pudiera gozar de un salario, prestaciones laborales y de oportunidades justas para su desarrollo (Páez & Torres, 20223), perdiendo el derecho a vivir libremente sin depender de nadie, siendo despojada de su autonomía.

El capitalismo siempre busca exprimir toda la fuerza de trabajo de los trabajadores en su jornada, pero a las trabajadoras las somete todavía más, a ellas las obliga a servir dentro y fuera del trabajo; el mismo capitalismo imposibilita la creación de espacios donde las mujeres puedan trabajar en igualdad de condiciones, ya que es conveniente

para el sistema que su jornada doméstica nunca sea reconocida, que se dediquen a crear, mantener y cuidar a la mano de obra durante toda su existencia.

Es así, como vemos que el sistema se apropia de la autonomía y del trabajo de Eugenia. La desvalorización de su fuerza de trabajo y su disponibilidad ilimitada en su hogar, fueron dos aspectos que ejemplifican su explotación doméstica (Roux, 2008).

Posteriormente, Eugenia termina por contar como ahora, trabajando fuera de casa, en un lugar con salario y con ciertas prestaciones, sus actividades finalmente fueron reconocidas, dignificado su papel como la trabajadora que siempre fue; brindándole esa sensación de felicidad y reconocimiento que siempre le faltó en su jornada doméstica. El que ahora reciba un sueldo por lo que hace (trabajo asalariado) significó sentirse útil, sentirse valiosa, sentirse feliz; porque gracias a eso Eugenia pudo recuperar su autonomía, de la cual había sido despojada por la jornada doméstica.

Dominación Patriarcal Selectiva.

Yo le estaba dando de cenar y le, eran enchiladas verdes, y mi hijo estaba abajo en el patio. Y mi nieto estaba ahí conmigo. Mi nieto, pues prácticamente lo críe yo, al grande. Estaba ahí conmigo en la sala y no, ni siquiera recuerdo porque él se molestó, pero me aventó las enchiladas en la cabeza. Y este y mi niño, mi nieto bajo corriendo y le avisó a su tío, y mi hijo subió corriendo. Entonces, pues yo lo que hice, me limpié rápido la cabeza. Y este, y me dijo “¿Qué pasó?” Le digo nada hijo, “¿Qué pasó?”, le digo nada hijo y volteó y aventó a su papá. Y le dijo “A mi mamá no la vuelves a tocar, mientras yo esté aquí, a mi mamá no la vuelves a

tocar”. Entonces este, pues ya era el miedo de enfrentarlos a ellos. Y por eso pues me callaba muchas cosas.

- Y su pareja ¿Cómo reaccionó cuando su hijo la defendió?

Nada (ligera risa), no hizo nada. De hecho, la última vez que le comento que me golpeó, me dijo “Súbete para que no te vea...”, se llama Brayan “mijo”, dice “Súbete para que no te vea Brayan”. Y ya me subí, pero en la recámara, pues me siguió golpeando.

En el párrafo anterior, Eugenia nos cuenta como a pesar de cumplir con las obligaciones que le imponía el sistema sociocultural y económico de servir al esposo y proveedor, seguía recibiendo violencia, sin sentir que ella lo merecía porque estaba haciendo “lo que le correspondía”.

Eugenia relata cómo una vez, y sin importarle que su nieto pequeño atestiguaba, su esposo la golpeo y humillo vertiéndole la comida que le había servido en la cabeza, que más que un castigo se estaba burlando de las capacidades de Eugenia.

Aunque, debido a la naturaleza machista y misógina de su esposo podemos inferir que el problema no era Eugenia, o la manera en que ejercía su jornada doméstica; más bien, era el esposo quien necesitaba constantemente tener el dominio sobre la integridad y el cuerpo de Eugenia. Necesitaba tener el control, someterla a humillaciones para demostrarle, y demostrarse a sí mismo, que era él quien mandaba y tenía el poder, buscando fallas (para administrar castigos) donde no las había.

Sin embargo, ese día, su hijo estaba presente, cosa que antes no había ocurrido, y decidió enfrentarse a su padre para defender a su madre. Ante tal situación el esposo de

Eugenia decidió retirarse y no enfrentarse a su hijo, y procuraba golpear a Eugenia en lugares no visibles, o a escondidas, para que su hijo no pudiera enfrentarlo una vez más. Esto hace referencia a lo que menciona Ramírez (2002), “la violencia del hombre es selectiva contra las personas que menos poder tienen en la jerarquía social y no contra los que se encuentran en la cima de la jerarquía de control y dominio” (p. 29).

El esposo de Eugenia solo ejercía violencia sobre aquellos que consideraba más débiles e inferiores, como su esposa o sus hijas. Al momento que se vio enjuiciado por un hombre, en igualdad de condiciones, decide no hacer nada; ya que, para él, era más fácil controlar, dominar y someter a las mujeres. No era un instinto o una enfermedad, como sugieren algunas teorías de violencia intrafamiliar, sino más bien era una cuestión de poder; y donde sabía que no podría obtenerlo, simplemente no le interesaba porque su dominación era selectiva.

Hacia un Mejor Futuro y la Valorización del Trabajo Doméstico.

Cuando yo fui a buscar mis ... la casa está hecha un desastre (expresión triste), un vil desastre, o sea, no, o sea, ni siquiera... Manda su ropa a la lavandería, pero tiene así horrible, horrible, horrible, horrible la casa, horrible. No hay por donde pasar, no hay... y esa parte me da tristeza, ¿no? Porque digo a mí, yo fui muy ordenada en la casa y este me gustaba tener todo bien, pero pues ahora sí que cada quien vive como quiere vivir.

En este párrafo Eugenia cuenta como, una vez habiendo dejado a su esposo, vuelve al hogar que compartían juntos, y volver a ver ese entorno, ahora completamente cambiado, la marcó de una manera subjetiva.

Para ella su casa simbólicamente era aquel templo donde ejerció todas sus facultades; que, con tiempo, esfuerzo y dedicación, había cuidado con tanto esmero a lo largo de los años. Es por eso, que verlo destruido por la indiferencia de su ex esposo, luego de haber salido ella de ese lugar, no pudo sentir más que tristeza.

Además, ese momento le brindó a Eugenia la capacidad de valorizar su propia jornada doméstica, que ella de cierta manera, había invisibilizado como el sistema le había enseñado. Vio como cualquier entorno decaía rápidamente sin el trabajo doméstico y al mismo tiempo se dio cuenta de lo importante que era ella, la trabajadora que realizaba la jornada. Se pudo retirar las cadenas que la ataban a alguien más, y se dio cuenta que ella no podía cuidar para siempre de la persona que en su momento se dedicó a atender día y noche. Para ella, ese fue el momento en que pudo poner fin a su trabajo doméstico enajenado.

Trabajo Asalariado.

El Despojo de la Juventud y Otra Realidad del Capitalismo.

...cuando yo hablé con él (esposo) le dije que, si él seguía así, yo me iba a salir de la casa. Pues él me decía “¿de qué vas a trabajar?” Y una vez que andamos en Xochimilco estaba un letrero, había muchos letreros, de que solicitaban personal. Y ya, yo me acerqué a ver y me dijo “Pero ¿ya viste hasta qué edad es?”. Le dije sí, pues era hasta los treinta y tantos años, yo tenía más de cincuenta.

Y le dije sí y me dijo “pues solo que quieras trabajar de mesera o de algo” (expresión irónica con la mirada), le dije pues sí, de lo que sea, de lavaplatos, de limpia pisos, de lo que sea, de lava baños, pero no me voy a quedar ya contigo.

Ella se volvió consciente de su fragilidad como mujer en un entorno machista y visualizaba que mantenerse dentro del hogar la hacía propensa a seguir sufriendo el despojo, principalmente, por su esposo. Por eso se encamina en la búsqueda de nuevos horizontes y nuevas oportunidades que le permitan poder alcanzar la autonomía necesaria para labrarse un mejor futuro, sin depender de la persona que la había violentado por lo que llevaba de vida.

Al ver las vacantes, Eugenia se encuentra con otra realidad y otro despojo del capitalismo, la juventud. Para la acumulación del capital, la moneda de cambio será la fuerza de trabajo de los trabajadores (Marx, 1975), y entre más jóvenes sean mayor rendimiento y tiempo de trabajo podrán obtener de ellos. Desgraciadamente se enfrenta a otra realidad, la poca o nula existencia de centros laborales, donde las mujeres vulnerables puedan abrirse paso en el mundo laboral asalariado.

El esposo misógino se aprovecha de que Eugenia ha sido socialmente despojada de sus oportunidades y de sus facultades, e inclusive continúa burlándose de su falta de posibilidades y de la dignidad de diversos trabajos, con la finalidad de hacerla sentir avergonzada por no haberse integrado al empleo asalariado cuando el mismo fue quien la mantuvo explotada y vivió a costa de su trabajo doméstico por más de veinte años.

Rosa Luxemburgo denominaba esto como una contradicción histórica viva existente en el capitalismo, donde se exige participación en la acumulación del capital y, al mismo

tiempo, existe la incapacidad de hacerlo sin vivir a costa del trabajo doméstico (Roux, 2019). Así de incongruente era el esposo de Eugenia, se burlaba de ella por no tener trabajo asalariado mientras que el trabajo asalariado de él se alimentaba del trabajo doméstico de ella; por ella él mantuvo tanto tiempo su trabajo asalariado en buenas condiciones.

El Descubrimiento de las Potencialidades.

Pues cuando yo aquí recibo mi primer sueldo pues para mí fue ¡Wow!, ¿no? O sea, nunca había tenido yo dinero en mi mano, que yo me lo hubiera ganado, que era mi esfuerzo. Que dije ¡sí puedo!, o sea, ¡sí puedo hacerlo!, para mí fue maravilloso. El primer aguinaldo que recibí todo eso, pues fueron bonitas, han sido bonitas experiencias y fue algo muy muy muy bueno para mí y entonces, pues ya no ya no regresaría yo a lo mismo, no sé a cuidar a mis nietos, estar en la casa. Digo no, uno no tiene la última palabra, yo creo mucho en Dios y creo que él es el que tiene que decidir hasta cuándo, hasta cuándo me va a permitir seguir aquí.

En el párrafo anterior Eugenia nos cuenta que le quedó muy marcado el momento exacto donde ella recibió su primer pago y cómo experimentó por primera vez las primeras recompensas del trabajo asalariado. Para ella ese momento, en que recibe ese dinero, su primer salario, significó su libertad y un mejor futuro. Su vida, que se encontraba destinada exclusivamente al trabajo doméstico, a la casa, a servir a su esposo y a sus hijos; donde veía como cada miembro de su familia experimentaba una

preparación y una vida llena de frutos económicos; donde todos avanzaban menos ella; finalmente, quedo atrás.

Para ella el trabajo asalariado le proporcionó la libertad suficiente para descubrir sus propias potencialidades, para descubrirse a sí misma, más allá del papel enajenado que experimentaba en el hogar. Tal como ella dice, su trabajo significó un “¡si puedo!”, que si podía tener un mejor futuro; que si podía desarrollar sus capacidades y sus talentos; que si podía alcanzar su autonomía; que si podía ser reconocida.

Del Abuso hacia una Resistencia Abierta.

Como trabajadora, pues me siento bien, me siento eficiente. Y por decir con Chayo a veces hemos tenido nuestros roces, pero yo le digo a ella, es que a mí no me gusta que me griten, o sea, si tú me hablas bien yo entiendo, o sea, es a lo que voy, o sea que me vuelvo intolerante a esas actitudes ¿no? que me griten o que me manden de una fea manera. Siento que ahora cuido los modos de, de cómo me tratan porque pues siento que fui muy lastimada.

Con el trabajo asalariado Eugenia, que antes era incapaz de oponer una resistencia consolidada, y ahora cuenta como se rehúsa a ser víctima de cualquier abuso, incluyendo el laboral.

Cuando desarrolla sus potencialidades, y obtiene libertad, autonomía y valorización, se vuelve una persona con la capacidad de vencer sus miedos y de confrontar a cualquier persona con una jerarquía superior. Por lo que, en la actualidad es una mujer que se resiste a la dominación.

La Estresante Jornada Doméstica.

Estuve hospitalizada y de la última que me puse muy mal me descansaron dos meses y entonces, me decía Chayo “pues ve”, o sea, “ahorita estás en tu casa”. Le digo es que no puedo, o sea, no puedo estar en la casa porque a mí me deprime mucho...a mí me estresa mucho estar sin hacer nada, que a lo mejor el trabajo estresa o, pero se siente uno, al menos yo, me siento útil... y que la casa a mí me estresa mucho, mucho, mucho. Entonces vengo aquí, me distraigo, me ocupo, y este, qué es cansado, a lo mejor en mi condición sí lo es, pero pues así es, así es como me siento bien.

Para Eugenia la carga laboral del trabajo doméstico resulta más pesada que la del trabajo asalariado, inclusive las actividades que realiza dentro del trabajo asalariado le resultan más confortables. Probablemente se deba a que las actividades que realiza durante la jornada asalariada le son gratificadas a nivel social y económico, como menciona, puede verse a sí misma con un rol más útil e influyente, como una mujer empoderada con la capacidad de resistir al machismo de la comunidad.

La jornada doméstica a Eugenia le resulta un factor de estrés, y esto puede deberse a que hace una asociación simbólica del trabajo doméstico con la dominación y el despojo que sufrió a lo largo de su vida. El hecho de que no pueda descansar en su hogar evidencia que dentro del mismo las mujeres realmente no tienen un descanso, dentro de su casa no pueden elegir la manera en que descansan ya que como dice Durán (1986) la jornada doméstica combinada con una jornada asalariada se vuelve en una jornada interminable, llena de cansancio y de despojos.

Entonces cuando Eugenia (que cuenta con padecimientos que afecten su salud) termina cansada por las actividades realizadas dentro del trabajo asalariado, y la mandan a “descansar” a su hogar; realmente, lo que sucede es que llega a un entorno donde tiene que realizar más actividades que potencializan su cansancio, sin reconocimiento, sin voz; probablemente esto genere que ni siquiera tenga ánimos de mantenerse en el entorno doméstico. Para ella le resulta estresante el solo hecho de pensar que deba volver a ponerse en una posición de sometimiento y donde su fuerza de trabajo consista en servir a los demás, ya que, para Eugenia la jornada doméstica amenaza su posición socio-económica y las posibilidades de seguir desarrollando sus potencialidades; beneficios que obtuvo con la jornada asalariada. Es por ello que, al preguntarle respecto a los dos ámbitos, Eugenia prefiere a la jornada asalariada sobre la doméstica.

Los Significados del Centro Laboral.

... para mí algo muy, muy, muy significativo. Yo le decía que... el hecho de decir “Mujeres en lucha” y nunca lo había yo, me había puesto a pensar y yo dije sí. Para mí “Mujeres en lucha” significa mucho, para mí es... este, fue luchar contra mis miedos, contra mis inseguridades, contra, decir ¡sí puedo!, ¡sí puedo y voy a poder! Eso fue para mí este centro.

En el párrafo anterior, Eugenia nos habla de los significados que le otorga a su centro laboral, ese espacio que le permitió desarrollar sus capacidades humanas, alcanzar su autonomía femenina y mantener activa su resistencia abierta. Tal como nos cuenta, para

ella el centro representó un lugar propicio para ejercer la resistencia colectiva en las mujeres, sobretudo en una localidad machista.

Ella en su papel de trabajadora, y como lo menciona Cassirer (1968), no guía sus condiciones de vida solamente en un universo físico y biológico, limitada a sus necesidades e intereses prácticos, como lo quiere hacer ver la perspectiva objetiva capitalista; sino que ella elige permanecer en la cooperativa porque en ese espacio productivo encuentra un universo simbólico, lleno de significados; que son representativos y guían su correlación conceptual que construyen su propia realidad (Kosik, 1976).

Proceso Salud-Enfermedad.

Ejemplificación Del Despojo.

Y en mis terapias, ella me dijo que buscara que hacer, buscara algo que a mí me gustara. Ahí me di cuenta, pues que yo estaba perdida, ¿no? Me decía “¿Qué te gusta hacer?” No sé. “¿O qué te gustaría hacer? ¿Qué te gustaría trabajar?” Pues no sé, no sé hacer nada.

Roux (2008) hace una reflexión de las ideas de Marx, en ellas visualiza el despojo, el desamparo, la soledad y la pérdida de la autonomía, como dimensiones del desgarramiento operado por la expansión del capital.

En el párrafo anterior vemos ejemplificado el despojo y las constantes perdidas en el discurso de Eugenia. El desamparo y la soledad se hacen presentes cuando cae en la realidad de que se encuentra perdida. Cuando ella se da cuenta de que no puede

responder “¿Qué te gusta hacer?” se puede evidenciar el constante despojo de sus capacidades; ante la incapacidad de responder “¿Qué te gusta hacer?”, se constata como ha sufrido constantemente la pérdida de sus potencialidades; sin saber en “¿Qué le gustaría trabajar?”, podemos demostrar la pérdida de la autonomía de la que hablaba Marx, pues en ese momento Eugenia fue incapaz de trabajar (trabajo asalariado) y desarrollarse económica y socialmente.

Es curioso cómo hasta que su terapeuta la cuestiona sobre su futuro, es cuando Eugenia se da cuenta como ha dejado su vida de lado por dedicarse exclusivamente al trabajo doméstico y de que ha sido directamente una víctima más del despojo producido por el sistema capitalista que no la reconoce, más que como una mujer dedicada a servir y a producir nueva mano obrera.

El Proceso de Enfermedad.

...hace diez años, se dieron cuenta en un estudio de rutina; se dieron cuenta que, que estaba yo arrojando mucha proteína y me empezaron a estudiar y se dieron cuenta que no tenía mi riñón derecho. Empecé con mi mastografía ¿no?, que me hice a los cuarenta y tantos años, mi primera mastografía, y salió mal. Entonces en ese, en ese lapso fue cuando se dieron cuenta de lo de mi riñón porque me hicieron estudios preoperatorios se dieron cuenta. Entonces, pues el hecho de que yo ya había pasado todo ese proceso y luego este... que me digan... otra cosa más de salud, pues sí me dio para abajo, me dio para abajo, pero pues he... he ido batallando y luchando por mi salud día a día.

El primero (seno)... salía un nódulo ahí que no pintaba bien, me hicieron esa biopsia y gracias a Dios el resultado de patología salió bien. En la segunda biopsia que me hicieron, este salió, mal salió mal y este... por eso me volvieron a abrir y ahí, pues me retiraron tejido. Y ya la tercera de patología ya salió bien. Negativa a cáncer.

En los dos párrafos anteriores Eugenia nos cuenta que su estado de salud se encuentra comprometido por el descubrimiento de dos procesos de enfermedad, uno relacionado a la ausencia de un riñón, y el segundo relacionado a la detección de tejido canceroso mediante biopsias y un probable riesgo de cáncer de mama.

Tal como se ha visto anteriormente, a lo largo del tiempo Eugenia ha llevado una vida estresante. Las obligaciones del trabajo doméstico (de las cuales nunca descansa); las constantes amenazas contra su vida y su integridad física por parte de su esposo; su entorno machista y misógino, donde ella tenía que llevar una resistencia silenciada y guardar sus emociones; y el constante despojo por el sistema económico y socio-cultural, crearon un entorno altamente estresante y propicio para el desarrollo de enfermedades vinculadas al estrés prolongado como las crónico-degenerativas, que diariamente ponen en riesgo la vida de millones de trabajadores y trabajadoras.

El hecho de que Eugenia sea diagnosticada, para ella significó un momento doloroso, pues sintió que, en lugar de recompensas, su vida se convirtió en una aún más dolorosa, marcada por el miedo, la preocupación por sus hijos y un sufrimiento subjetivo.

La creencia popular de que estar expuestas solo a la jornada doméstica no representa un riesgo para la salud es falsa e inclusive la idea misma es insostenible,

pues debido a la exposición al estrés constante y prolongado característica de la jornada doméstica, hace que las trabajadoras del hogar sean tan susceptibles a enfermedades crónico degenerativas como cualquier trabajador con jornada asalariada.

Para los médicos, las mujeres dedicadas a la jornada doméstica son pacientes incapaces de describir su proceso de salud-enfermedad; sin embargo, no se trata de una incapacidad, sino que ellas pueden poseer un discurso es muy rico en subjetividad (terminología rechazada por los médicos). Es común que, en las mujeres, en sus roles de madres y esposas, se normalicen las sensaciones de dolor y de malestar, como una carga de la dominación cultural impuesta en las trabajadoras domésticas quienes suelen evitar quejarse acerca de sus padecimientos (Boltanski, 1975).

Pulido (2012) hace referencia a que “al indagar en situaciones remotas y aisladas del contexto social y laboral, el discurso médico logra hacer desaparecer de la escena las condiciones de trabajo como causantes de los problemas de salud” (p. 225); por lo tanto, existe esa creencia de que, si las mujeres que no laboran asalariadamente se enferman es solo por cuestiones genéticas y hereditarias, y no por su estresante jornada doméstica y la invisibilización de la misma, desvalorizando lo demandante y nocivo que puede llegar a ser el trabajo doméstico.

Cómo la Misoginia Afecta a la Salud.

No se me olvida que la primera vez, de la primera biopsia. Él llegó de trabajar y yo me acerqué, y le dije: Este oye, pues fíjate que me fui a hacer una mastografía y pues salió mal. Pues yo desecha ¿no?, esperando el apoyo de él y, él se levantó y me dijo “¿Cómo?, o sea, ¿fuiste a que te tocan?” Pues me derrumbe, me

derrumbe (se le quiebra ligeramente la voz) y fue este...fue pues triste para mí porque yo esperaba otra reacción de él, pero nunca me imaginé que pues que pasara por todo ese proceso.

En el párrafo anterior Eugenia nos cuenta el momento cuando, después de recibir malas noticias respecto al diagnóstico que afecta su salud, ella se siente en el momento más vulnerable de su vida; sintiéndose sola e indefensa, recurre a su compañero de vida, su esposo, esperando que, al verla así de afectada, pueda finalmente recibir ese consuelo y ese apoyo que ella siempre brindo a los miembros de su familia, él incluido; pues aunque física y biológicamente su esposo no pudiera hacer nada por ayudarla, el hecho de sentirse escuchada y comprendida, influye en la mejoría y en la sensación de bienestar (Boltanski, 1975).

Sin embargo, solo recibe un comentario lleno de indignación y asombro que queda marcado en su memoria. Su esposo muestra su inconformidad ante el chequeo médico de Eugenia manifestándose como si el afectado fuera él, mostrando una vez más la inferioridad (de importancia y de derechos) que a su perspectiva tienen las mujeres; siendo indiferente al dolor de la persona que lo ha acompañado física y emocionalmente.

Como se ha visto anteriormente, el esposo de Eugenia es un hombre misógino, y su reacción, altamente cuestionable, concuerda con tal forma de pensar. Campos (2007) hace referencia a que algunos hombres son tan machistas y misóginos que no les gusta que las mujeres vayan a hacerse exámenes médicos porque son celosos con aquello que consideran de su propiedad, pues la forma de pensar misógina hace ver a sus esposas como una extensión más de sus bienes materiales.

El Despojo de la Vida Sexual.

Antes de salirme, tuve una infección muy fuerte durante un año. Que iba yo y me daban tratamiento, y me daban tratamiento, tratamientos muy fuertes. Entonces me mandaron infectología. Y este... pues yo no me no entendía porque si era él era mi única pareja sexual ¿no? Y la última vez que le encontré mensajes... en uno de esos mensajes, una, una de las mujeres que le que le mandaba mensajes, le estaba diciendo ...que ¿por qué le había transmitido una infección tan fuerte?, reclamándole. Y entonces me di cuenta, pues que él era el que me estaba contagiando. Y le dije: A mí no me vuelves a tocar ¿cómo es posible que?, que yo siendo tu esposa, no te... no te importe, o sea, creo que hay protección y si quieres andar en la calle así, pues protégete. Y le dije, a mí no me vuelves a tocar. Entonces hubo un tiempo en que yo ya no, antes de salirme, pues que yo ya no permitía que me tocara y ... me obligó a... pues, me volteó y me obligó a tener relaciones con él.

En localidades y entornos socioculturales machistas, a las mujeres se les exige la fidelidad y la pureza, arraigándoles la idea de tener solo una pareja sexual a lo largo de su vida, así esta fuera insatisfactoria o cuya pareja sea violenta. Por el contrario, a los hombres les son impuesta ideas compatibles con la masculinidad hegemónica (Campos, 2007) que les impulsa a tener tantas aventuras sexuales como sean posibles, con la idea de que entre más mujeres “tengan” más hombres serán.

Sin embargo, una de las inconsistencias de esta ideología es que, muchas enfermedades e infecciones de transmisión sexual son contagiadas a las mujeres por

sus esposos o concubinos, pues mientras ellas practican la monogamia, como lo relata Eugenia, sus esposos no lo hacen, poniéndolas en riesgo y en una posición sexualmente vulnerable; con lo cual, ni siquiera pueden vivir su sexualidad dentro de una relación sociocultural aceptable.

En el párrafo anterior, Eugenia nos cuenta padece una ITS y que quien la contagia es su propio esposo, Al enterarse de como la promiscuidad de su marido empieza a afectar su salud, ella decide manifestar una resistencia abierta y decide oponerse a seguir manteniendo relaciones sexuales con su esposo. Pero cuando él percibe que pierde el control sobre ella y encuentra una resistencia a su imposición sexual; porque para él era más importante su satisfacción sexual que la salud, la seguridad y la satisfacción de su pareja; recurre una vez más a la violencia (Ramírez, 2002), que ahora representa una dominación sexual, una violación.

Al sufrir la violación por su pareja, es despojada, una vez más por su pareja, de su vida sexual, del poder de decidir sobre su cuerpo, siendo enajenada de su satisfacción y sus deseos, siendo una burla del entorno machista y misógino.

El Despertar de la Conciencia.

Pero un día estaba yo acostada en la cama, llorando mi pena (gesto irónico con los ojos). Y... yo me considero que siempre fui muy responsable con mis hijos, siempre. Nunca les faltó ropa limpia, comida, nada. Y ese día estaba yo ahí llorando mi desgracia (ligera risa), según yo, y vi a mi niño que entró y vi que estaba secando algo con la toalla, y le dije ¿Qué haces hijo? y me dice “Es que no tengo calcetines limpios”. Yo dije no, ya, o sea, ya basta. Ya lloré lo que tenía

que llorar, ya que sea lo que Dios quiera y a partir eso, eso me hizo levantarme, eso me hizo reaccionar porque estaba yo en la total tontería.

Después de sufrir tantos desplantes y tragedias a lo largo de vida, Eugenia relata en el párrafo anterior como se encuentra auto compadeciéndose, aceptando su destino trágico. Pero su hijo cuenta con un papel protagónico, pues al darse cuenta como descuidaba sus actividades, que amorosamente realizaba a favor de su hijo, decidió resistirse y motivarse; darse cuenta que podía luchar, que podía seguir adelante.

Eugenia ejemplifica la motivación y la resistencia femenina, cómo a pesar de haber sufrido tantos despojos es capaz de seguir adelante, de no rendirse. Objetivamente es natural sufrir y mantenerse en ese estado cuando los individuos no se encuentran físicamente bien; sin embargo, subjetivamente Eugenia dejó de lado sus padecimientos y sufrimientos para seguir adelante y continuar realizando sus actividades. Jáidar (1999) nos hace comprender tal fenómeno, pues a partir de ver como alguien aun la necesitaba, provocó que, subjetivamente, cambiará en Eugenia la manera de sentir y de comprender su situación. En esta ocasión la jornada doméstica de Eugenia la ayudo a decidir la manera en que ella visualizaría su salud.

Eugenia y su Salud Emancipadora.

...me considero una persona con problemas de salud y que está luchando por salir adelante, no me considero una persona enferma. He tenido altas y bajas, pero he decidido dejar todo en manos de Dios y creo que me ha funcionado mejor... O sea, yo veía que hacía dieta, ejercicio... aplicada en mis medicamentos,

en mis tratamientos, y que cada vez que yo iba a consulta era lo mismo lo mismo. Iba bajando, bajando, bajando, bajando. Entonces este, hay un momento que sí, dije ¡ya basta! o sea, ya no voy a luchar... pues era desesperante. Ver qué hacía yo todo lo posible por estar bien y que no tenía buenos pronósticos. Y ahorita, ... ¿qué fue? del año pasado en noviembre creo, ... que era mi cita ya para dializarme y ¿cuál fue mi sorpresa? Pues que recupere función renal. Entonces pues estoy muy agradecida con Dios y hasta el día de hoy me he mantenido, a lo mejor un poquito más, un poquito menos ...

En el párrafo anterior, Eugenia cuenta cómo evoluciona su perspectiva de salud, hasta ya no considerarse enferma sino una persona con problemas de salud, teniendo una idea muy clara de que la salud no consiste solamente en la ausencia de la enfermedad.

En un principio Eugenia cuenta como se sentía frustrada por como a pesar de seguir al pie de la letra los tratamientos, dietas y medicamentos prescritos al pie de la letra no lograba notar una mejoría en su salud.

Posteriormente, ella pasa por distintos procesos que le permitieron elaborar una resistencia abierta, para poder salir de su entorno de violencia y poner fin al abuso ejercido por su esposo; además, llega a un centro laboral, una cooperativa dirigida por mujeres, enfocada en consolidar su resistencia y, al mismo tiempo, le concede la posibilidad de ejercer una resistencia colectiva.

Así vemos como al oponer resistencia ante las diferentes formas de dominación, las mujeres recuperan sus fuerzas, propósitos, sueños y sus proyectos (Chapela, 2015); recuperando sus ganas de vivir y su salud.

Y actualmente, aunque Eugenia aún se enfrenta a un tema de salud relacionado a la ausencia de un riñón y problemas con el funcionamiento del que le queda, decide vivir su vida de la mejor manera y logra vivir dignamente de acuerdo a sus decisiones, y apoyándose de sus capacidades humanas (Chapela, 2015).

A pesar de la presencia de padecimientos y vida estresante, en el análisis del perfil metabólico realizado en las y los trabajadores de la cooperativa, de las mujeres Eugenia es la que mantiene un mejor perfil general, a la edad de 57 años: Presión sistólica 128 y diastólica de 79 mmHg, riesgo cardiaco de 3, ICC de 0.8, la glucosa en 106, colesterol total en 215, HDL en 55, LDL 120 y triglicéridos en 204 mg/dL.

Rocío

Trabajo Doméstico.

La Carga de la Jornada Doméstica.

Porque es llegar (del centro de trabajo); tengo que lavar la ropa de toda la semana, darle prioridad a los uniformes de los niños. Término de lavar; hay que hacer la comida... ya terminó noche de hacer esas actividades... llega mi suegra de trabajar, como a las siete, a esa hora todavía sigo lavando; llega, cenamos; termino de tender la ropa que me falta; me bajo a recoger los trastes, a lavarlos, en lo que ellos están viendo la televisión, pues yo hago esas actividades. Ya me subo, me cambio, me pongo la pijama, me quedo medio sentada y, y ven que me siento ¿qué te gusta? cinco minutos y ya me dicen “¿No nos puedes dar té?”, “¿No

nos puedes dar un pancito?” Pues ya el domingo temprano; párate para darles el desayuno; que, si no termine de lavar, me tengo que apurar a lavar; después, vámonos al mercado a comprar las cosas para la comida; llega, prepara la comida; ya está la comida, sírveles; recoge los platos, lávalos; recoge la cocina; empieza a limpiar la casa. Entonces es más trabajo lo que hago allá, que lo que hago aquí. Aparte, pues no es lo mismo lo que haces aquí; y aparte, pues estás generando un ingreso ¿no? Y en la casa no, nadie valora esa parte.

En el párrafo anterior, Rocío ejemplifica como las mujeres trabajadoras carecen de tiempo propio, e inclusive pareciera que no tienen derecho a descansar. Para ella el fin de su jornada asalariada solo representa el inicio de una jornada aún más extenuante, y que ella percibe con más carga, donde se encuentra siempre atendiendo y cuidando a sus hijos, su pareja, y su suegra. Además, percibe la jornada doméstica más desventajosa porque a pesar de requerir un esfuerzo físico mayor y nunca acabarse, no tiene remuneración de ningún tipo, ni siquiera reconocimiento.

Esta es otra forma de resistencia; pues, aunque culturalmente a las mujeres se les acostumbra a minimizar su cansancio, sus sentimientos, sus deseos y sus necesidades con el fin de priorizar las ajenas, es Rocío quien manifiesta que la jornada doméstica es igual o incluso más cansada que una jornada asalariada y, por lo tanto, necesita un reconocimiento digno. Además, conocedora de la posición desventajosa en el hogar, Rocío considera que solo mediante la jornada asalariada, las mujeres lograrán alcanzar su autonomía económica.

La Realidad de la jornada Doméstica: El Despojo del Tiempo de Descanso.

... pues toda la carga es para la mujer, ¿no? Porque pues uno tiene que cocinar, lavar, lavar los trastes. O sea, si lo que te ayudan a hacer es como tender las camas, barrer y medio trapear; y si lo hacen bien, bien, y si no, lo tienes que hacer tú, entonces no. Y, por ejemplo, yo conozco amigas, que ... son amas de casa y sus parejas les dicen que no hacen nada, que ellas nada más se dedican al hogar y que no hace nada ... la verdad es que atender una casa es muy cansado, o sea ¡ahí no descansas nada! Y dijeran son 24 (horas) - 7(días) y no descansas. Todavía en tu trabajo, pues te dicen “Te vamos a dar un día”, o dos, o medio día, y pues dices, ¡ay qué bueno! ¿no? Pero pues sabes que vas a llegar a un lugar donde tienes que hacer otras actividades y en lugar de descansar, pues hasta dices: ¡Ay, no quiero ni llegar!

El papel de la familia es importante en el condicionamiento de cada trabajadora, pues en virtud de esta encontrarán la manera de ser funcionales al sistema social (Pulido y Cuéllar, 2011), cultural y económico. Sin embargo, en el patriarcado se enseña que es la mujer quien debe ocuparse de recoger la suciedad y satisfacer las buenas condiciones de vida del resto de la familia.

Esta extensa dedicación condicionada por el sistema sociocultural coloca a las mujeres en una posición vulnerable, pues sumada a la imposibilidad de descanso, se inicia con el fenómeno de jornada interminable (Durán, 1986) donde pierden el tiempo propio porque lo ceden, junto con su capacidad productiva y reproductiva, a sus hogares.

Espacios que funcionan como pequeñas unidades de servicios y donde se involucran subjetivamente sus capacidades afectivas.

Rocío percibe la temporalidad del trabajo asalariado, es capaz de reconocer el inicio y el fin de este. Contrariamente, el tiempo dedicado al trabajo doméstico, es visualizado como una continuidad. De tal manera que el sentido y el significado del tiempo se modifica en función del entorno en el que realicen sus actividades.

Durán (1986) enuncia la dedicación física y moral de una mujer hacia el hogar y las actividades domésticas; la mujer “tiene obligación moral de dedicarse a él, y no puede delegarlo... Su trabajo debe hacerse sin parecer que se hace” (p. 27). Es decir, que en el sistema dominante se busca que el trabajo doméstico sea invisibilizado, inclusive por la mujer que lo realiza, percibiéndolo como una obligación, lo que generaría una desvalorización del esfuerzo implementado y un despojo del tiempo individual a favor de la jornada doméstica.

Trabajo Asalariado.

Estrés Asalariado.

Luego no hay cosas que sí me estresan ¿no? O sea, a veces las compañeras que no hacen bien las cosas o si les dan una indicación hacen todo lo contrario, no, no es algo que... sí me gusta, me gusta mucho lo que hago, pero también me estresa (ligera risa). Sí, y pues para que, pues es como yo les digo a las compañeras: para poder hacer tu trabajo tienes que quererlo porque si no, no te van a salir las cosas.

En este apartado Rocío cuenta como a pesar de que las actividades que realiza dentro su jornada asalariada le provocan satisfacción, no por eso estas se encuentran exentas de provocarle estrés; inclusive, ella misma es capaz de identificar situaciones que la alteran y le son estresantes en su trabajo.

A pesar de que las cooperativas suelen visualizarse como modos de producción más amables, la carga laboral suele comprometer el estado de salud de las trabajadoras (huella inherente del modelo neoliberal capitalista que existe en el entorno).

Aunque el centro de servicios comunitarios intenta resistir a una dominación económica política y sociocultural, las exigencias presentes en la cooperativa; derivadas de las cargas de trabajo, de los ritmos acelerados, de la organización y de la división del trabajo; causarán un estado de estrés prolongado que repercutirá en las mujeres; exponiéndolas al desarrollo de diversos padecimientos como las alteraciones metabólicas o síndrome metabólico.

Rocío, quien manifiesta sufrir un estrés en su jornada asalariada, tiene un factor de riesgo cardíaco 4, el segundo más alto entre las demás trabajadoras; su presión arterial se encontraba en niveles altos con 144 mmHg de presión sistólica y 86 mmHg de presión diastólica. También presentó un ICC de 1 (el más alto de toda la cooperativa), un valor de distribución de grasa abdominal asociado a enfermedades cardiovasculares y diabetes, inclusive sus niveles de glucosa en ayuno (104 mg/dL) ya corresponden a una prediabetes.

A pesar que los niveles de colesterol total (215 mg/dL), LDL (129 mg/dL) y triglicéridos (178 mg/dL) por el momento se consideran ligeramente elevados, no hay que descartar que estos incrementen cuando el estrés de la jornada asalariada se potencialice con el

estrés derivado de su extenuante jornada doméstica. Así que, por mucho que a Rocío le guste realizar o se obligue a querer la forma en que trabaja, se deberían de mejorar las condiciones laborales de la cooperativa para disminuir los estresores (y el impacto de estos) en el centro laboral.

Bondades de una Cooperativa de Mujeres.

Y la verdad es que a mí me, aparte de que me gusta, es el único lugar donde yo puedo tener a mis hijos, ¿no? Porque en cualquier otro trabajo yo no tuviera la oportunidad de estar con mis hijos, de llevarlos a la escuela, de ir a sus juntas... Este, si ya me voy más tarde, porque tampoco me gusta ser encajosa ¿no? Pues si ya me fui te cubro las horas, a lo mejor no al cien, pero trato de cubrir y que no se vea que yo soy encajosa... pues esos son los tiempos que me permiten estar con mis hijos Porque te digo mi papá casi no estuvo con nosotros, mi mamá porque pues en ese entonces era de que la mujer se dedica al hogar y a los hijos. Y ahora no, ahora o trabajas o tus hijos no tienen la oportunidad de ser alguien en la vida porque la situación económica está un poco complicada.

En el párrafo anterior, Rocío cuenta acerca de una de las oportunidades que le ofrece la cooperativa liderada por mujeres, que consiste en permitírsele la convivencia y el cuidado de sus hijos. Esto refiere a que la cooperativa del Centro de Servicios Comunitarios “Mujeres en Lucha” de San Miguel Topilejo es entorno laboral consciente que compatibiliza la jornada doméstica con la jornada asalariada de las mujeres, creando un entorno favorable para enaltecer capacidades y construir resistencias; generando que

dicho centro le sean otorgados significados ligados a la liberación y autonomía femenina, y al reconocimiento y valoración del trabajo doméstico.

De igual manera Rocío explica como intentó e intenta compensar estas facilidades con tiempo extra de trabajo; sin embargo, a pesar de que las largas jornadas son motivo de estrés en el proletariado, para ella significan un compromiso ligado al discurso de la responsabilidad y el sentimiento de pertenencia a un centro laboral que le permite desarrollarse individualmente sin descuidar su rol de madre; que, como menciona, actualmente es difícil de cumplir como mandan las normas culturales debido a las dificultades económicas que enfrentan (y afectan) a las masas trabajadoras.

Rechazo a la Enajenación Doméstica.

... es que yo no puedo dejar de trabajar porque yo estoy acostumbrada a tener lo mío, a comprarles lo que ellos necesitan sin que esté yo tronándome los dedos o que te esté presionando (a su esposo) ¿no? me dice “Bueno eso sí”. Pero también eso es como quitarle responsabilidades a él porque pues todo yo lo hago ¿no? Llévalos a la escuela, cómprales el material, cómprales el uniforme, que Daniela rompió los zapatos, ahora vete corriendo a comprarle unos, que ya mancho las calcetas, ve a comprarle unas para que entre limpia la escuela y así, así me lo paso. Entonces, pues sí es quitarle responsabilidades, pero también tengo que ver que mis hijos estén bien.

En este apartado Rocío deja explícitamente claro que para ella ya es imposible dejar su jornada asalariada por su jornada doméstica, debido principalmente a que se

encuentra en una posición económica desventajosa respecto a su marido, ya que el sustento y el bienestar material requerido para el desarrollo intelectual de sus hijos proviene del salario que recibe de la cooperativa. El hecho de abandonar su trabajo en el centro de servicios significa para ella despojarse, y despojar a sus hijos, de sus condiciones materiales de vida.

El trabajo asalariado condiciona su forma de vivir y, mediante este, alcanza su autonomía financiera requerida para solventar a su familia; a falta del aporte masculino (y desigualdad de condiciones por ideas machistas), ella como mujer se convierte en la persona más influyente, superando los prejuicios impuestos por la dominación sociocultural del patriarcado.

Además, Rocío evidencia que, a pesar de que su jornada doméstica sea más extenuante esta nunca es remunerada. Sabe que dedicarse exclusivamente al trabajo doméstico, es someterse a una enajenación de sus actividades, enajenación que no padece en su trabajo asalariado. Por la probable enajenación y la falta de remuneración necesitada para solventar a sus hijos, dedicarse a ser únicamente trabajadora del hogar no representa una opción viable para su forma de vida.

Rosario

Trabajo Asalariado.

La Trayectoria Laboral y la Construcción del Espacio Amable.

Yo estuve en una maquiladora de Tijuana y yo tenía atrás a mi supervisor y es, es fastidioso (arruga la nariz), es de verdad bien desgastante que casi, casi que,

porque voltees a ver para allá, ya te están diciendo “¡No voltees!”. O allá, por ejemplo, te dicen “Solo tienes tres, tienes tres permisos para ir al baño” y el tiempo te lo cuentan “Solo puedes tomar tres veces agua” este... Allá el, el ser humano es una máquina. Porque si ya tienes tres fallas, tres faltas, tres errores, tres equivocaciones y te van caracterizando, sí. A los primeros tres meses, tú tienes una bata color amarillo, si superaste todo eso ya te ponen color azul, entonces desde ahí te van a etiquetando, ¿no? Y como que te van limitando de... de que nada más puedes llegar hasta ahí.

Entonces bajo esa experiencia, pues yo no, (niega con la cabeza repetidas veces) no me gusta, no, no me gusta eso. Yo por eso, yo trato de que los compañeros aprendan, y si pueden aprender eso y otra cosa, y otra cosa... porque se aburren menos, tienen más experiencia, ¡son más productivos!

En el párrafo anterior Rosario hace mención de las exigencias laborales que experimentó a lo largo de su trayectoria laboral, mismas que la dejaron negativamente marcada. Y ahora, como encargada del área de producción de la cooperativa, tiene muy marcadas sus convicciones de hacer un cambio.

Su vida en su anterior entorno parecía estar destinada exclusivamente al trabajo, en elaborar productos que enriquecían a otros (Pulido, 2012) y ocultar el cansancio. El ritmo de trabajo de la maquiladora hacía sentir a Rosario como una máquina dedicada exclusivamente a la producción, inclusive obligándolas a despojarse de sus necesidades básicas, como ir al baño.

Estas situaciones hacen reflexionar a Rosario acerca de la injusticia social, y en cómo el sistema productivo busca despojar a los seres humanos de nuestra subjetividad y tratarnos como máquinas de trabajo que pueden ser explotadas a cambio de un salario que no cubre el despojo del tiempo, las energías y la salud. Ella no quiere someter a las mujeres de la cooperativa a esas experiencias, Rosario busca romper el paradigma de dominación y el abuso de poder; decide establecer relaciones laborales basadas en la comunicación y el respeto entre todas las integrantes; en crear un espacio que les permita cuidar a sus hijos, cuidar a sus padres y principalmente, cuidar su salud mientras se cuidan a sí mismas.

Descubrir Talentos y Aumentar las Capacidades.

Mi trabajo, mi actividad aquí es identificar las características de cada compañero para así acomodarlos en cada área que sea más productivo para ellos y para la producción. ... yo te puedo decir, pues yo he tratado de tener compañerismo, trato de ser amable, cortés, trato de que haya igualdad y de brindarles todo el conocimiento que yo tengo... Ahora sé quién es líder da ese ejemplo, trato de darles ejemplo. Trato de estar en las actividades que desempeñan para... para hacer lo mejor posible, ¡son más productivos!

A pesar que, en el capitalismo es el trabajador quien se adapta a las condiciones de trabajo impuestas por la empresa o por los dueños de los modos de producción, en este párrafo Rosario cuenta como ella toma un liderazgo diferente, una forma de

dirigir que se adapta a las capacidades, experiencias y talentos de cada nueva incorporación al espacio de trabajo.

Esta es una forma de resistencia que caracteriza al centro comunitario, resistir a la enajenación del trabajador, impuesta por el capitalismo. Además, Rosario vincula un aumento de la producción cuando el trabajador puede usar su fuerza de trabajo a favor de realizar actividades que le satisfagan o que puedan encontrar nuevos talentos al momento de realizar nuevas actividades, realizando un autodescubrimiento en el proceso que beneficie tanto al trabajador como a la producción.

Rosario también habla del trato que se procura brindar a los trabajadores basado en la cortesía, el respeto, la igualdad; un trato que valora su fuerza de trabajo y les permite mantener su humanidad dentro de la producción, con el objetivo de evitar que los y las trabajadoras se sientan como máquinas de producción.

Resistir a la Supervisión Estricta.

Yo, cuando alguien se incorpora, ya les explicamos que van a hacer. Y soy de las personas que los dejo que trabajen, que se acoplen, les doy la indicación, que se acoplen. Yo siempre les digo... si tú lo estás haciendo a tu forma y te es menos tiempo, mejor calidad, mejor rendimiento, y lo estás haciendo así... ah okay, adelante. Pero, si ya los tiempos rebasan, porque mi función es reducir tiempos y movimientos, entonces, pero si yo ya veo que no es productivo lo que está haciendo el compañero, entonces ya es donde entra mi tarea, ¿no? Ver que todo

sea más productivo y a lo mejor está mal, pero, por ejemplo, cuando alguien entra yo no soy de las personas que está atrás, y atrás, y atrás, y atrás, ¿no?

Observamos junto con el párrafo anterior, como Rosario niega a caer en el papel impuesto por el capitalismo neoliberal de asumir una posición de control y supervisión estricta sobre las personas trabajadoras de la cooperativa.

Sin embargo, ella tiene muy identificada la función de procurar las ganancias y recurrir a las exigencias como acelerar el ritmo de trabajo, para cumplir con los contratos salariales. Encontrándose probablemente en un conflicto interno de preferir a los trabajadores, quienes aportan todo su tiempo y plusvalor, o priorizar los intereses de la producción, de los cuales obtendrán el pago de los salarios. Cuando los representantes se reúnen con otras cooperativas, son ellas las que pagan más por las tareas, y les dicen que, o están locas o que son tontas.

Probablemente, Rosario busque evitar caer en una supervisión estricta para compensar las exigencias derivadas del ritmo y la carga de trabajo; aunque para ella, tal hecho signifique cargar con la responsabilidad de la producción; adoptando los tiempos de la misma como propios y queriendo tomar el control (cayendo en un intento de dominación) en aspectos fuera del entorno laboral como si aún se encontrara dirigiendo su equipo de trabajo. Ella adopta la vida productiva como su forma de vivir, centrándose tanto en el trabajo que el mismo supera la línea delgada existente entre su vida fuera del centro, lo que acelerará su propio ritmo de vida e interferirá en sus relaciones personales.

A pesar de ejercer una resistencia abierta y declarada contra la supervisión estricta, Rosario lleva consigo una resistencia fallida y silenciada de su cansancio, su estrés y su conflicto de ideas, entre lo que debe de hacer y lo que quiere hacer.

Esta situación la hace susceptible a experimentar un estrés crónico que se manifestará en su perfil metabólico. Rosario, dirigente de la cooperativa tiene el factor de riesgo cardiaco más alto entre las mujeres, e incluso que la mayoría de los hombres, con un valor de 8 se convierte en la trabajadora más vulnerable a padecer un infarto cardiaco durante los próximos diez años.

Además, se hace un diagnóstico presuntivo de dislipidemia, pues valores de 287 y 237 mg/dL de colesterol total y triglicéridos, respectivamente, se consideran altos y preocupantes. A pesar de contar con un nivel aceptable de HDL (50 mg/dL), sus niveles de LDL (190 mg/dL) se consideran muy altos y riesgosos, que podrían provocar aterosclerosis o taponamiento de arterias por altos niveles de grasas en la sangre, lo que aumenta el riesgo de infarto al miocardio o accidentes cerebrovasculares. De igual manera, sus niveles de glucosa fueron de 106 mg/dL, lo que hablaría de su cuerpo se encuentra en un estado de prediabetes.

Conclusiones

De las cuatro historias de vida se rescataron aspectos de dominación y resistencia; y de la doble jornada: asalariada en actividades realizadas dentro de la cooperativa, doméstica en las labores del hogar y reproductiva en cuestiones de la maternidad.

Entre los principales motivos y significados presentes en las historias de vida se encontraron aquellos condicionados a los roles de género, el condicionamiento de la jornada doméstica, la salud y la valorización de la jornada asalariada.

La dominación y las formas en que ésta es ejercida (violencia física, verbal, psicológica, sexual y económica), encontradas en los relatos de las trabajadoras fueron aspectos que no pueden obtenerse mediante un enfoque positivista, y que influyen de manera directa en un estado de estrés prolongado presente en las trabajadoras, lo cual permite explicar las alteraciones obtenidas mediante las pruebas clínicas, complementándose ambas metodologías.

Discusión

A través de los mitos, se explican los fenómenos que rodean la vida y el lugar que ocupan los individuos en la producción y entorno social, como sus mecanismos de poder, control y reproducción. La construcción de la ciencia, y la ciencia en sí misma, se convierte en un nuevo mito al pretender que es el único promotor y crítico de la verdad; convirtiéndose en un instrumento hegemónico sobre otras formas de conocimiento (Minayo, 2007).

Sin embargo, para problemas de la vida humana como la violencia, la miseria y la pobreza, la ciencia hegemónica no aporta respuestas ni propuestas. Por tanto, investigaciones referentes al contexto social que se realizan basándose en el modelo científico convencional, aportan un conocimiento que puede percibirse como incompleto,

pues se rigen bajo principios de reducción, disminución y abstracción (Martínez, 2015). Esto debido a que las ciencias sociales, contrarias a las naturales, son más complejas porque se encuentran enriquecidas de la subjetividad humana, misma que no puede captarse con un procedimiento uniforme (reducido y condicionado) de comprensión para que le sea atribuido el estatuto de ciencia (Minayo, 2007).

De manera que el conocimiento social es empobrecido y alejado de su objetivo inicial de conciencia histórica, a favor de mantener la hegemonía del conocimiento positivista y la idea de la cientificidad convencional, cuya postura podría restringir el conocimiento de la realidad (Minayo, 2007).

Las investigaciones sociales se encuentran enriquecidas por dos aspectos; en primer lugar, con ellas se puede concretar aquella realidad social, individual y colectiva, de la que el investigador también forma parte (el observador forma parte de la observación); y en segundo, es que se podría encontrar la esencia subjetiva de los procesos sociales, como no sucedería con la objetivación de las ciencias naturales (Minayo, 2007).

Por tanto, la idea de cientificidad no puede vincularse con la regulación del conocimiento; sino, con la convicción de su abstracción. Es decir, que se encuentra constantemente construida por la historicidad y la colaboración (Minayo, 2007).

La presente investigación fue esencialmente de tipo cualitativo, que consideró aspectos cuantitativos para una mejor comprensión del fenómeno. De las investigaciones cualitativas, como las historias de vida, se obtienen universos enriquecidos por significados, experiencias, actitudes, creencias, aspiraciones y motivos; con los cuales se profundiza la percepción de los fenómenos, acciones y relaciones sociales; aspectos inmedibles que no pueden ser captados con métodos llenos de ecuaciones ni con

estadísticas (Minayo, 2007) que pretendan la idea de que los objetos puedan ser explicados y observados independientemente del sujeto (Martínez, 2015); es decir, no se observa con el objetivo de cuantificar la realidad, ni de que la ciencia sea ajena a su inserción social.

Sin embargo, se aclara que al preferir la metodología cualitativa no se pretende desmeritar los datos obtenidos cuantitativamente; sino que, se tiene claro que los conocimientos obtenidos cualitativa o cuantitativamente no se oponen entre sí, ni se busca una dicotomía; más bien, se tiene claro que ambas metodologías interactúan y se complementan; trabajan con la vivencia y la cotidianeidad. Ya que, ninguna teoría, por más elaborada que sea, puede explicar todos los fenómenos. El desprecio de cualquier metodología por la otra, lleva a especulaciones abstractas, incompletas o estériles (Minayo, 2007).

Entre las técnicas que posibilitan la construcción de la realidad, la dialéctica resultó eficiente para construir el sistema de relaciones y las representaciones sociales que traducen el mundo de significados de las trabajadoras; es decir, la comprensión y la relación del todo (Minayo, 2007).

Mediante la dialéctica se lograron compaginar los resultados metabólicos con los pensamientos y la vida social de las trabajadoras, como una forma de entender sus transformaciones y determinaciones sociales; comprendiéndose el vínculo existente entre lo natural (material) y lo social (pensamiento y subjetividad), que se antepone, y a la vez, se complementa (Minayo, 2007).

Una de las ventajas que otorgó la investigación cualitativa, es que se pudo dialogar con las mujeres y conocer de cerca sus significados, sus emociones, sus actitudes y

motivos; siendo expectantes y conscientes de las diferencias que se encuentran en otras versiones de la realidad, dotadas de un conjunto de interpretaciones, tradiciones y convicciones. Al final se obtuvo un flujo de versiones, dadas por las interlocutoras de un mismo contexto económico-social que se encuentran en constante transformación histórica (Martínez, 2015).

Interpretar las historias de vida de las mujeres cumplió un papel fundamental en la investigación; debido a que la interpretación es la forma en la que los individuos se relacionan con el entorno, a través de la conciencia que se configura en el contexto social; de tal manera, que las percepciones de los sentidos se organizan y adquieren significancia (social y cultural) para, posteriormente, ser transmitidas a otros mediante el lenguaje, con el fin de constituir y organizar un universo lleno de significados que se buscan descifrar (Martínez, 2015).

La interpretación no es solo una opción metodológica, sino que es una condición de cualquier investigación humana (Martínez, 2015) ya que, las cuestiones e indagaciones científicas están relacionadas a intereses y circunstancias socialmente condicionadas (Minayo, 2007); la naturaleza no dice “su verdad”, es la interpretación humana la que le otorga sentido a lo que se percibe (Martínez, 2015).

En lo referente a las corrientes de dominación socio-cultural y doble jornada, este trabajo coincide con lo reportado por Hernández & Ibarra (2019), quienes postulan que el trabajo reproductivo de las mujeres, en combinación con otros elementos socio-económicos, determina su opresión y las coloca en una posición desventajosa en comparación con los varones; a pesar de que las actividades productivas dependen, en gran medida, del trabajo doméstico.

Entre las historias vida obtenidas se vislumbra la invisibilización del trabajo doméstico. Hernández & Ibarra (2019) refieren que las actividades de la jornada doméstica y de cuidados están invisibilizadas porque se realizan en el interior de la familia; coincidiendo con lo postulado por Durán en 1986, de que los hogares se convierten en espacios que funcionan como pequeños centros de servicios para la actual y futura mano de obra.

En las historias de vida, existió una clara preferencia de la jornada asalariada que por la jornada domestica; debido a que el trabajo remunerado les otorga una mejor posición social, una percepción más clara de su individualidad y una posible sensación de bienestar y plenitud, así como una mejor posición económica de la familia (Hernández & Ibarra, 2019).

En cuanto la elaboración del perfil salud-enfermedad, los resultados metabólicos obtenidos en la cooperativa coinciden con Pulido *et al.* (2012) respecto a que las personas que laboran en la costura enfrentan condiciones de trabajo y de vida precarias. Si bien, dedicarse a la costura no representa directamente una precarización; las exigencias de las actividades domésticas y asalariadas, y los riesgos presentes en los objetos y medios de trabajo, mantienen al organismo en un estado de alerta constante que desencadena un estrés prolongado y patológico, manifestándose en alteraciones metabólicas que repercuten en su salud y en sus formas de vida.

Aunque en este estudio no se cuantificó el estrés, todas las participantes manifestaron experimentar, o haber experimentado, situaciones estresantes que les imposibilitaba tener una vida placentera. Esta información coincide con lo reportado por

Pulido *et al.* (2012) quienes evidenciaron una tasa de estrés patológico del 23% en trabajadoras de cooperativas de costura en la Ciudad de México.

El trabajo productivo de la cooperativa y el espacio seguro del centro comunitario representaron, para las cuatro mujeres, elementos fundamentales para su emancipación del entorno machista de la comunidad; coincidiendo con lo mencionado por Hernández & Ibarra (2019), quienes postulan que, para que las mujeres aumenten su poder (y resistencia), deben intervenir factores como la educación, las oportunidades de empleo, el funcionamiento del trabajo, los tipos de empleo y las actitudes de la comunidad hacia sus actividades económicas. Tal es el caso de las trabajadoras, quienes encontraron en la cooperativa un trabajo que busca dignificar su esfuerzo con salarios justos y principios de solidaridad colectiva.

A pesar de contar con muchos beneficios positivos en la autonomía financiera de las trabajadoras, un aspecto a mejorar de la cooperativa sería considerar eliminar el trabajo a destajo; debido a que los ingresos de las y los trabajadores se ven sometidos a la cantidad y capacidad de producción individual, lo que pone en riesgo la colectividad y representa una forma indirecta de control y dominación económica ejercida a las costureras (Pulido *et al.*, 2012).

En un futuro sería conveniente continuar con una evaluación psicológica que abarque problemas de ansiedad y depresión; con el fin de conocer más acerca de los padecimientos físicos (metabólicos) y psicológicos que pueden presentarse en aquellas mujeres que se encuentren sometidas a un estrés prolongados derivado de la combinación de las exigencias de la doble jornada.

Algunos vacíos de esta investigación es llevar a cabo la interpretación de las historias de vida de todo el comité administrativo de la cooperativa, que por falta de tiempo no han podido realizarse; ya que, como líderes, pueden presentar más dificultades sociales y testimonios enriquecedores, acerca de enfrentar de manera más directa las formas de dominación, que buscaron impedir la creación del espacio y la forma económica autogestiva.

Conclusiones Finales

El trabajo es la actividad que ha creado al hombre (Engels, 1994); pero, en la época capitalista neoliberal actual, ha pasado de ser una actividad fundamental para el desarrollo y la evolución humana, a una actividad de explotación diseñada para el enriquecimiento de los burgueses.

El sistema capitalista incrementará su poder y acumulación conforme aumenta el trabajo no remunerado del proletariado. En este sistema la subjetividad humana se transforma en una acorde al capitalismo, concentrada en la producción (convirtiendo a las personas trabajadoras en mercancía) y en la reducción (de la esencia y la espiritualidad humana) en un despojo (Roux, 2019) para consolidar la dominación obrera. En la fase neoliberal del capitalismo, la riqueza se concentró en pocas manos y se empobreció a la masa trabajadora (Engels, 1989).

Entre las formaciones económicas encontramos al cooperativismo cuyos objetivos discreparán a los del capitalismo, pues se orientan más a ofrecer un trabajo digno para

los y las trabajadoras, salarios más justos, y generar y redistribuir el capital para mantenerse de manera autogestiva. Sin embargo, en la actualidad las cooperativas siguen inmersas en el sistema capitalista vigente y el capitalismo seguirá permeando en la forma de producción, como los riesgos y exigencias que existan en el mismo.

En la comunidad de San Miguel Topilejo, existe una cooperativa de costura; un espacio diseñado por mujeres quienes buscaban incorporarse a un trabajo asalariado y, al mismo tiempo, cambiar su esfera social con la creación de un centro de servicios comunitarios que ayuda principalmente a la población vulnerable como mujeres, adultos mayores e infancias.

El centro es poseedor de un comedor comunitario que ganaron al participar en la convocatoria del gobierno de la Ciudad de México. Además, cuentan con el programa “albergados” para que diversos programas puedan hacer uso del espacio dentro del centro y se puedan realizar actividades culturales o de servicio social; de igual manera, ofrecen espacios para atención médica, dental y psicológica a muy bajo costo para que las personas de la comunidad rural puedan tener acceso. En cuanto a sus trabajadoras, la cooperativa ha conseguido que reciban un salario que rebase el mínimo vigente, lo que genera un sentimiento de solidaridad entre las integrantes, evidenciando que el objetivo principal no es la acumulación de capital sino el mejoramiento social.

Sin embargo, y pesar de eso, las mujeres de líderes de la cooperativa son repudiadas y juzgadas por la comunidad que, al tener una sociedad en su gran mayoría machista, son vistas como una amenaza para el sistema (Sharim, 1999) impuesto diseñado para someterlas exclusivamente a jornadas domésticas y de cuidados, viéndolas como una

herramienta que funciona exclusivamente al servicio de los trabajadores (hombres) asalariados; en un acto de dominación.

En las mujeres, su dominación inició con la derrota histórica que consistió en la privatización de los medios de producción y la pérdida del derecho materno (Engels, 1989). Pero, al notar que nacen con propósitos diferentes a los que se les ha condicionado (Chapela, 2015) comienzan a oponerse contra la opresión ejercida por la dominación en actos de resistencia.

Por lo tanto, la resistencia se convierte en la fuerza con la que el ser humano reacciona, critica y se opone a la dominación; y cuyo interés subyace en la libertad (Giroux, 1983). Para las personas misóginas y los entornos machistas, como la comunidad de San Miguel Topilejo, fenómenos como la resistencia son inadmisibles, pues necesitan del poder y del control, para “comprobar” sus ideas de superioridad y mantener la supremacía del hombre (Ramírez, 2002), recurriendo al maltrato y la violencia para seguir sometiendo a las mujeres.

Mediante las historias de vida dimos cuenta de cómo las mujeres trabajadoras de la cooperativa experimentan la doble jornada, en cómo van siendo despojadas por el sistema capitalista y cómo el vivir bajo un entorno estresante propiciado tanto por la dominación, la doble jornada y el despojo repercute en sus cuerpos llevándolas a padecer enfermedades crónico degenerativas como hipertensión, diabetes o dislipidemias.

En las mujeres, el modelo de explotación capitalista-patriarcal se reproduce en cada momento de su vida, la dominación del sistema hegemónico quedara impregnado en cada aspecto de la vida cotidiana.

Al hablar del capitalismo se debe de considerar al patriarcado. Ya que, el sistema capitalista requiere modos y formas de dominación patriarcal que afectan particularmente a las mujeres y al modo en que ejercen su jornada interminable. Por un lado, la incorporación al trabajo asalariado representó un logro económico, y por el otro, una doble explotación; no así con los hombres, quienes ven de manera natural integrarse a la jornada asalariada mas no a la doméstica.

Tal logro no termino siendo un acto que les proporcionará una libertad completa que las colocara en igualdad de condiciones respecto a los varones; pues, el tener un trabajo asalariado implico que ahora tuvieran una jornada adicional y tareas extras que debieran combinarse con la jornada doméstica y de cuidados.

En la narrativa de Rocío, nos habla del trabajo asalariado como algo que le gusta y lo compara con las labores domésticas que implican un esfuerzo mayor.

Entonces es más trabajo lo que hago allá, que lo que hago aquí. Aparte, pues no es lo mismo lo que haces aquí; y aparte, pues estás generando un ingreso ¿no? Y en la casa no, nadie valora esa parte la verdad es que atender una casa es muy cansado, o sea ¡ahí no descansas nada! Y dijeran son 24 (horas) - 7(días) y no descansas. Todavía en tu trabajo, pues te dicen “Te vamos a dar un día”, o dos, o medio día, y pues dices, ¡ay qué bueno! ¿no? Pero pues sabes que vas a llegar a un lugar donde tienes que hacer otras actividades y en lugar de descansar, pues hasta dices: ¡Ay, no quiero ni llegar!

La generación de ingresos, la valoración de las actividades y el descanso vuelven al trabajo asalariado un espacio de “gusto” respecto al trabajo doméstico y de cuidados, donde no hay descansos, ni valoración, ni retribución económica.

La dominación que viven Rocío, “Lupe” y Eugenia, es reproducida por los hombres de su entorno familiar o con los que han tenido relación de pareja, quienes se convierten en la figura del capataz; es decir, el hombre que es oprimido, sometido y enajenado por el modo de producción llega a los hogares a someter y oprimir a su pareja que se encuentra en desventaja física, económica y cultural; se vuelven dominadas por los dominados (Giroux, 1983). Así, Rocío se siente violentada en el hogar por un hombre que la somete.

...entonces luego a veces yo digo mi marido, me hace violencia económica porque no me da el dinero que yo necesito, y luego le digo: Oye, es que tú ejerces en mí violencia económica. Me dice “¿cómo crees? estás loca”. Le dije sí, si tú te vas a un taller, vas a ver que tú no estás cumpliendo con lo que te corresponde, la que saca todo soy yo, y vas a ver que entonces si estás ejerciendo violencia sobre mí.

Entonces, ella percibe cumplir su papel dentro de los roles impuestos por el sistema capitalista-patriarcal, de sostenedora; sin embargo, percibe que su pareja no cumple el rol de proveedor, lo que hace surgir en ella sentimientos de resistencia.

Este caso es un indicio de como este juego de roles de género, de hombre-proveedor y mujer-sostenedora del hogar impulsado por el capitalismo-patriarcal se está resquebrajando en la clase trabajadora e inclusive en una comunidad rural de esencia machista y misógina. Aunque, para el capitalismo este efecto podría no ser conveniente reconocerlo pues rompe las corrientes de dominación establecidas en ese orden jerárquico.

La forma en que el capitalismo valora la formación de riqueza es reconocer como productivo solo aquello de lo cual puede extraer plusvalor para el enriquecimiento y la

acumulación. Al no poder extraer una riqueza tangible e inmediata del trabajo doméstico procederá a apropiarse, dentro de los hogares y mediante la violencia, de la libertad y la dignidad humana, en un despojo que puede iniciar antes de que los y las trabajadoras inicien su etapa productiva.

El despojo se convierte en un aspecto funcional del sistema capitalista-patriarcal para que se concreten las formas efectivas de dominación sobre la clase trabajadora; apropiándose de aspectos materiales e inmateriales desde su infancia hasta la adultez; con el fin de ir las desmenuzando hasta arrancarles parte de la espiritualidad humana y seguir provocando miedo, una herida que sigue abierta para la intimidación; como se vio en las trabajadoras.

En el caso de “Lupe”, está marcado un despojo latente en su infancia, lo que cimentó la dominación a la cual nunca pudo poder resistencia, o si la hubo, está siempre fue fallida y silenciada. O, en la narrativa de Eugenia, nos ejemplifica un despojo a la fuerza; en su historia de vida damos cuenta cómo durante su camino hacia la adultez y el desarrollo de su jornada doméstica y de cuidados se le fue arrancando la dignidad humana, mediante la violencia física, sexual y psicológica; en un despojo convenientemente invisibilizado por el sistema capitalista-patriarcal.

“Lupe”, Eugenia, Rocío y Rosario trabajan en una cooperativa cuyos objetivos son el apoyo mutuo y la solidaridad entre los participantes; la justa redistribución de ganancias; el mejoramiento social; y toma de decisiones democrática. Esta forma de organización se vuelve una alternativa laboral en comparación con las empresas privadas.

La cooperativa se nos presenta como un refugio económico, social y emocional desde la percepción e historias de vida de las mujeres. Sin embargo, no deja de depender del modo capitalista, como lo deja claro la historia de Rosario.

Mi trabajo, mi actividad aquí es identificar las características de cada compañero para así acomodarlos en cada área que sea más productivo para ellos y para la producción. ...

Su papel es garantizar las entregas y la producción en el menor tiempo posible; y no es por el hecho de extraer el plusvalor de los trabajadores, sino porque la cooperativa depende del capital para sobrevivir y poder pagar los salarios.

Sí, es innegable el hecho de que en la cooperativa siguen existiendo riesgos y exigencias (y enfermedades que ellas provocan); sin embargo, para ellas significa un espacio que representa una luz al final del túnel; un lugar diseñado para reivindicar la importancia de las mujeres en la comunidad; un espacio en el que pueden combinar su jornada de cuidados para proteger a las infancias de aquella violencia de las que fueron testigos. Por lo cual, más que un lugar de sacrificio, para las trabajadoras el Centro de Servicios Comunitarios "Mujeres en Lucha" de San Miguel Topilejo es un lugar de resistencia.

Entre las actividades de la doble jornada y el entorno machista, las trabajadoras construyeron sus significados y les dieron sentido en función de su subjetividad. Coincidiendo con lo dicho por Chapela (2015) de que la manera en que ejercemos y desarrollamos nuestras capacidades dependerá de las maneras en que hemos vivido, reflexionado, decidido e impuesto.

Todas las emociones sentidas encontrarán la forma de expresarse en nuestro organismo (Pulido y Cuéllar, 2011), lo que sucede en la mente repercute en el cuerpo, y algunas veces tales repercusiones culminarán en un estrés prolongado capaz de manifestarse en enfermedades crónico degenerativas.

El estrés es una alarma biológica que indica al cuerpo como reaccionar ante eventos adversos y cuyo funcionamiento a veces dependerá de la dinámica social (Ashqui *et al*; 2023). En la doble jornada, esta alarma identificará los riesgos y exigencias como situaciones de peligro para las mujeres, situación que, al ser constante y prolongada en el capitalismo, se convertirá una respuesta fisiológica natural en un mecanismo dañino y patógeno (Pulido y Cuéllar, 2011), repercutiendo en su salud (Hjemdahl, 2002), como enfermedades crónico degenerativas vinculadas al síndrome metabólico.

El síndrome metabólico es un conjunto de alteraciones metabólicas, caracterizado por disposición de grasa abdominal, hipertensión arterial y dislipidemia (Perfeito *et al*; 2015) y se encuentra relacionado con las enfermedades crónicas más mortales en los trabajadores como la diabetes, cáncer e infartos.

En los fragmentos de historias de vida compartidos por las trabajadoras, aspectos vinculados al sistema capitalista y patriarcal tales como el despojo, la dominación, la violencia de género y la doble jornada fueron percibidos como factores que provocan un estrés prolongado.

De hecho, las condiciones estresoras que tienen un mayor impacto negativo, según la percepción de las trabajadoras, fueron aquellas derivadas de las jornadas domésticas. El estar sometidas a un estado de alerta constante, sin tiempo de descanso en el hogar,

repercute negativamente en su metabolismo, tal como se muestra en los resultados de los perfiles metabólicos y cardíacos obtenidos:

“Lupe” se diagnosticó con diabetes y dislipidemia, Rocío se diagnostica con prediabetes, hipertensión y con un ICC que la predispone a padecer hígado graso y dislipidemias. A Rosario se le diagnosticó con prediabetes y dislipidemia; conjuntamente por la presencia de dislipidemias, sus niveles de TA se categorizan como hipertensión. Su factor de riesgo cardíaco de 8%, la predispone a sufrir otras enfermedades como la aterosclerosis.

En el caso de Eugenia, las posturas de resistencia y el espacio amable de trabajo evidenciaron ser factores protectores contra el estrés crónico derivado de la vida matrimonial llena de violencia intrafamiliar y dominación.

Finalmente, fue la investigación cualitativa la que demostró la capacidad de captar la realidad social, llena de significados, de las participantes, aportes más valiosos que cualquier teoría, discurso o pensamiento hipotético de la vida de las trabajadoras. Al abordar conjuntamente las expresiones, sentidos y significados, se logró llegar a una aproximación valiosa de la enriquecida vida humana en su determinado contexto histórico-social (Minayo, 2007); y comprender aspectos subjetivos de cómo las personas viven las diversas realidades que experimentan (Martínez, 2015).

El ciclo de esta investigación no acaba, pues aporta conocimientos que necesitan una profundización posterior, para una concreta integración del todo, en una visión que integra la historicidad social y la construcción teórica (Minayo, 2007).

Entre las participantes se lograron rescatar percepciones y perfiles de salud diferentes entre cada una de ellas, mismos que fueron creados basándose en sus experiencias de

vida. Coincidiendo con lo mencionado por Martínez (2015), “cada persona dentro de su mundo (por precario que este sea), construye su propia manera de cuidar de sí mismo... quien vive su experiencia ha construido con sus propias maneras” (p. 64).

En este trabajo se postula la idea de que la definición de salud no se encuentra sujeta a la definición de enfermedad, sino que la salud se relaciona con la construcción y la razón humana. En este caso, seguir el enfoque de la investigación cualitativa sirvió para aprender sobre otros modos de cuidar la salud, otras formas de relacionarse con la enfermedad y diversas formas de relacionarse con el entorno (Martínez, 2015).

De igual manera, mi trabajo de investigación es un compromiso político para revelar diversas realidades de la doble jornada, y la vulnerabilidad de las mujeres en el sistema capitalista-patriarcal que las somete, domina y despoja mediante la violencia. Otra intención fue evidenciar el estado de salud de las madres y mujeres trabajadoras; y en cómo el desarrollo de enfermedades estará estrechamente relacionado con la carga colocada sobre las mujeres, evidenciando como el sostener a un sistema capitalista-patriarcal repercutirá negativamente en su salud.

A pesar de ello, las mujeres demostrarán ser capaces de resistir de manera individual y colectiva, como ocurre en la cooperativa de costura.

Bibliografía

Alonso Herrero, J. A. (2003). La mujer mexicana en la época neoliberal. El caso del Estado de Puebla. *SOCIOTAM*. 13 (2). 9 - 36.

Alvear, G. & Villegas, J. (1989). Los riesgos y sus efectos en la salud. En: M. Noriega (Coord). En Defensa de la salud en el trabajo. *SITUAM*. (7). 77-105.

American Diabetes Association. (septiembre de 2023). *Diagnostico*.
<https://diabetes.org/espanol/diagnostico>

Araujo-Alvarez, J. M. & Trujillo-Ferrara, J. G. (2002). De Morbis Artificum Diatriba 1700-2000. *Salud Publica de México*. 44 (4). 362-370.

Arenal, S. (1986). *Maquiladoras por dentro*. Editorial Nuestro Tiempo.

Arévalo Zurita, M., Expósito García, E., García Arroyo, F. M. & Mora Joa, J. J. (2022). Equidad de género desde la escuela primaria: Proyecto “Educando con igualdad”. *RIIED*. 4 (6). 62-72.

Ashqui Lascano, I., Velasco Acurio, E., Herrera López, J., Martínez García, D., Analuisa Jiménez, E., & Cobo Sevilla, V. (2023). Asociación del nivel de estrés con el desarrollo del síndrome metabólico en el personal de la salud. *Salud, Ciencia y Tecnología*. 3 (386).1-9. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2023386>

Asociación Parlamentaria Mujeres Demócratas. (abril 19, 2022). Inscripción de asunto adicional APMD 20 abril CCM-IIL/APMD/EMH/065/2022. En: <https://www.congresocdmx.gob.mx/media/documentos/63a69d928d1e30d08b27dab1ff9b2494cd00b130.pdf>

Barrones-Sanz, L. D. (2020). Estrés Laboral en conductores de bicitaxis del Centro Histórico de la Ciudad de México. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS*. 58 (3). 265-274. <https://doi.org/10.24875/RMIMMS.M20000030>

Boltanski, L. (1973). *Los usos sociales del cuerpo*. Ediciones Periferia S. R. L.

Camarena Ocampo, M., Morales Lersch, T. & Necoechea Gracia, G. (1994). *Reconstruyendo nuestro pasado: Técnicas de historia oral*. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes.

Campos, Á. (2007). *Así aprendimos a ser hombres*. Pautas para facilitadores de talleres de Masculinidad en América Central. Oficina de Seguimiento y Asesoría de Proyectos OSA, S. C.

Cassirer, E. (1968). *Antropología filosófica. Introducción a una filosofía de la cultura*. Fondo de Cultura Económica México.

Chapela, C. (2008). Una definición de salud para promover la salud. En C. Martínez, S. (2008). *Seis miradas sobre la salud y sus relaciones con el mundo social*. (pp. 13-33). Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

Chapela, C. (2015). Capacidades para la promoción de la salud y el empoderamiento de las mujeres adultas mayores. En M. L. Martínez & V. Mendoza. (2015). *Promoción de la salud de la mujer adulta mayor*. (p.p. 139-231). Instituto Nacional de Geriatria.

Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH). (agosto 2, 2023). Comunicado DGDDH/198/2023. CNDH dirige Recomendación por violaciones graves a la Guardia Nacional, a la SSC-CDMX y a la FGJCDMX por detención arbitraria y desaparición

forzada de tres personas en la comunidad de Topilejo. En:
https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2023-08/COM_2023_198.pdf

Cuéllar, R. (1996). Racionalidad capitalista y medicina del trabajo. *Salud problema*. 26, 41-46.

Da Rosa Tolfo, S., Chalfin Coutinho, M., Baasch, D. & Soares Cugnier J. (2011). Sentidos y significados del trabajo: un análisis con base en diferentes perspectivas teórico-epistemológicas en Psicología. *Universitas Psychologica*. 10 (1), 175-188.

Davy, K. P. & Hall, J. E. (2004). Obesity and hypertension: two epidemics or one? *American Journal of Physiology: Regulatory, integrative and comparative physiology*. 286, 803-813. <https://doi.org/10.1152/ajpregu.00707.2003>

De Garay, G. (2006). *La historia con micrófono*. Instituto Mora.

Díaz Molina, L., Etxezarreta Etxarri, E. & Larrañaga Sarriegui, M. (2018). Cooperativa de cuidados: de la prestación económica de asistencia personal hacia la colectivización de las personas cuidadoras. *Zerbitzuan Revista de Servicios Sociales*. 67, 5-20. <https://doi.org/10.5569/1134-7147.67.01>

Durán, M. A. (1986). *La jornada interminable*. Editorial Icaría.

Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados ENASIC 2022. (2023). *INEGI*. Comunicado de Prensa 578/23. 1- 39.

Engels, F. (1994). *El papel del trabajo en el proceso de transformación del mono en hombre*. Quinto Sol.

Engels, F. (1989). *El origen de la familia, la propiedad privada y el Estado*. Premia.

Escalante, G. F. (2016). *Historia mínima del neoliberalismo*. Turner publicaciones S.L. El Colegio de México, A. C.

Escamilla-Núñez, M.C., Romero-Martínez, M., Zárate-Rojas, E. & Rojas-Martínez, R. (2023). Detección, diagnóstico previo y tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles en adultos mexicanos. *Ensanut 2022. Salud pública de México*. 65 (1), 153-162. <https://doi.org/10.21149/14726>

Esteban Salvador, ML, Pérez Sanz, FJ, & Gargallo Castel, A. (2018). Áreas rurales y cooperativas: iniciativas de mujeres para el desarrollo. *Revista de Estudios Cooperativos*.127, 116-138. <https://doi.org/10.5209/REVE.58397>

Estragó, A. (2021). Dualidad y disonancia en la gestión de las cooperativas de trabajo. *Ciencias administrativas*. 9 (17), 85-96. <https://doi.org/10.24215/23143738e078>

Furtado, R. & Camilo, J. (2016). El concepto de biopoder en el Pensamiento de Michel Foucault. *Subjetividades*. 16 (3), 34-44.

Giroux, H. A. (1983). Teorías de reproducción y resistencia en la nueva sociología de la educación: un análisis crítico. *Revisión educativa de Harvard*, 53 (3), 257–293. <https://doi.org/10.17763/haer.53.3.a67x4u33g7682734>

Gutiérrez Alcalá, R. (marzo 3, 2022). El neoliberalismo aún no llega a su fin. *Gaceta UNAM*. <https://www.gaceta.unam.mx/el-neoliberalismo-aun-no-llega-a-su-fin/>

Gutmann, M. C. (2000). *Ser hombre de verdad en la ciudad de México: ni macho ni mandilón*. El Colegio de México.

Han, B. C. (2012). *La sociedad del cansancio*. Herder.

Hernández, M. P. & Ibarra, L. M. (2019). Conciliación de la vida familiar y laboral. Un reto para México. *Iztapalapa Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 86 (1), 159-184. <https://doi.org/10.28928/ri/862019/aot2/hernandezlimonchim/ibarrauribel>

Hjemdahl, P. (2002). Estrés y síndrome metabólico: una asociación interesante pero enigmática. *Circulación*, 106 (21), 2634-2636. <https://doi.org/10.1161/01.cir.0000041502.43564.79>

Hobsbawm, E. J. (1976). De la historia social a la historia de la sociedad. En C. Flamarion, S. Cardoso & H. Pérez Brignoli. (Ed). *Tendencias actuales de la historia social y demográfica*. Sepsetentas.

Iborra Mallent, J. V. (2023). Los orígenes del capitalismo comercial, la expansión colonial y la historia como teoría. Una entrevista a Jairus Banaji. *Historia Crítica*. 89, 253-275. <https://doi.org/10.7440/histcrit89.2023.10>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía INEGI. (2021). *Panorama sociodemográfico de Ciudad de México: Censo de Población y Vivienda 2020*. Instituto Nacional de Estadística y Geografía.

Jáidar, I. (1999). *Caleidoscopio de subjetividades*. Taller de Investigación de Psicología e Instituciones (TIPI).

Kosík, K. (1976). *Dialéctica de lo concreto*. Editorial Grijalbo, S. A.

Lau, A. L. (2006). La historia oral: una alternativa para estudiar a las mujeres. En G. De Garay (2006). *La historia con micrófono* (pp. 90-101). Instituto Mora.

Lóbo e Pinheiro, B., De Almeida Souza, P. F. & Krucken, L. (2021). Desing for Social Innovation in Local Communities. Weaving collaborative networks in a women's textile cooperative in Salvador (Bahia, Brazil). *Cuadernos del Centro de Estudios de Diseño y Comunicación*. 132, 81-95. <https://doi.org/10.18682/cdc.vi132.4981>

Martí, J. P., Thul, F. & Cancela, V. (2014). Las empresas recuperadas como cooperativas de trabajo en Uruguay: entre la crisis y la oportunidad. *CIRIEC-España, Revista de Economía Pública, Social y Cooperativa*. 82, 5-28.

Martínez, C. (2014). El lugar del sujeto en el campo de la salud: enseñanzas de la investigación cualitativa. *Ciência & Saúde Coletiva*. 19 (4). 1095-1102. <https://doi.org/10.1590/1413-81232014194.14482013>

Martínez, C. (2015). El compromiso interpretativo: un aspecto ineludible en la investigación cualitativa. *Fac. Nac. Salud Pública*. 33 (1). 58-66.

Marx, K. (1932). *Manuscritos económicos y filosóficos de 1844*. Marx/Engels Gesamtausgabe.

Marx, K. (1975). *El Capital: Libro primero. El proceso de producción del capital*. Biblioteca del Pensamiento Socialista.

Marx, K. (1968). *Historia crítica de la teoría de la plusvalía*, T. I, en Karl Marx, Sociología y filosofía social. Ediciones Península. 178-181.

Minayo, M. C. (2007). *Investigación social. Teoría, método y creatividad*. Lugar Editorial.

Miranda Lorenzo, H. (2011). Las cooperativas y los pensadores socialistas: Cooperativismo y autogestión en las visiones de Marx, Engels y Lenin. En C. Piñeiro Harnecker (Ed.), *Cooperativismo y socialismo: Una mirada desde Cuba* (pp. 71-102). Caminos.

Montoya Flores, M. T. (2004). Identidad organizacional en una cooperativa de mujeres. *Iztapalapa Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 56 (25), 175-192.

Museo Palacio de la Escuela de Medicina UNAM (2024). Medicina Prehispánica. Ciudad de México, México.

Olvera-Granados, C. P., Leo-Amador, G. E. & Hernández-Montiel H. L. (2008). Páncreas y células beta: mecanismos de diferenciación, morfogénesis y especificación celular endocrina. ¿Regeneración? *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*. 65 (4). 306-324.

Organización Panamericana de la Salud (OPS). En Organización Mundial de la Salud (OMS). (2014). *Hipertensión*. <https://www.paho.org/es/enlace/hipertension>

Osorio, J. (2006). Biopoder y biocapital. El trabajador como moderno homo sacer. *Argumentos, Nueva Época*. 19 (52), septiembre-diciembre, 77-98.

Palazuelos, E., Albuquerque, F., Talavera, P., Ferraro, F., Luengo, F., Palazuelos, M. & Deniz, J. (1990). *Estructura económica capitalista internacional: El modelo de acumulación de posguerra*. Akal Universitaria.

Páez Cuba, L. D. & Torres Rodríguez, L. (2023). La perspectiva de género en el cooperativismo cubano: empoderamiento económico vs segregación ocupacional. *Revista estudios de género La Ventana*. 58. 83-110. <https://doi.org/10.32870/lv.v7i58.7689>

Peñafiel Ochoa, K. J., Preciado Orrala, G. S., Solórzano Vélez, J. A. & Salazar Párraga, J. L. (2019). Respuesta metabólica al estrés en pacientes adultos. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*. 3 (1). 1051-1074. [https://doi.org/10.26820/recimundo/3.\(1\).enero.2019.1050-1074](https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.1050-1074)

Perfeito Ribeiro, R., Palucci Marziale, M. H., Trevisan Martins, J., Vivan Ribeiro P. H., Do Camo Cruz Robazzi, M. L. & Dalmas, J. C. (2015). Prevalencia del Síndrome

Metabólico entre trabajadores de enfermería y su asociación con estrés ocupacional, ansiedad y depresión. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 23 (3). 435-440.
<https://doi.org/10.1590/0104-1169.0383.2573>

Pulido, M. & Cuéllar, R. (2011). Trabajo, resistencia y estrés. Acerca del método. *Medicina Social Salud para Todos*. 6 (2). 108-119.

Pineda, C. A. (2008). Síndrome metabólico: definición, historia, criterios. *Colombia Médica*. 56 (1) 96-106.

Pulido, M. (2012). *El lujo de enfermar: historia de vida y de trabajo*. Miguel Ángel Porrúa.

Pulido, M., Garduño, M. A., Morales, S. L. & Lara, N. L. (2012). Trabajo, estrés y salud: la costura a domicilio en Ciudad de México. *Salud de los Trabajadores*. 20 (1). 33-47.

Ramírez, A. (2002). Violencia masculina en el hogar. *El Cotidiano*. 18 (113). 28-36.

Ramírez Villalobos, E. (2012). El desarrollo del capitalismo en México en la segunda mitad del siglo XIX. *Economía Informa*. 374, 26-52.

Rodarte, O. D. (2008). *Proyecto de Ordenamiento Territorial y Saneamiento Ambiental para los Angeles. (San Miguel Topilejo, Tlalpan, D.F.)* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio Institucional-Facultad de Arquitectura.

Rodríguez Sánchez, C. D., Espinosa Castillo, M. & Vera Alexandre, G. R. (2022) Transitando de lo regional a lo comunitario: Interrelación urbano-rural en la comunidad de San Miguel Topilejo, Tlalpan, CDMX. En J. E. Isaac Egurrola, E. R. Morales García de Alba. & A. Treviño Aldape (Coord.). *La economía sectorial reconfigurando el*

territorio y nuevos escenarios en la dinámica urbano rural. Volumen II de la Colección: Escenarios territoriales ante la reconfiguración del orden mundial. 427-446.

Rodríguez-Shadow, M. J., Shadow, R., & Goldsmith M. (1992). "No trabajo, sólo ayudo": prácticas y representaciones del trabajo femenino entre los productores de ladrillo Cholula. *Argumentos: Estudios Críticos de la Sociedad*. 16 (17), 7-14.

Roux, Rhina. (2008). Marx y la cuestión del despojo. Claves teóricas para iluminar un cambio de época. *Herramientas*. 12 (38), 61-74.

Roux, Rhina. (2019). Despojo. *UNAM: Conceptos y fenómenos fundamentales de nuestro tiempo*. 1-20.

Salgado Lévano, A. C. (2007). Investigación Cualitativa: Diseños, Evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit: Lima (Perú)*. 13, 71-78.

Secretaria de Salud (SSA). (2012). NOM-037-SSA2-2012: Para la prevención, tratamiento y control de las dislipidemias. Estados Unidos Mexicanos: SSA.

Sharim Kovalskys, D. (1999). Dimensión subjetiva del género: una aproximación desde los relatos de vida. *Proposiciones*, 29, 1-7.

Streeck, W. (2017). *¿Cómo terminará el capitalismo?* Traficantes de Sueños.

The Texas Heart Institute. (25 de agosto del 2019). *Colesterol*. <https://www.texasheart.org/hearthealth/heartinformationcenter/topics/colesterol/#:~:text=Los%20triglic%C3%A9ridos%20son%20grasas%20que,eleva%20los%20niveles%20de%20triglic%C3%A9ridos>.

Thompson, J. B. (2002). *Ideología y cultura moderna Teoría crítica social en la era de la comunicación de las masas*. Universidad Autónoma Metropolitana