

Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado con  
las mujeres migrantes del barrio el Paraíso de Ciudad Bolívar.

Geraldine Ruiz Pito

**Autora.**

Trabajo de grado para optar al título de  
Licenciada en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos.

Vivian Johana Muños Rodríguez

**Tutora.**

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación

Licenciatura en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos

Bogotá, D.C

2025

## **Dedicatoria**

*Dedico este trabajo de grado principalmente a Dios, quien me ha guiado desde el inicio de este camino; ha sido mi fortaleza y mi roca.*

*A mi mamá, por haber sido un apoyo emocional constante; a mi papá, que en estos últimos años ha dedicado su tiempo a cuidarme y fortalecerme. A mi hermano, que con su humildad y creatividad me ha ayudado, cuidado y animado a seguir. A mi hermana, que me ha acompañado desde la distancia y me ha alentado con sus mensajes.*

*A mi novio, por ser un compañero incondicional, por su apoyo constante y por cada conversación que acogió con todo su amor y cariño.*

*A Rosita Peña: maestra, amiga, compañera comunitaria y motor de motivación a lo largo de este caminar.*

*A mis Amix del corazón, que me acogieron como su hermanita malgeniada: Zafi, por transmitirme esperanza y cuidado; Cata, por su carácter y su amor inquebrantable hacia mí; y Tatis, por su ternura y por escucharme siempre.*

*A la Profe Vivi, por creer en mí desde el principio, por acoger este proyecto con sabiduría y amor; y por su entrega y enseñanza constante.*

*A la Asociación Cristiana de Jóvenes, por haberme acogido desde 2019 con fraternidad, amor y paciencia; y a todas las personas que han recorrido este camino a mi lado, apoyándome con cariño y alegría.*

*A la gloriosa Universidad Pedagógica Nacional, por formarme como maestra y encaminarme a creer en una educación desde el amor y empatía.*

## **Agradecimientos**

*Agradezco profundamente a Jesucristo por escucharme en cada oración, por permitirme sentir su voz en los momentos de inquietud durante este trabajo y por transmitirme sabiduría, fortaleza y amor.*

*A mi mamá, papá, hermano, hermana y a mi novio, gracias por acompañarme a lo largo de estos cinco años y medio, por brindarme siempre paz, tranquilidad y amor incondicional.*

*A mi familia materna, gracias por cada palabra de aliento, por las sonrisas compartidas y por la calma que me ofrecieron en los momentos más desafiantes.*

*Mi gratitud también para el grupo de mujeres del barrio El Paraíso, quienes me acogieron desde el primer día con cariño, alegría y resiliencia. Gracias por todo el aprendizaje y las enseñanzas compartidas.*

*A Jess, gracias por tu acompañamiento constante, por tu acogida amorosa y por ser parte esencial de este proceso tan bonito y nutritivo.*

*A la Asociación Cristiana de Jóvenes sede Bogotá, gracias por su acogida y por los valiosos aprendizajes que me brindaron durante mi paso como participante, voluntaria y trabajadora.*

*Finalmente, agradezco a la Universidad Pedagógica Nacional por proporcionarme herramientas teóricas y comunitarias que me permiten iniciar con firmeza este nuevo camino como maestra comunitaria.*

## Tabla de contenido

Introducción .....	9
Capítulo 1: El nudo inicial.....	12
Asociación Cristiana de jóvenes (YMCA) .....	12
La montañita de Ciudad Bolívar.....	18
Barrio el Paraíso .....	23
¿Quiénes son las mujeres del barrio El Paraíso que hacen parte de la ONG Asociación Cristiana de Jóvenes YMCA Bogotá? .....	27
Acciones actuales.....	28
Planteamiento del problema ¿Por qué hay que tejer? .....	29
Pregunta de investigación.....	33
Objetivo central .....	33
Objetivos específicos .....	33
Antecedentes.....	34
Capítulo 2. Cadenas de base .....	37
Feminización de la pobreza .....	38
Migración con perspectiva de género .....	44
Economías del cuidado .....	51
Capítulo 3. Elaboración de los puntos. ....	58

Pedagogías feministas.....	58
Acompañamiento metodológico.....	61
Construcción de los talleres pedagógicos.....	63
Implementación de los ocho talleres.....	65
Recordando los puntos de la experiencia pedagógica.....	66
La primera sesión.....	67
La segunda sesión.....	71
La tercera sesión.....	79
La cuarta sesión.....	83
La quinta sesión.....	86
La sexta sesión.....	90
La séptima sesión.....	96
La octava sesión.....	99
Análisis de la experiencia pedagógica.....	102
Capítulo 4. Tejido sobre las cadenetas.....	105
Conclusiones.....	105
Recomendaciones finales.....	108
BIBLIOGRAFÍA.....	112
Anexo.....	117
Diarios de campo práctica investigativa.....	117

Cartilla Pedagogías Feministas Puntadas que Tejen Cuidado. .... 150

## Tabla de Figuras

<i>Ilustración 1. Etapas del tejido.....</i>	<i>11</i>
<i>Ilustración 2. Mapa Impacto de la YMCA a nivel mundial.....</i>	<i>13</i>
<i>Ilustración 3. Instalaciones de la Asociación Cristiana de jóvenes-YMCA, sede Bogotá.....</i>	<i>15</i>
<i>Ilustración 4. Mapa Ciudad Bolívar.....</i>	<i>¡Error! Marcador no definido.</i>
<i>Ilustración 5. Mapa Ciudad Bolívar.....</i>	<i>20</i>
<i>Ilustración 6. Mapa Barrio El Paraíso.....</i>	<i>24</i>
<i>Ilustración 7. Primer encuentro.....</i>	<i>28</i>
<i>Ilustración 8. Sesiones de los talleres.....</i>	<i>64</i>
<i>Ilustración 9. Primer encuentro.....</i>	<i>67</i>
<i>Ilustración 10. Lugar de encuentros.....</i>	<i>70</i>
<i>Ilustración 11. Cartografía de género entretejiendo.....</i>	<i>71</i>
<i>Ilustración 12. Parque el Mirador del Paraíso.....</i>	<i>73</i>
<i>Ilustración 13. calle de los grafitis.....</i>	<i>74</i>
<i>Ilustración 14. Biblioteca.....</i>	<i>75</i>
<i>Ilustración 15. Estación de trasmicable Paraíso.....</i>	<i>76</i>
<i>Ilustración 16. Creación cartografía.....</i>	<i>78</i>
<i>Ilustración 17. La sororidad para tejer colectividad.....</i>	<i>79</i>
<i>Ilustración 18. Espacio de los papeles de colores.....</i>	<i>82</i>
<i>Ilustración 19. Tejiendo confianza.....</i>	<i>83</i>
<i>Ilustración 20. Dialogo comunicación asertiva.....</i>	<i>85</i>
<i>Ilustración 21. Puntadas de sueños, acciones, éxitos y cuidados.....</i>	<i>86</i>

<i>Ilustración 22. Desarrollo de la sesión.....</i>	<i>89</i>
<i>Ilustración 23. Punto alto herramienta colectiva.....</i>	<i>90</i>
<i>Ilustración 24. Realización de preguntas .....</i>	<i>95</i>
<i>Ilustración 25. Cadenetas de cuidado. ....</i>	<i>96</i>
<i>Ilustración 26. Baila y cuida. ....</i>	<i>98</i>
<i>Ilustración 27. Álbum fotográfico tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado. ....</i>	<i>99</i>
<i>Ilustración 28. Último encuentro.....</i>	<i>101</i>

## Introducción

El presente trabajo tiene como propósito acercarse a la colectividad que surge entre mujeres a partir de las relaciones de sororidad y las economías del cuidado, reconociendo el papel fundamental que desempeñan dentro de sus entornos en el barrio El Paraíso.

Asimismo, el reconocimiento y fortalecimiento de sus redes de apoyo y la manera en que estas se han ido tejiendo desde su llegada al territorio, partiendo de un proceso migratorio y la acogida recibida.

Para iniciar, esta experiencia se vincula con las etapas del tejido en crochet, que incluye el nudo inicial, las cadenas de base, la elaboración de los puntos y el tejido sobre las cadenetas, cada una de las cuales corresponde a un capítulo de este trabajo (ver ilustración 1). El tejido en crochet es una técnica que utiliza una aguja con punta de gancho para crear tela mediante la formación de bucles o anillos de hilo entrelazados. Esta técnica permite confeccionar una variedad de prendas, accesorios, elementos decorativos y figuras tridimensionales como los amigurumis a partir de la combinación de diversos puntos. Estas etapas permiten dar un inicio, continuidad y estructura a cualquier tejido, por lo que este trabajo investigativo se relaciona con el proceso colectivo construido a partir de las vivencias compartidas con las mujeres que han fortalecido sus relaciones y reconociendo el valor del trabajo no remunerado y su importancia dentro del núcleo familiar.

El primer capítulo se centra en el lugar donde surge la experiencia pedagógica, abordando su origen, las tensiones presentes, así como el planteamiento del problema, la pregunta investigativa, los antecedentes de investigación y una contextualización del grupo de mujeres empoderadas que pertenecen a la Asociación Cristiana de Jóvenes. En el segundo capítulo se desarrollan las categorías de análisis: *feminización de la pobreza*,

*migración con perspectiva de género y economías del cuidado*, que resultaron fundamentales para sustentar el tercer capítulo. De igual manera, se presenta la metodología del trabajo pedagógico, la cual se desarrolla mediante la realización de talleres, la elaboración de una cartilla pedagógica y la construcción de un álbum fotográfico. Estas acciones se implementan en coherencia con los lineamientos de la modalidad de material didáctico que se articulan con la Línea de Género, Identidad y Acción Colectiva de la Licenciatura en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos. Finalmente, en el cuarto capítulo se exponen las conclusiones, reflexiones, recomendaciones finales, que permiten dar cuenta de los aprendizajes adquiridos, recogen la percepción de las participantes y los resultados de la práctica, además de vincular la ruta metodológica planteada durante la experiencia.

Ilustración 1. Etapas del tejido



Fuente: Archivo personal, 2025

## **Capítulo 1: El nudo inicial**

Este capítulo de caracterización se presenta la Asociación Cristiana de Jóvenes, organización en donde desarrollaron las prácticas pedagógicas durante el primer semestre del 2025, en el barrio El Paraíso ubicado en la localidad de Ciudad Bolívar. En este sentido, se presenta la contextualización demográfica de la localidad, del barrio y la organización de mujeres que apoyan y acompaña este trabajo investigativo. La intención de esta caracterización es presentar, visibilizar y analizar las relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado.

Se busca no solo presentar los entornos físicos, sociales y comunitarios donde se desarrollan las prácticas, sino comprender cómo estas relaciones entre las mujeres emergen y se consolidan mediante diferentes escenarios y su rol de participación, evidenciando el papel que desempeñan en el crecimiento y sostenibilidad local abordado desde una perspectiva de género y cuidado.

También se reconocen las mujeres que han contribuido y fortalecido estos tejidos, así como las problemáticas que emergieron a partir de la caracterización realizada. En este sentido, se destaca la importancia del proyecto pedagógico, el cual sitúa una ruta de acción relacionada con un objetivo central y específicos. Finalmente, se propone una aproximación teórica que mantiene y fortalece el análisis desarrollado en este primer capítulo.

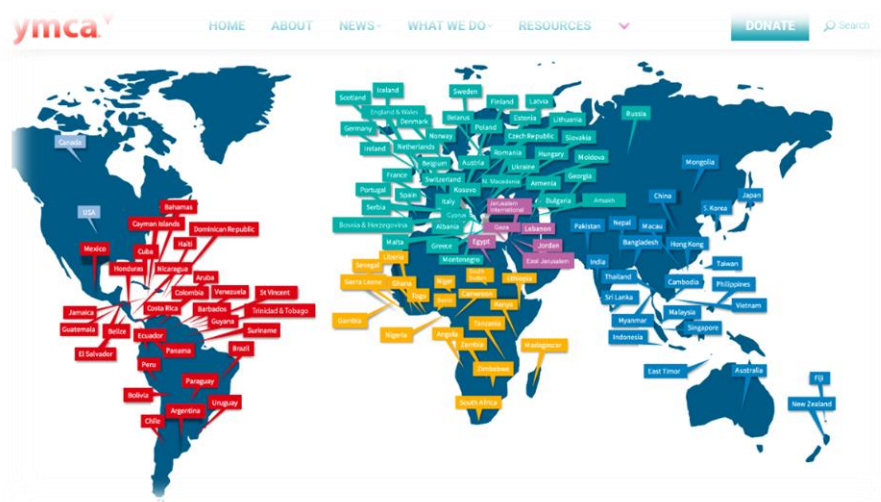
### **Asociación Cristiana de jóvenes (YMCA)**

La Asociación Cristiana de Jóvenes (en inglés: Young Me'Christian Association, siglas YMCA), conocida en los países Latinoamericano como ACJ, creada el 6 de junio de 1844 en Londres, Inglaterra, por un grupo de 11 jóvenes liderados por George Williams,

por lo que su propósito principal era “mejorar las condiciones espirituales de los jóvenes que trabajaban en casas de negocios, mediante la formación de clases bíblicas, reuniones de oración familiar y social, sociedades de mejoramiento mutuo o cualquier otra organización espiritual” (YMCA, s.f), la organización empezó a crecer a nivel mundial y se encuentra en la actualidad en más de 120 países en 5 continentes, donde a través de su compromiso social y comunitario, ha logrado durante estos años contribuir en diferentes apuestas donde los mayores beneficiarios son las poblaciones más vulnerables.

Su sede principal se encuentra en Ginebra, Suiza, y hace parte de uno de los órganos consultores de las Naciones Unidas por su trayectoria y compromiso social (YMCA, s.f). Su recorrido de 180 años le ha permitido enfocarse principalmente en los jóvenes y es su principal objetivo a nivel internacional.

*Ilustración 2. Mapa Impacto de la YMCA a nivel mundial*



Fuente: Tomado de *The YMCA movement* (YMCA Europe, s.f.).

<https://www.ymcaeurope.com/the-ymca-movement>

Luego de la creación de diferentes sedes alrededor del mundo, la YMCA llegó a Bogotá gracias a la colaboración de la Federación Sudamericana y el Colegio Americano. Más adelante, sus representantes se reunieron en el hotel Tequendama, donde se firmó el acta de constitución con 43 miembros el 10 de marzo de 1964, conformándose así la Junta Directiva provisional (60 años de impacto, 2024, pág. s.n). Entre sus primeras actividades se destacan las acciones recreativas y deportivas, las campañas de salud con voluntarios(as) médicos y enfermeras, así como iniciativas con otros líderes religiosos para realizar reuniones ecuménicas que fortalecieron la sede de Bogotá y contribuyeron a su posicionamiento a nivel local y nacional.

Posteriormente, en el año de 1996, la ACJ-YMCA implementa diferentes programas, entre ellos alfabetización, intercambios internacionales, residencias estudiantiles, trabajo comunitario en Sasaima, entre otros. Ese mismo año, la Junta directiva aprueba la compra del campamento Bochica, permitiendo un espacio al aire libre y fuera de la ciudad, lo cual facilitó la apertura a muchos más programas de estas mismas características a lo largo de los más de 60 años de presencia de la ACJ-YMCA en Colombia. Además, adquirieron y se aprobó la compra de varias sedes en Bogotá con el propósito de expandir la organización y seguir llegando a más personas de diversos sectores. Esta extensión refleja el compromiso continuo con el desarrollo social y comunitario en el país.

*Ilustración 3. Instalaciones de la Asociación Cristiana de jóvenes-YMCA, sede Bogotá*



Fuente: Archivo personal, 2024

Este compromiso social ha permitido que la ACJ-Bogotá obtenga un reconocimiento a nivel nacional; desde sus inicios ha contado con una amplia red de jóvenes voluntarios que ha generado un impacto positivo en los territorios donde actúan, fortaleciendo el tejido social y contribuyendo a la prevención de múltiples tipos de violencias. De igual manera, al crecimiento de la ACJ<sup>1</sup> Bogotá se suma también la creación de otras sedes en ciudades como Cali, Medellín, Barranquilla, Risaralda, Santander, Puerto Boyacá y Tolima.

---

<sup>1</sup> En las sedes de Latinoamérica, la Asociación Cristiana de Jóvenes es conocida con sus siglas en español como ACJ.

Volviendo a su sede en Bogotá, desarrollan programas preventivos y de restablecimiento de derechos en localidades como San Cristóbal, Bosa, Tunjuelito, Santa Fe y Ciudad Bolívar; esta es la sede más grande a nivel nacional. Allí cuenta con diferentes Hogares de Prevención que implementan y trabajan todo lo relacionado con proyectos de asistencia y prevención de riesgos dirigidos a población venezolana, además de mantener convenios con el ICBF para la restitución de derechos a menores de edad. También cuenta con el programa Jóvenes Cuidadores, el programa Mi Familia, entre otros, que contribuyen al bienestar y protección de la comunidad.

Desde esta perspectiva, evidencia la cercanía y el compromiso con los espacios sociales y comunitarios que se desarrollan en la localidad de Ciudad Bolívar, especialmente en el centro de atención preventivo “YO AMO LA VIDA”. Desde su creación en 1999, le ha permitido expresar un interés profundo por contribuir activamente en diferentes proyectos que reflejan la acción comunitaria y el aprendizaje constante de los distintos roles de los voluntarios que han desempeñado dentro del hogar. Esto permite que los voluntarios tengan un acercamiento al trabajo comunitario, mostrando no solo acciones institucionales, sino también de crecimiento personal.

Es así como, en el mes de abril de 2025, varios voluntarios del programa Jóvenes Cuidadores, de acuerdo con sus necesidades ya, sea en el marco de prácticas, investigaciones o de su propia acción comunitaria, comienzan a desempeñarse como replicadores. A continuación, se presenta la contextualización del programa Jóvenes Cuidadores y su relación con el proyecto investigativo en el barrio El Paraíso.

Este programa se inicia en el año 2023 con su nombre “Jóvenes Cuidadores”, que vincula jóvenes de las diferentes universidades de Bogotá que se encuentren interesados en

la realización de prácticas, investigaciones de grado o voluntariado en las diferentes áreas con las que cuenta la Asociación en las localidades. Según el informe anual (2023), explica lo siguiente:

Durante el año 2023, la YMCA de Bogotá implemento el proyecto “jóvenes cuidadores” financiado por las YMCA de Alberta Canadá, y Detroit en USA, con un enfoque en la promoción del cuidado y la salud mental. En el ámbito de la gestión del conocimiento, se diseñó un modelo teórico metodológico centrado en el cuidado trascendente, que involucra aspectos profundos y significativos del cuidado. Se crearon herramientas lúdicas y pedagógicas para la prevención y promoción de la salud mental. (sin número de página).

Así, luego de que los diferentes jóvenes se capacitan, se convierten en “multiplicadores con 240 jóvenes de las comunidades, fortaleciendo habilidades y prácticas de cuidado y salud mental” (Informe anual, 2023). Estos enfoques acogen las necesidades actuales de los jóvenes y mujeres con las que se implementa el proyecto, generando así espacios de relaciones horizontales, confianza y aprendizaje recíproco tanto para quienes lo replican como para quienes los acogen en sus territorios y realidades.

De igual forma, luego de la capacitación, se inicia el proceso como “multiplicador” en la localidad de Ciudad Bolívar, en el barrio El Paraíso, con el proyecto pedagógico Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado.

## **La montaña de Ciudad Bolívar**

Este proceso de Jóvenes Cuidadores me llevo a conocer con más profundidad La localidad de Ciudad Bolívar que se encuentra ubicada al suroccidente de Bogotá, colindando al norte con la localidad de Bosa, al sur con las localidades de Usme y Sumapaz, al este con las localidades de Tunjuelito y Usme y al oeste con el municipio de Soacha; 72% es considerada zona rural (Bolívar A. L.), cuenta con vías de acceso como la autopista sur que conecta con el sur y norte de la ciudad, la avenida Villavicencio, la avenida Boyacá y la avenida Jorge Gaitán Cortés.

Según el Diagnóstico Local Ciudad Bolívar (2023), la localidad cuenta con 650.967 habitantes en la zona urbana y 10.625 en la zona rural, para un total de 661.592 habitantes, de los cuales el 50,2 % son mujeres. De esta población, el 8,5 % se encuentra en pobreza extrema, el 29,1 % en pobreza moderada, el 46,6 % en condición de vulnerabilidad y el 15,9 % no es pobre ni vulnerable. Asimismo, la localidad cuenta con 231.904 hogares y 277.307 viviendas.

Sus habitantes están distribuidos en la UPZ 63 El Mochuelo, 64 Monte Blanco, 65 Arborizadora, 66 San Francisco, 67 El Lucero, 68 El Tesoro, 69 Ismael Perdomo, 70 Jerusalén y con tres corregimientos, los cuales son Mochuelo Alto y Mochuelo Bajo, Quiba y Pasquilla; allí también cuentan con vías de acceso e instituciones educativas. (Bolívar A. L., s.f.)

Ciudad Bolívar es una localidad de Bogotá que ha experimentado un crecimiento significativo en sus últimas décadas. Durante los años cuarenta, gran parte de su territorio estaba conformado por grandes haciendas. Fue a partir de la década de los cincuenta

cuando comenzaron los primeros asentamientos de personas provenientes de diferentes regiones de Colombia, marcando así el inicio de su desarrollo poblacional, tal como la describe la página de la Alcaldía Local de Ciudad Bolívar (s.f):

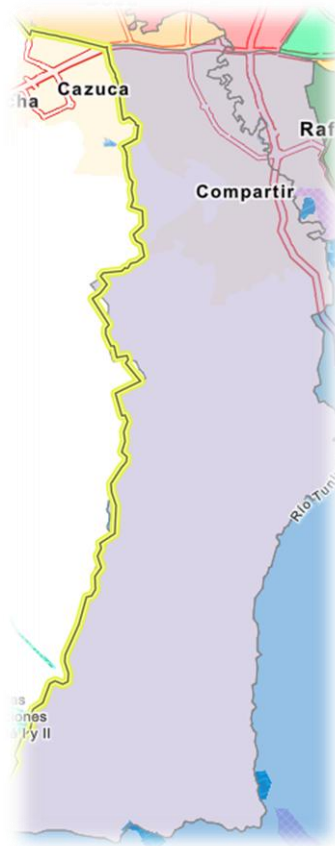
En los años cuarenta comienza la parcelación de grandes haciendas aledañas a la ciudad, conformándose los primeros asentamientos subnormales en la década del cincuenta, con los barrios Meissen, San Francisco, México, Lucero Bajo, Ismael Perdomo, situados en las partes bajas y medias de la Localidad, y cuyos pobladores eran gentes venidas principalmente del Tolima, Boyacá y Cundinamarca, se estima que para los años setenta la población había ascendido a los 50.000 habitantes. El territorio de la localidad por entonces pertenecía al otro municipio de Bosa (Bolívar A. L.)

A mediados de los años 80, comenzaron a instalarse asentamientos en la parte más alta de la montaña. La mayoría de las familias que conforman estos barrios eran campesinos que llegaron masivamente a las periferias del sur de Bogotá, buscando reconstruir sus vidas dentro de lo urbano y construir sus viviendas. Aunque ocuparon espacios que inicialmente eran inhabitables, estas familias los adecuaron poco a poco, enfrentado retos como la falta de garantías de vivienda digna y la ausencia de servicios básicos. Como lo describe Garzón (2020):

Podemos adentrarnos a la historia, viendo cómo se desarrolla una sociedad marginada que empezará a recaer en el pésimo criterio de albergar personas que no evidencian el acompañamiento de ningún servicio público, ni una estabilidad económica para solventar dichas cuestiones por su cuenta, ni una brecha en la coyuntura del estado conseguir mejores condiciones, su estado paupérrimo empieza a ser más que evidente;

y es que como podemos pensar en hacer de una sociedad, algo representativo, cuando la misma sociedad mueve sus fichas para que esta localidad lleguen desplazados, pobres y personas sin oportunidades, tómesese como un limpieza cultural o una gruesa brecha de comunidad entre conciudadanos. (pág. 3)

*Ilustración 4. Mapa Ciudad Bolívar*



Fuente. ArcGIS Online Localidades de Bogotá (s.f)

Dentro de las características demográficas del territorio, se identifica un importante componente social marcado por la presencia de diversos asentamientos informales en zonas urbanas y rurales. Esta situación afecta a sus habitantes, ya que en estos espacios se presentan dinámicas como la presencia de grupos delincuenciales y un abandono estatal, reflejando la falta de garantías para la protección de mujeres, niños, niñas y jóvenes. Como

consecuencia, aumentan los índices de violencias basadas en género, violencia intrafamiliar y sexual, conductas suicidas, afectación en la salud mental y desnutrición en menores de 5 años (SaluData, 2024).

Estos asentamientos surgen ante la necesidad de las familias de acceder a una vivienda digna y a condiciones que permitan una vida acorde con sus derechos, situación que se profundiza por la falta de ingresos económicos, según el informe Construimos territorio de Bien-Estar en Ciudad Bolívar (2024). Asimismo, en estos territorios se concentra población históricamente vulnerabilizada, incluyendo víctimas del conflicto armado y comunidades étnicas como indígenas y afrodescendientes, quienes enfrentan procesos de segregación social e institucionalmente que afectan de manera particular a las mujeres.

De igual manera, dentro de estas afectaciones sociales se evidencian las violencias basadas en género, que afectan mayoritariamente a las mujeres de esta localidad. Esta problemática se manifiesta en diversas formas. En el 2023 se reportaron 12 casos de feminicidio, una cifra ligeramente menor frente a los 15 casos registrados en el 2022, aunque la diferencia no resulta significativa (OMEG, 2023, pág. 13). Asimismo, se presentan altos indicadores de violencia intrafamiliar, con un 66,2%, y de delitos sexuales, con un 79,2%, según los datos del informe Mujeres en las localidades y mujeres cuidadoras Ciudad Bolívar (SaluData, 2024).

Frente a esta problemática, la localidad cuenta con diversos puntos denominados “las manzanas del cuidado” que ofrecen espacios a las mujeres de acompañamiento y procesos para la prevención de violencias. Además, se extiende a organizaciones sin ánimos

de lucro que también desarrollan acciones orientadas a disminuir las violencias de género presentes en la comunidad y fortalecer las redes de apoyo local.

Dentro del aspecto económico, por ser una localidad tan habitada, y así mismo según la ficha de Estadística Básica de Inversión Local EBI-L (2023), registra significativas carencias a la calidad de vida de su población frente a la pobreza multidimensional con un 8,9%, y esta cifra aumentó después de la pandemia vivida en el año 2020, donde la población perdió empleos o no contaba con ingresos mínimos para subsistir en estos duros momentos.

En ese contexto, la actividad económica local está marcada por el predominio del comercio formal e informal, acompañado del sector hotelero y restaurantes, servicios sociales, comunales y personales, industria manufacturera, transporte, comunicaciones y construcción, que cuentan con la mayor tasa de informalidad. De hecho, la localidad registra una tasa de informalidad de un 53,5 %, siendo está la cuarta con este índice de la ciudad de Bogotá. Cabe destacar que dentro de esta ficha no se encuentra la población migrante, un factor que puede influir en el panorama económico.

Ciudad Bolívar es una de las localidades más diversas y multiculturales de la ciudad de Bogotá porque dentro de ella encontramos diferentes grupos étnicos; según el artículo de la alcaldía Local de Ciudad Bolívar (2023), se encuentran varios pueblos indígenas (Inga, Kamentsa, Uitoto, Embera, Pijao, Yanakuna, Yukuna, Myska, Misak, Pastos, Tubu, Nasa, Wounaan) (Bolívar A. L., s.f), el artículo Bogando arte y cultura: las apuestas de las comunidades negras en Ciudad Bolívar (2023) alrededor de 5,000 personas pertenecientes a las comunidades negras, afrocolombianas y palenqueras habitan la

localidad. Además, agrega que las voces y relatos tradicionalmente silenciados o invisibilizados de la narrativa de la ciudad (Bolívar A. L., s.f).

Por un lado, se encuentran las comunidades étnicas que hacen parte del territorio y enriquecen la multiculturalidad de la localidad. Por otro lado, están las expresiones artísticas de las y los jóvenes —como la danza, la música y el teatro— que, en muchos casos, narran y representan las historias del territorio. Ejemplo de ello es el museo autoconstruido, los relatos plasmados en el muralismo y la resistencia en colectividad con actos simbólicos que permite visibilizarla no solo como localidad, sino también desde la creación de sus barrios.

### **Barrio el Paraíso**

El barrio El Paraíso está ubicado en la localidad de Ciudad Bolívar, en Bogotá. Limita al norte con la quebrada Peña Colorada, al oriente con el río Tunjuelito y los barrios Ilimani, al occidente con el barrio El Mirador, y al sur con la Avenida Pasquilla. Este sector pertenece a la UPZ 67 Lucero de la misma localidad. Aunque no se dispone de un promedio exacto de su población, según datos del portal City-Facts (2020), cuenta con aproximadamente 2.959 habitantes, con una proyección de crecimiento que alcanzaría los 3.315 habitantes para el año 2030. En cuanto a su estratificación socioeconómica, el barrio se clasifica principalmente en estratos 1 y 2, caracterizándose por altos niveles de informalidad y presencia de asentamientos ilegales.

*Ilustración 5. Mapa Barrio El Paraíso*



Fuente. Google Maps 2025.

Antes de la creación del barrio el Paraíso, alrededor del año 1975 se empieza con las ventas informales de lotes por personas externas al barrio y eran vendidos a las personas que iban llegando a poblar las haciendas no solo en este barrio, sino que también en las periferias de Bogotá, en 1978 se inicia una disputa por el territorio y se inicia con los primeros desalojos y lucha por la llegada del agua y alrededor de 1982 se forma el barrio. En el año de 1988 se funda la primera Junta de Acción Comunal y se legaliza la formalización del barrio en el año de 1994 bajo la Resolución 1469. (Niño Murcia, Chaparro Valderrama, López Borbón, Jiménez, & Jara Ramírez, 2023, pág. 20)

Según el libro: “Bogotá hecha a mano”. Barrios autoconstruidos, una gesta social y cultura (2023) describe el barrio de la siguiente manera:

Color de greda y agreste montaña, formas naranjas, ocres y grises en construcción diaria, intensa y progresiva. Volúmenes cúbicos y uniformes que, en exuberante profusión, brotan de forma geométrica de la montaña misma, recortados con nitidez por sombras y luces. Largas jornadas para llegar o salir, mucha gente, todas las edades, ropas multicolores colgadas, vientos, anhelos, pasiones y penas que pasan y cruzan. (Borbón, pág. 20).

Desde una perspectiva histórica sobre cómo era anteriormente el barrio, este libro también relata que los habitantes no contaban con los servicios básicos como agua, luz y gas. Además, se evidenciaba un crecimiento acelerado de venta ilegal de lotes, invasiones y casas construidas de manera precaria con materiales como latas, tela asfáltica y pintura desgastada. Las familias eran numerosas y extensas, de diversas edades, y los caminos eran de barro con vías sin pavimentar ni terminar, reflejando así las dificultades estructurales que atravesó y atraviesa en algunas zonas a la comunidad.

Con el paso de los años, el barrio ha ido experimentando grandes transformaciones significativas que lo han convertido en uno de los miradores más lindos e importantes con una gran vista a la ciudad de Bogotá. Un hito fundamental para el crecimiento de la localidad fue la inauguración, el 29 de diciembre de 2018, de la primera línea aérea de la ciudad: el Transmicable. Este proyecto local generó un impacto social, económico y cultural, además de impulsar el desarrollo en vías de acceso y la creación de espacios públicos como la casa de la juventud, auditorios, manzanas del cuidado y diversos

proyectos de reconocimiento territoriales. Estas transformaciones estructurales han consolidado las redes y el fortalecimiento del tejido social.

Asimismo, dentro de los espacios culturales de gran símbolo para la comunidad, encontramos la calle de los murales, que tiene varias representaciones artísticas con símbolos, colores, personas y animales del barrio. Estos murales fueron pintados en el 2015 por el colectivo Colors “para cambiar el estigma que se tiene frente a Ciudad Bolívar” (Bogotá , 2021), y también la cuadra del color, donde se encuentran las fachadas de las casas pintadas que cuentan la historia de quienes viven allí en la vivienda.

Es una comunidad que se dedica al comercio textil, venta al por mayor y comida. Se encuentran lugares de venta informal en el espacio público, casas convertidas en locales de diversos productos. Además, se encuentran colegios, parques y espacios al aire libre modernizados.

Finalmente, es un barrio que acoge a toda la comunidad que va llegando y sigue creciendo con más invasiones en zonas protegidas o declaradas zonas geológicas inestables. También en las noches es un lugar inseguro por los grupos delincuenciales, microtráfico y el control del territorio.

## **¿Quiénes son las mujeres del barrio El Paraíso que hacen parte de la ONG Asociación Cristiana de Jóvenes YMCA Bogotá?**

Dentro de los diferentes proyectos en los que trabaja la Asociación Cristiana de Jóvenes, se encuentra el proyecto de “Mujeres Empoderadas El Paraíso”, impactando a 25 mujeres entre los 18 y 28 años, y dentro del Informe Anual (2024) indica lo siguiente:

...de las cuales 76% cuentan con formación hasta el bachillerato, 12% solo cuentan con primaria; además, se pudo identificar que 92% desea continuar la educación de siguiente nivel; de igual manera, 60% de las participantes no ha asistido a una entrevista formal de empleo y el área en la que más desean trabajar es en belleza representando 56% de la población total seguido de emprendimiento y costura; el 80% de nuestras particiones tienen hijos y 13 de estos niños se encuentran en rangos de edad de 6 meses hasta los 7 años (pág. 1)

Luego de caracterizar e indagar sobre las necesidades de las mujeres, la Asociación comenzó un proceso semanal con el objetivo de que estas 25 mujeres pudieran adquirir habilidades para buscar empleo o diversas oportunidades, ya sea para estudiar, emprender o desarrollar competencias económicas que beneficien a sus familias. Participaron en diferentes cursos, entre los que se destacan barbería, confección y manicura. Para la mayoría, estas habilidades les permitieron generar ingresos propios que contribuyen a una economía más independiente en sus hogares. Dentro de este informe se pueden destacar las diferentes alianzas institucionales con entidades como el Sena, Secretaría del Desarrollo Económico, GOYN Bogotá y Quiero Ser Digital.

### **Acciones actuales.**

En el año 2025, retomando y buscando seguir aportando a las mujeres y atendiendo las necesidades identificadas en el informe, la organización estableció un convenio con la Fundación Mujeres Guerreras. A través de este convenio se busca facilitar la educación para personas adultas, permitiendo que ellas culminaran la primaria y el bachillerato en modalidad a distancia mediante guías pedagógicas, dado que muchas no pueden desplazarse debido a sus labores de cuidado familiar. En este proceso participaron alrededor de 10 mujeres, pertenecientes a la localidad, quienes, debido a situaciones relacionadas con el cambio de país o dificultades personales, no lograron culminar sus estudios o no pudieron homologarlos en Colombia.

*Ilustración 6. Primer encuentro*



Fuente: Archivo personal, marzo 2025.

Ellas habitan en zonas de invasión que presentan situaciones de alta vulnerabilidad debido a que sus viviendas están ubicadas en áreas con fallas geológicas. Estos lotes fueron adquiridos mediante la compra a terceras personas que los vendieron a precios muy bajos.

Además, abandonar estos espacios implicaría asumir gastos como nuevamente el pago de arriendo y otros costos que nos podrían cubrir, generando así unas dificultades que afectan su salud física, emocional y la estabilidad económica. A esta problemática se suma la inseguridad, el expendio de drogas y microtráfico, control por las invasiones y enfrentamiento entre pandillas.

Seis de las mujeres provienen de Venezuela y llevan aproximadamente cinco años habitando el barrio. Durante este tiempo, han logrado acceder a colegios para sus hijos e hijas, afiliación a EPS, permisos de permanencia en Colombia, empleos formales y oportunidades educativas. Además, han encontrado espacios que les han permitido adquirir habilidades que no estaban disponibles en su país de origen, así como lo relatan ellas mismas.

### **Planteamiento del problema ¿Por qué hay que tejer?**

Para Martínez (2011) en su Artículo *la pobreza en América Latina y Colombia, más que cifra*, define la pobreza que está asociada a condiciones de vida que quebrantan la dignidad de las personas, limita sus derechos y libertades fundamentales, frena la satisfacción de sus necesidades básicas e imposibilita su plena integración. (pág. 84). Quienes nacen y crecen en esta situación no pueden acceder ni satisfacer necesidades básicas como acceso a la salud, viviendas dignas, educación y alimentación. Además, este tipo de condición social está determinada y en ocasiones, condicionada por otros grupos.

La pobreza también implica que las personas asuman limitaciones en su bienestar físico, salud y estado emocional, lo que forja así que la calidad de vida sea baja. Esta es una de las problemáticas sociales más amplias a nivel mundial, ya que, con la llegada de la

modernidad, la industrialización y el intercambio de bienes, se generaron profundos cambios en la vida de las personas. Estos cambios han ido condicionando a los países menos desarrollados y el aumento de la desigualdad.

Algunas de las causas de la pobreza en América Latina, según Escobar (2010), se relacionan con la forma en que la región fue incorporada al sistema económico global bajo condiciones de subordinación, lo que reforzó las estructuras coloniales de poder y dependencia que aún persisten. Esta integración desigual impidió el desarrollo autónomo de los países latinoamericanos y consolidó su papel periférico dentro de la economía mundial.

Asimismo, Escobar (2005) sostiene que el modelo de desarrollo impuesto por Occidente no solo transformó la economía, sino también los imaginarios sociales, desplazando los saberes locales, las prácticas tradicionales y las formas de vida comunitarias. De esta manera, se impuso una visión moderna y occidental de lo que significa “vivir bien”, provocando una pérdida progresiva de autonomía cultural y económica (pág. 101).

Otra de las causas que profundizó la pobreza en la región, según el mismo autor, fueron las reformas neoliberales, las cuales incrementaron la desigualdad y la dependencia de los países latinoamericanos respecto a los mercados globales. Este fenómeno debilitó los mercados locales y redujo la capacidad de las comunidades para sostener sus propias economías, perpetuando un ciclo de vulnerabilidad y exclusión.

Estas condiciones estructurales generan, a su vez, una visión limitada por parte de los Estados a la hora de medir la pobreza. En este sentido, Martínez (2011) señala que dichas mediciones suelen basarse en un enfoque tradicional, centrado exclusivamente en el

ingreso y el gasto per cápita (p. 87). Como consecuencia, se ignora la perspectiva de la pobreza multidimensional, que considera factores sociales, culturales y territoriales que afectan la calidad de vida de las personas. Por ello, las comunidades que viven en situación de pobreza enfrentan una lucha constante por la supervivencia y por satisfacer tanto sus propias necesidades como las de sus familias.

Vinculado a lo anterior, la pobreza y las desigualdades obligan a que muchas personas busquen mejorar sus condiciones de vida fuera de sus países de origen. Por ello, la migración se convierte en una alternativa para superar las adversidades y establecer una economía que permita asumir una vida digna sin precariedades. Asimismo, estas condiciones de migración se encuentran marcadas por factores de clase, raza, etnia que afectan sistemáticamente a quienes migran, generando lugares de desventaja a unos y privilegio a otros.

En este sentido, los roles de género intensifican las desigualdades, ya que las mujeres migrantes enfrentan diversos desafíos particulares, siendo sometidas a vulnerabilidad laboral y social. Sumado a esto, las labores de cuidado dentro de sus familias, y las implicaciones al momento de migrar, ya que pueden sufrir doble vulneración antes, durante y después de migrar. Así lo describe el Portal de Datos Sobre Migración (2024): “Las desigualdades de género contribuyen a aumentar el riesgo de violaciones de los derechos humanos y a reducir los resultados socioeconómicos, afectando especialmente a las mujeres, las niñas y las personas con diversidad de género” (Género y migración). Además de sufrir explotación laboral, violencias de género, dificultad para acceder a servicios básicos.

De acuerdo con lo anterior, las mujeres migrantes afrontan un doble desafío, ya que en ocasiones tienen que buscar formas de aportar económicamente en sus familias y, al mismo tiempo, asumir los roles de cuidado que tradicionalmente se asignan a las mujeres, dentro de los roles de género. Esto implica enfrentar rutinas de trabajo que superan más de doce horas, ya que después de llegar de sus trabajos siguen trabajando, desempeñando labores domésticas no reconocidas ni remuneradas. Esta doble carga laboral contribuye a que las mujeres migrantes se encuentren en situaciones de vulnerabilidad.

Estas situaciones de pobreza, migración y roles de cuidado afectan a las mujeres del proyecto: Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado del barrio El Paraíso. Como se ve evidenciado en la caracterización, existen desigualdades y condiciones que determinan roles de género específicos en este contexto migratorio.

Dentro de la práctica investigativa se busca aportar al relacionamiento de las mujeres y el fortalecimiento de relaciones sororas para el reconocimiento de las economías del cuidado que permiten que las mujeres puedan reconocerse entre sí y generar colectividad, posibilitando replicar estas dinámicas dentro de sus familias y fuera de estas. En el contexto del Barrio El Paraíso, donde las situaciones migratorias y de pobreza intensifican las desigualdades de género. Este espacio permite emerger como un espacio de apoyo mutuo.

## **Pregunta de investigación**

De acuerdo con lo planteado anteriormente, surge la siguiente pregunta dentro del trabajo investigativo: ¿Cómo aportar, desde un espacio pedagógico con perspectiva de género, al fortalecimiento de la sororidad y las economías del cuidado entre mujeres migrantes del colectivo “Mujeres Empoderadas” en el barrio Paraíso de la localidad de Ciudad Bolívar, reconociendo los impactos de la feminización de la pobreza en sus experiencias y procesos comunitarios?

## **Objetivo central**

Fortalecer la sororidad entre mujeres migrantes del colectivo “*Mujeres Empoderadas*” en el barrio Paraíso de la localidad de Ciudad Bolívar, mediante la implementación de un espacio pedagógico que promueva el reconocimiento mutuo, las economías del cuidado y la construcción colectiva de vínculos de apoyo.

## **Objetivos específicos**

1. Identificar las problemáticas y economías propias que atraviesan la vida cotidiana de las mujeres migrantes del colectivo Mujeres Empoderadas.
2. Diseñar e implementar una ruta pedagógica de ocho talleres que promueva el diálogo, la sororidad y el reconocimiento de las economías del cuidado desde un enfoque de género.
3. Presentar la experiencia pedagógica a través de una cartilla y álbum fotográfico como herramienta metodológica.

## Antecedentes

En el marco del proyecto Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado: con las mujeres migrantes del barrio El Paraíso de Ciudad Bolívar, se consideró fundamental realizar una revisión de antecedentes investigativos y experiencias previas que aportan a la comprensión del tema. Este recorrido permite identificar cómo distintos estudios han abordado la sororidad, la pobreza, la migración y las economías del cuidado, desde perspectivas feministas, comunitarias e interseccionales, resaltando su papel en la construcción de redes de apoyo, la resistencia frente a las violencias y la transformación de los roles de género. Asimismo, estos aportes evidencian avances significativos en el reconocimiento de las mujeres como sujetas políticas y en la generación de prácticas colectivas que fortalecen sus procesos de empoderamiento. No obstante, también ponen de relieve vacíos en relación con la articulación entre sororidad y economías del cuidado, lo cual sustenta la pertinencia de esta investigación, orientada a profundizar en dichas intersecciones en el contexto específico de las mujeres migrantes en Ciudad Bolívar.

En primer lugar, el trabajo de Ramos (2024), titulado *Tejiendo relaciones sororas entre las mujeres rurales de la vereda San Miguel, en el municipio de Alejandría, Antioquia*, plantea la necesidad de incentivar las relaciones sororas entre mujeres desde una perspectiva de género. La autora resalta cómo la práctica profesional puede fomentar el apoyo mutuo y el reconocimiento de experiencias propias. Su investigación se basó en el feminismo decolonial y comunitario, lo que permitió visibilizar las voces de mujeres rurales afectadas por el conflicto armado. Ramos identifica cuatro ejes de acción: vínculos comunitarios y territorio, memoria, intervención con grupos poblacionales y redes de

apoyo. Además, resalta categorías como género, identidad y empoderamiento, aplicando un plan de intervención con siete encuentros que fortaleció las relaciones sororas.

Por otra parte, Prieto, Cabrera, González, Linares y Suárez (2017) presentan en la revista *Investigaciones Feministas* el estudio *Mujeres migrantes tejiendo democracia y sororidad desde el asociacionismo. Una aproximación cualitativa e interseccional*. Allí se aborda la interseccionalidad y la migración como ejes para comprender los desafíos de las mujeres migrantes frente a desigualdad, clase, etnia, sexualidad y violencias. La investigación, realizada en Bizkaia, utilizó grupos de discusión que permitieron recoger narrativas y experiencias de las mujeres. Las autoras resaltan cómo la sororidad posibilita alianzas desde la diversidad y el respeto, evitando exclusiones y fortaleciendo redes de apoyo mutuo.

De manera complementaria, De la Torre (2024), en su investigación *Las redes de apoyo entre mujeres y su papel en el proceso migratorio*, señala que las mujeres migrantes enfrentan múltiples opresiones al salir de sus países, desde violencias de género hasta barreras sociales y culturales. Sin embargo, destaca cómo las redes de apoyo generan espacios de refugio, resistencia y acompañamiento, desafiando sistemas patriarcales y favoreciendo la supervivencia, el acceso a recursos y la estabilidad en los nuevos entornos.

En relación con la localidad de Ciudad Bolívar, Gaitán (2019), en su investigación de maestría *Sororidad y re-existencia en Ciudad Bolívar: mujeres contribuyendo a la construcción de paz desde lo local*, plantea que la sororidad no debe entenderse como una idealización romántica, sino como una práctica real, atravesada por tensiones, resistencias y re-existencias. La autora resalta cómo las mujeres de la localidad han aportado a la

construcción de paz desde el feminismo y la colectividad, visibilizando sus experiencias más allá de la categoría de víctimas.

Finalmente, Lázaro, Segura y González (2021), en su trabajo *Tejiendo sororidad. Hacia la transformación de los roles establecidos en el trabajo doméstico y del cuidado*, analizan cómo las economías feministas permiten cuestionar la naturalización del trabajo doméstico y de cuidado. La investigación resalta la sororidad como herramienta clave para reconocer estas labores, compartir experiencias y generar transformaciones en los roles tradicionales asignados a las mujeres.

En síntesis, las investigaciones revisadas coinciden en señalar que la sororidad se ha constituido en una herramienta fundamental para que las mujeres, tanto rurales como migrantes, puedan afrontar diversas formas de desigualdad, violencia y exclusión. A través de los vínculos comunitarios, las redes de apoyo y el reconocimiento de sus experiencias, las mujeres han logrado construir espacios de resistencia y acompañamiento mutuo que fortalecen sus procesos individuales y colectivos.

Sin embargo, también se identifican vacíos en los estudios relacionados con la manera en que la sororidad se relaciona directamente con las economías del cuidado. La mayoría de las investigaciones tienden a tratarlos como temas separados, lo cual deja abierta la posibilidad de seguir profundizando en cómo estas dos dimensiones se entrecruzan en la vida cotidiana de las mujeres migrantes. Este vacío da relevancia al presente trabajo, ya que busca aportar a la comprensión y al fortalecimiento de estos tejidos desde un espacio pedagógico en el barrio El Paraíso de Ciudad Bolívar.

## Capítulo 2. Cadenas de base

En este capítulo presenta las categorías de análisis que permiten profundizar y desglosar la implementación investigativa Tejiendo relaciones de sororidad<sup>2</sup> a través de las economías del cuidado con las mujeres migrantes del barrio El Paraíso de Ciudad Bolívar. Dichas categorías aportan a la comprensión de las problemáticas actuales que enfrentan las mujeres participantes del proyecto y posibilitan reflexionar críticamente sobre los aspectos centrales del estudio. En este sentido, se establecieron tres categorías principales que guían el desarrollo del trabajo.

La primera categoría, feminización de la pobreza, describe cómo las mujeres se encuentran inmersas en una estructura social desigual y los roles que se les asignan en el marco de los poderes estatales y las dinámicas económicas. La segunda categoría, migración con enfoque de género, da cuenta de cómo hombres y mujeres migran bajo condiciones diferenciadas, enfrentando desigualdades específicas derivadas de estructuras que vulneran sus derechos y profundizan las brechas de género. Finalmente, la tercera categoría, economías del cuidado, que visibiliza cómo las tareas domésticas y de cuidado, remuneradas o no, han sido históricamente asignadas a las mujeres, resaltando la relevancia del cuidado tanto en la sostenibilidad de la economía familiar como en la construcción del tejido social comunitario.

---

<sup>2</sup> Es importante aclarar que la sororidad no se incluye en este trabajo como una categoría de análisis, ya que se encuentra presente de manera transversal en todo el desarrollo conceptual y metodológico. Su presencia se manifiesta en la forma en la que se interpretan las experiencias de las mujeres, en la lectura de sus relaciones y en la comprensión de los vínculos de apoyo y resistencia que emergen en los distintos contextos. En este sentido, la sororidad se encuentra como un principio orientador que atraviesa el enfoque del estudio, permitiendo reconocer las dinámicas colaborativas y solidarias sin necesidad de construirse como un eje analítico.

## **Feminización de la pobreza**

Dentro de esta categoría se aborda la feminización de la pobreza, dado que el grupo de “mujeres empoderadas” enfrenta diversas situaciones de vulnerabilidad. Factores como la migración, las precarias condiciones de vivienda, carencia de recursos económicos para cubrir sus necesidades básicas, la limitada oferta de oportunidades laborales y, en algunos casos, violencia intrafamiliar, configuran un escenario que conduce a estas mujeres a vivir en condiciones de pobreza, afectando directamente el bienestar y calidad de vida de ellas.

Por lo anterior, resulta fundamental precisar el concepto de feminización de la pobreza, pues este permite conocer las razones por las cuales se aborda en el marco de la investigación. En este sentido, el concepto de la feminización de la pobreza surge en Estados Unidos de América hacia finales de los años 70, fue un trabajo de la investigadora Diana Pearce, de 1978, titulado: *The feminization of poverty: Women, Work, and welfare*. Pearce plantea que esta forma de pobreza no es únicamente económica, sino también estructural al evidenciar que las mujeres, especialmente aquellas que encabezan hogares, enfrentan condiciones desiguales arraigadas en la organización social y laboral. Su estudio incorporó datos estadísticos que mostraban la creciente vulnerabilidad económica de los hogares liderados por mujeres (Aguilar, 2011).

Posteriormente, durante la década de los 90, el concepto se difundió a nivel global y adquirió relevancia en los discursos y marcos de acción de las Naciones Unidas, consolidándose como un elemento clave para analizar las desigualdades de género y la pobreza desde una perspectiva estructural.

Tras su reconocimiento inicial y la limitada acción emprendida, la Comisión de la Situación Jurídica y Social de la Mujer, organismo adscrito al sistema de las Naciones

Unidas, señaló que la crisis financiera y económica de los años 90 generó impactos diferenciados debido al género, imponiendo una carga desproporcionada sobre las mujeres (Torsa, 2009, p. 73). En el marco de estas discusiones, se evidenció que, ante la crisis, numerosas mujeres fueron despedidas de sus empleos, mientras que los hombres pasaron a ocupar dichos puestos con el fin de evitar la desvalorización de la mano de obra masculina. Esta situación puso de manifiesto las desigualdades estructurales y los estereotipos de género presentes tanto en el mercado laboral como en la distribución del trabajo.

Torsa (2009) define el concepto de feminización de la pobreza como el hecho de que la pobreza afecta con más frecuencia a las mujeres, evidenciando así la desigualdad entre los hombre y mujeres. (pág. 80). En esta misma línea, Brunet (2009), aporta que esta expresión pone de manifiesto, tanto teórica y empíricamente que la cuestión está en que los trabajadores, pobres y excluidos, no son un ente neutro, sino que tienen un género. (pág. 14). Finalmente, Aguilar (2011), concibe la feminización de la pobreza y sus definiciones operativas como un hecho consumado que no se da en el vacío, sino que se configura sobre sentidos previos con respecto a los lugares socialmente construidos para las mujeres y varones. (pág. 128).

Aguilar y Torsa coinciden en que el concepto de la feminización de la pobreza incorpora tanto datos cuantitativos como elementos relacionados con la distribución de roles de género para explicar los focos de pobreza. Sin embargo, señalan que en ocasiones se emplean fórmulas vacías, dado que los estudios estandarizados y de carácter institucional suelen asumirse como suficientes y válidos sin profundizar en las realidades específicas de las mujeres. En esta línea, Brune (2009) propone que el análisis debe centrarse en el tipo de familia y su estructura, pues allí se encuentra la raíz del problema (pág. 22).

Por otro lado, se advierte que las instituciones estatales producen estadísticas en las que las mujeres no son consideradas como sujetos con experiencias propias, sino como cifras que busca ofrecer una apariencia de equilibrio acorde con la imagen que se desea proyectar a la sociedad.

En contraste, para Torsa (2009), estas problemáticas se originan en la desigualdad frente a la pobreza desde una perspectiva estadística, pues, según la autora, dicha desigualdad también está atravesada por las diferencias entre países y culturas. En este sentido, la forma de percibir la pobreza a partir de un enfoque centrado únicamente en términos generales, pero no reconoce las particularidades que caracterizan a cada país según sus contextos sociales, políticos y culturales.

Sumado a lo anterior, para Aguilar (2001), el uso del concepto de la feminización de la pobreza ha llamado la atención de los encargados del diseño de programas y políticas de un modo que ha permitido incorporar y aumentar la posición de las demandas de las mujeres en los ámbitos de discusión internacionales. (pág. 130). Según la autora, hablar de la feminización de la pobreza en diferentes bibliografías y escenarios ha permitido la ampliación y visibilización de este fenómeno como uno de los principales problemas sociales que requiere ser atendido.

En este sentido, Brunet (200), en su investigación, propone la relación entre el proceso de empobrecimiento y el género, pues la pobreza no siempre se ha analizado desde una perspectiva de género, ya que antes se consideraba que la población pobre estaba íntegramente por hombres, o bien se da por sentado que las necesidades e intereses de las mujeres son idénticos. (pág. 22).

Dentro de estas tres apreciaciones se acoge la pobreza como una problemática heterogénea que afecta de manera desigual a las mujeres y que, a su vez, no se asume desde el sujeto individual, sino desde los que se reconoce numéricamente. Esto desarticula la experiencia individual dentro de una sociedad compleja y con múltiples necesidades diversas que no se refleja estadísticamente. Además, dentro de los métodos de medición, presenta grandes vacíos que no priorizan las necesidades reales de las mujeres, excepto por la definición del concepto dentro de una escala global.

De acuerdo con lo anterior, estas autoras plantean la feminización de la pobreza como la manifestación de la falta de recursos económicos y de las desigualdades de género, lo que conduce a que esta condición se institucionalice y se reduzca a un dato estadístico. Ello provoca que el concepto y las investigaciones relacionadas pierdan relevancia en el ámbito estatal y social. En este marco, resulta necesario conocer un contexto social y distrital que permita ampliar la comprensión de este concepto y analizar las implicaciones.

En el caso de Colombia, estas problemáticas de la feminización de la pobreza se relacionan con la violencia física, psicológica y verbal, así como el aumento de los casos de feminicidios. Como lo plantea Torso (2009), esta violencia estructural que afecta a las mujeres (el patriarcado, si se prefiere) no alcanza el mismo grado en todas las sociedades ni lleva, en todas ellas, como ya se ha visto, a los mismos niveles de pobreza o de violencia de género. (pág. 83).

En este contexto, y considerando las estadísticas y las profundas problemáticas que enfrenta las mujeres a nivel mundial, en Colombia la situación no es diferente. Según el periódico El Colombiano (2025), las mujeres en las zonas rurales experimentan hasta 120% más pobreza extrema que aquellas que viven en las ciudades. La pobreza en el país

evidencia un marcado sesgo de género: los hogares encabezados por mujeres presentan un 40% más de pobreza y un 80% más de pobreza extrema.

Entre las principales razones que dificultan que las mujeres superen estas condiciones se encuentran las barreras de acceso al mercado laboral, las altas tasas de subocupación y sobrecarga del trabajo doméstico y de cuidado no remunerado, factores que limitan de manera significativa sus oportunidades de generación de ingresos.

Además, los empleos mal remunerados, la informalidad y las responsabilidades de cuidado recaen en las mujeres, generando la necesidad de quedarse en su casa o asumir trabajos informales para el sostenimiento de sus familias. Dentro de este papel, Aguilar (2009) sugiere la necesidad de considerar de qué modo las mujeres se encuentran cada vez más en el “frente de batalla” y cómo la carga de la supervivencia familiar recae de manera desproporcionada sobre ellas. (pág. 131).

Sin embargo, en el caso de Bogotá, según el periódico Portafolio (2025), en el artículo “¿Por qué aumentó la pobreza en Bogotá y quiénes son los más afectados?”, se evidencia que la pobreza multidimensional afecta en mayor medida a las mujeres. Mientras que para los hombres esta fue de 4,9%, en el caso de las mujeres alcanzó el 5,8%. Asimismo, el análisis de la jefatura del hogar<sup>3</sup>, muestra que los hogares liderados por mujeres registran un 7,5% de pobreza multidimensional, frente al 3,4% de los encabezados por hombres. Estas cifras permiten evidenciar las desigualdades estructurales que enfrentan las mujeres en la ciudad.

---

<sup>3</sup> Designa a la persona dentro de una unidad doméstica que es reconocida por los demás miembros como el líder o la persona responsable de las decisiones y del sustento económico.

En consecuencia, a pesar de los esfuerzos estatales por reducir estas brechas, Brunet (2009) señala que persiste una limitada cobertura hacia las mujeres, cuya situación económica continúa deteriorándose debido a su posición en el mercado laboral, la por su situación en el mercado laboral, la carga del trabajo doméstico y el insuficiente acceso a la protección contributiva (pág. 23).

En Colombia, la tasa de desempleo para las mujeres según el DANE (2025) fue de 11,2%, mientras que para los hombres de 7,0 % evidenciando una gran brecha de un 4,1%. Asimismo, encontramos que, en las tareas del cuidado, según el Observatorio de Mujeres y Equidad de Género (OMEG), reporta que el 89% de las personas que asumen el cuidado en Bogotá son mujeres, hecho que afecta directamente su autonomía económica, su salud mental y su capacidad de participación en la vida pública. (2025).

En esta misma línea, Brunet (2009) plantea que la dedicación al cuidado de personas mayores, enfermas o niñas y niños obliga a las mujeres a reducir o incluso abandonar toda actividad remunerada. Esto implica la pérdida de la independencia económica y el debilitamiento de sus redes de apoyo y relaciones sociales. (pág. 23).

Por esta razón, se hace necesario impulsar una transformación institucional y social frente a la problemática actual que enfrentan las mujeres en contextos de pobreza, donde las estadísticas no se utilicen solo para fines globales, sino que también reflejen con precisión las realidades locales. Además, es fundamental implementar políticas públicas que promuevan el acceso a empleos bien remunerados, participación en cargos públicos, la mejora en la jornada laboral y una distribución equitativa de los trabajos de cuidado.

En definitiva, es importante reconocer que la feminización de la pobreza es una problemática estructural y multidimensional, clave para la promoción de políticas con enfoque de género, las cuales deben asumir la responsabilidad de atender tanto las causas como las consecuencias, fortaleciendo la equidad de las mujeres frente a las crisis sociales actuales, como lo son las guerras en diversas zonas del mundo.

### **Migración con perspectiva de género**

Esta categoría surge de la necesidad de comprender las razones por las cuales las mujeres migran y cómo, a partir de ello, experimentan una doble vulnerabilidad y violencia. En este sentido, resulta relevante destacar que el 95% de las mujeres vinculadas al proyecto pedagógico *“Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado”*, el barrio El Paraíso, son migrantes. Estas condiciones les han permitido integrarse a diversas organizaciones que las han acogido; sin embargo, dichas experiencias no han incorporado plenamente una perspectiva de género dentro de sus dinámicas de interacción.

Por lo anterior, es importante comprender que la migración con perspectiva de género como categoría de análisis dentro de la investigación es necesaria; en primer lugar, es necesario delimitar los conceptos de *migración* y *género*, para posteriormente establecer la manera en que se articulan. La migración, entendida como un proceso de movilidad humana, no puede analizarse de forma neutra, ya que las condiciones, motivaciones y consecuencias de este fenómeno se configuran de manera diferenciada según el género, la clase social, la etnia, la edad o la condición socioeconómica de quienes migran. Por su parte, el género, asumida como una construcción social y cultural que organiza las relaciones de poder entre hombres y mujeres, ofrece un marco clave para evidenciar cómo las desigualdades estructurales inciden en las decisiones y trayectorias migratorias.

Desde estos dos enfoques, la migración con perspectiva de género permite problematizar no solo las causas que motivan la movilidad de las mujeres —como la búsqueda de oportunidades económicas, educativas y de acceso a la salud—, sino también los efectos que dicha movilidad genera en sus proyectos de vida y en los entornos de acogida y de origen. Además, posibilita visibilizar cómo las mujeres migrantes enfrentan de manera particular situaciones de vulnerabilidad, discriminación y violencia, al mismo tiempo que desarrollan estrategias de resistencia, cuidado y sostenimiento de la vida.

En conexión con lo anterior, la migración según la página oficial de la Organización Internacional para las Migraciones de la ONU, en su artículo sobre *Fundamentos de la migración* define lo siguiente:

La migración es el movimiento de personas de su lugar de residencia habitual a un nuevo lugar de residencia, ya sea a través de una frontera internacional o dentro de un país. Si bien no hay definiciones universalmente acordadas para los conceptos de “migración” o “migrante”, son varias las definiciones elaboradas en diferentes contextos que gozan de una amplia aceptación. A título de ejemplo, el Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de las Naciones Unidas define “migrante por largo plazo” como toda persona que se traslada, por un periodo de por lo menos 12 meses, fuera de su país de origen. (2024, pág. s.f).

En este artículo señala que, desde la perspectiva demográfica, pueden identificarse dos tipos de migración. Por un lado, la migración interna, entendida como el desplazamiento dentro del mismo país o ciudad, motivado por razones de conflicto interno, desplazamiento forzado o cambio de lo rural a la urbanidad en búsqueda de mejores

condiciones de vida. Por otro lado, la migración internacional, que implica el cruce de fronteras nacionales para establecer residencia en otro país.

Dentro de estos procesos migratorios internacionales, según el Informe sobre las Migraciones en el Mundo 2024, en el mundo se encuentran 281 millones de migrantes internacionales (lo que equivale a un 3,6% de la población mundial). Siendo el trabajo el principal motivo de migración a otros países.

Finalmente, la migración da un gran aporte a los países desarrollados, ya que cuentan con la mano de obra más económica, pero se encuentran situaciones de discriminación, xenofobia, violencias y situación de pobreza, que sufren las personas al momento de situarse en otros lugares del mundo. Según dentro de este mismo informe, en su capítulo cinco dice lo siguiente (2024).

La vulnerabilidad de los migrantes a lo largo del ciclo migratorio es patente en todas las etapas del ciclo y se manifiesta de múltiples maneras antes de la partida o durante el tránsito, la entrada, la estancia y el retorno. Sin embargo, es importante señalar que no todos los flujos de migración internacional están relacionados con la inseguridad humana o son consecuencia de ella. (Migraciones, pág. 149).

Por otro lado, el concepto sobre la perspectiva de género empieza hacer uso según Rosado (2021) al poner de relieve la posición de subordinación de la mujer en la sociedad. Relacionaron esta dominación con el poder ejercido por los hombres sobre las mujeres en general, un poder que iba más allá del Estado y de los aparatos burocráticos. Así mismo dentro de ese artículo señala que autoras como Rubín, (1975), Beauvoir (1949), Scott (1996) y Davis (1975) y esta perspectiva se va incorporando en diversas disciplinas como las ciencias sociales, antropología, sociología y psicología.

Este concepto también lo toma Lagarde (1996) dentro del texto *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia* y lo define como:

Esta perspectiva reconoce la diversidad de géneros y la existencia de las mujeres y los hombres, como un principio esencial en la construcción de una humanidad diversa y democrática. Sin embargo, plantea que la dominación de género produce la opresión de género y ambas obstaculizan esa posibilidad. Una humanidad diversa democrática requiere que mujeres y hombres seamos diferentes de quienes hemos sido, para ser reconocidos diversidad y vivir en la democracia genérica. (pág. 13).

Este análisis se aplica también a las construcciones sociales y culturales que median las relaciones entre hombres y mujeres, examina los roles asignados, las oportunidades, las responsabilidades y el valor atribuido a cada uno. Dichas construcciones generan desigualdades que afectan principalmente a las mujeres y a otros grupos históricamente marginados. A partir de este enfoque, permite visibilizar las inequidades, cuestionar los estereotipos género y garantizar en pleno los derechos y oportunidades en condición de igualdad.

Según Lagarde (1996), la perspectiva de género analiza las posibilidades vitales de las mujeres y los hombres; el sentido de sus vidas, sus expectativas y oportunidades, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros (págs. 2-3). Dichas configuraciones están condicionadas por sistemas como el patriarcado, que en la sociedad limita la incorporación plena esta perspectiva de género, al encontrarse estructuras profundamente arraigadas en instituciones como la familia, la escuela y otros espacios sociales.

Por lo anterior, la perspectiva de género se configura como una herramienta esencial para comprender y transformar las desigualdades históricas entre mujeres y hombres en contextos socialmente construidos. Su importancia radica en el reconocimiento de las diferencias sociales, culturales y políticas, al tiempo que posibilita cuestionar los roles tradicionales establecidos por la sociedad y las relaciones de poder que perpetúan la opresión. Asimismo, este enfoque favorece el diseño de estrategias emergentes que promuevan la inclusión, de manera que las oportunidades y responsabilidades no estén determinadas por el sexo, sino por la capacidad y la libertad de la persona.

Luego de conocer los dos enfoques la migración con perspectiva de género lo define Oso (2022), como la invisibilización de las mujeres en el proceso migratorio y que el foco de atención estaba en el proceso de producción y productiva, a su vez no se asumía a la mujer como fundamento dentro de la migración (pág. 3). Es decir, que, aunque las mujeres migran, no se les consideraba como parte fundamental de este proceso, sino que se les acuñaba como parte de la familia, sin reflexionar sobre su labor ni sobre las funciones que desempeñan en la búsqueda de transformación en sus propias vidas.

La autora también afirma que, incluso cuando la mujer no migra, forma parte del proceso migratorio, ya que, cuando los esposos deciden trasladarse a otros países, son ellas quienes deben asumir los roles de cuidado, educación y sostenimiento económico. Esto se debe a que, en muchos de los casos, los hombres que migran dejan de enviar recursos o establecen nuevas relaciones de pareja, situación que obliga a las mujeres a asumir en su totalidad dichas responsabilidades.

Por otro lado, y en concordancia con lo que la autora plantea respecto a la migración con perspectiva de género, el informe de la Unidad de Migración División de Género y

Diversidad (2021) señala que, en la actualidad, el número de mujeres que migran de manera independiente ha aumentado en comparación con décadas anteriores, especialmente en la búsqueda de oportunidades educativas, lo cual evidencia un cambio significativo en las dinámicas migratorias. Asimismo, el género, junto con factores como la raza, el origen étnico, la clase y/o la condición de discapacidad desempeña un papel clave adicional en las decisiones relativas al proceso migratorio (pág. 23).

Asimismo, en el espacio de práctica Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado, las mujeres han expresado, a través de diversos diálogos, que han enfrentado vulneraciones y dificultades para acceder a servicios básicos. Este panorama coincide con lo señalado en el informe, donde se evidencia que existen desigualdades significativas en el acceso a servicios sociales y de seguridad, tales como:

*Discriminación.* Las mujeres enfrentan una discriminación más intensa debido a su nacionalidad, estatus migratorio y género, situación que se manifiesta tanto en sus lugares de origen como en el país de destino.

*Violencia sexual y de género.* Este es un factor importante en la decisión de muchas mujeres y niñas de migrar. Las violencias que enfrentan pueden estar relacionadas con el maltrato doméstico, matrimonio precoz, mutilación genital femenina o acoso sexual. Sin embargo, estas violencias pueden persistir durante el proceso migratorio. Además, de acuerdo con la condición socioeconómica las mujeres y niñas se encuentran en mayor riesgo de padecer enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados y abortos no deseados.

*Acceso a la salud sexual y reproductiva.* En los contextos migratorios, el acceso de las mujeres a dichos servicios esenciales de salud sexual y reproductiva suelen ser limitado, lo que las expone a mayor riesgo de embarazo no deseados o tempranos, enfermedades de transmisión sexual, abortos inseguros y morbilidad materna<sup>4</sup> extrema entre otros.

*Normal sociales y roles de género.* Muchas veces, las mujeres se encuentran en situación de desigualdad debido a tradiciones familiares que, en algunos casos, les impide salir solas, las restringen al ámbito doméstico y de cuidado, o las condicionan a realizar cosas que solo su esposo le autorice.

*Reunificación familiar.* Esto significa que las personas migrantes tienen la posibilidad de llevar a sus familias a el nuevo país de acogida, incluso en algunos casos cuando recibe un salario mínimo. Sin embargo, este proceso suele ser más accesible para los hombres que para las mujeres, debido a las brechas salariales. (págs. 24-31).

Asociado a lo anterior, se encuentra el acceso a oportunidades económicas, así como las dificultades relacionadas con el acceso a la información, el registro y la ciudadanía. Estos factores impactan de manera significativa, pues al no contar con facilidades en estos ámbitos, las mujeres migrantes enfrentan barreras para garantizar la alimentación, la vivienda y la estabilidad económica de sus familias. Además, la falta de permisos de

---

<sup>4</sup> La morbilidad materna incluye una variedad de diferentes afecciones de salud. Algunas de ellas comienzan durante el embarazo y duran poco tiempo, mientras que otras no se desarrollan hasta años después del embarazo y continúan a lo largo de la vida de la mujer.

La mortalidad materna suele ser el resultado de una complicación del embarazo, parto o posparto; una serie de eventos médicos que iniciaron en el embarazo o en el parto, el empeoramiento de una afección no relacionada debido al embarazo o al parto, u otros factores.

residencia o trabajo las expone a riesgo como la deportación, la explotación laboral, salarios bajos o la inserción en empleos precarios sin ningún tipo de garantía.

Finalmente, la migración con perspectiva de género, según este informe, procura garantizar los derechos de las mujeres. Se encuentran diversas iniciativas a nivel mundial, pero estas no logran llegar a toda la población migrante, ya que su enfoque sigue siendo demasiado global y aislado de las realidades específicas de las mujeres. Por ello, la responsabilidad no recae únicamente en el Estado, sino que también involucra a las instituciones públicas y privadas, a la sociedad y a las culturas tradicionalistas, que deben transformar las brechas de género que enfrentan las mujeres al establecerse en otro país.

Asimismo, Garzón Rincón (2011), señala que es necesario mirar “casa adentro”, lo cual implica no solo analizar la situación de las personas migrantes desde la institucionalidad, sino también comprender lo que ocurre en el interior de sus hogares y sus tradiciones.

### **Economías del cuidado**

Es importante aclarar, antes de abordar esta categoría, que el trabajo doméstico y la falta de autonomía de las mujeres tienen sus raíces en los siglos XVI y XVII, como lo afirma Federici. Durante la transición del feudalismo al capitalismo, las mujeres fueron segregadas principalmente a las labores domésticas y perdieron derechos sobre sí mismas, situación que Federici (2004) describe de la siguiente manera:

Una de estas áreas clave en la que se produjeron intensos cambios fue la ley. Aquí puede observarse una erosión sostenida de los derechos de las mujeres durante este período. Uno de los derechos más importantes que perdieron las mujeres fue el

derecho a realizar actividades económicas por su cuenta, como *femme soles*. En Francia, perdieron el derecho a hacer contratos o a representarse a sí mismas en las cortes para denunciar los abusos perpetrados en su contra. En Alemania, cuando la mujer de clase media enviudaba, era costumbre designar a un tutor para que administrara sus asuntos. A las mujeres alemanas también se les prohibió vivir solas o con otras mujeres y, en el caso de las pobres, incluso ni con sus propias familias, ya que se suponía que no estarían controladas de forma adecuada. En definitiva, además de la devaluación económica y social, las mujeres experimentaron un proceso de infantilización legal. (pág. 154).

Por lo anterior, es importante considerar que a partir de este siglo la mujer pierde derecho sobre sí misma, quedando despojada de toda libertad. A esto se suma la violación de su intimidad, la prohibición de salir sola a la calle y, como lo afirma la autora, el riesgo de ser ridiculizadas, violentadas sexualmente, expulsadas de sus trabajos y obligadas a vivir separadas una de la otra, todo con el fin de reconfigurar las relaciones entre hombres y mujeres. Asimismo, se crean unos nuevos cánones culturales de las diferencias de género y las formas de relacionamiento en los espacios públicos-privados, instaurando desde entonces la idea de inferioridad de las mujeres, “consideradas más emocionales y lujuriosas, incapaces de manejarse por sí mismas” (Federici, 2004, pág. 154).

Por lo anterior, para Federici (2004), todo rol o lenguaje de las mujeres era considerado incapacitante de opinión o discusión y es a través de la violencia y el terror, que se doblega a las mujeres a permanecer en sus casas y no formar rebelión alguna. Por su parte, esta oleada de terror toda mujer que intentara salirse de lo establecido era “la definición de las mujeres como seres demoníacos y las prácticas atroces y humillantes a las

que muchas de ellas fueron sometidas dejó marcas indelebles en su psique colectiva y en el sentido de sus posibilidades” (pág. 156).

Por lo tanto, dentro de esta categoría y de acuerdo con el planteamiento del problema del grupo de “mujeres empoderadas”, el cuidado y la economía se presentan desarticulados, lo que se asume individualmente sin un reconocimiento adecuado frente a las labores no remuneradas que las mujeres realizan día a día dentro de sus hogares. Asimismo, el cuidado se toma como una obligación netamente de las mujeres, ya que se encuentran interiorizados los roles de género y la economía se delega a los hombres como proveedores.

También es importante destacar que el grupo de “mujeres empoderadas” asumen el cuidado de sus familias y realizan tareas domésticas no remuneradas, lo que las lleva a la necesidad de iniciar emprendimientos. Como señala Moreno (2021), “por ello, una gran proporción de mujeres se desempeñan en trabajos independientes-informales, la carencia de tiempo no les permite acceder a trabajos formales, con jornadas laborales completas” (pág. 157). Por lo tanto, los ingresos que generan estos emprendimientos no compensan las cargas de cuidado que enfrentan, evidenciando una desigualdad en los ingresos. Sin embargo, estos recursos son fundamentales para ayudar a los hijos e hijas con los gastos escolares y alimentación, evidenciando la doble responsabilidad que recae sobre ellas.

Teniendo en cuenta lo anterior, Moreno (2021), afirma que los niveles de educación influyen en gran medida en las labores de cuidado. La autora explica que, de acuerdo con la formación académica, se asignan distintos roles: por ejemplo, las mujeres que no tienen ningún tipo de estudio asumen mayores tareas de cuidado en comparación con aquellas que logran culminar sus estudios. Esto implica, además, que las mujeres asumen horas extras

dedicadas a las labores de cuidado, ya que cumplen con una jornada laboral formal de ocho horas en el caso de Colombia, más entre dos y cinco horas adicionales destinadas al cuidado. Dentro de estas horas se incluye tareas como limpieza, alimentación, apoyo escolar y acompañamiento a la familia, lo que muestra la carga doble que enfrentan las mujeres.

Sumado a lo anterior, dentro de estas jornadas de trabajo no remunerado, Rodríguez Higuera y Borda Pérez (2024), citando a Gómez Correa (2020), definen el cuidado como un referente importante a lo largo del ciclo de las vidas de las personas, en tanto el acompañamiento es fundamental durante la experiencia de vida (pág. 4). En este sentido, el cuidado resulta importante desde el nacimiento, y quienes lo ejercen desempeñan un papel esencial, pues permite al ser humano evolucionar y adquirir aprendizajes necesarios para afrontar la vida de manera adecuada, evitando complicaciones que pueden alterar el sentido del ser humano.

Por lo anterior, el cuidado, Rodríguez Higuera y Borda Pérez (2024), afirman lo siguiente:

Una actividad relacionada de forma directa con procesos de relacionamiento social, de generación de bienestar hacia otros, de acompañamiento. Un conjunto de relaciones que se establecen para satisfacer las necesidades de las personas desde sus diversas etapas de vida. Un conjunto de normas políticas, económicas y sociales que guían el desarrollo de actividades propias del cuidado. (pág. 3).

De acuerdo con lo anterior, el cuidado presenta características que se vinculan directamente con el entorno social y comunitario, pues implica estar disponible para el otro en distintos roles. No obstante, su significado varía según el contexto en el que se lleve a

cabo. En este sentido, el tiempo dedicado al cuidado no suele tener un valor comercial y, por ello, no se reconoce dentro del mercado laboral. Es decir, si no genera ingresos económicos, no se considera parte de la producción formal.

Luego de lo anterior, es importante destacar que Rodríguez (2007) señala que el concepto de economía del cuidado se ha difundido de manera relativamente reciente para referir a un espacio bastante indefinido de bienes, servicios, actividades, relaciones y valores relativos a las necesidades más básicas y relevantes para la existencia y reproducción de las personas, en las sociedades en las que viven. (pág. 230).

A su vez dentro de la existencia y reproducción de las personas y la sociedad en el cuidado, también Moreno (2021), afirma que las enfermedades crónicas conllevan que las mujeres asuman una mayor carga de cuidado, así como la carga a las mujeres mayores, ya que por su edad no puede obtener un trabajo económico lo que se asume que no aportan y por esta razón se debe ser funcional con el cuidado de nietos y alimentación a toda la familia. El trabajo de las mujeres adultas se puede ver duplicado y puede tener afectaciones en la salud física y aumentar el riesgo de padecer enfermedades crónicas o en los huesos, por lo anterior, es importante el reconocimiento de esta labor para que sea una tarea de todos, todas y todes dentro de los hogares familiar.

De acuerdo con lo anterior, para Padilla (2017), el concepto de cuidado fue cuestionado por movimientos sociales y feministas por su organización; luego, la economía feminista resalta el aporte económico que las mujeres aportan al interior de los hogares. Pero también define que la economía del cuidado incluye todas las actividades que propenden por el cuidado de las personas y los espacios, sin importar si reciben remuneración ni el lugar en que se llevan a cabo. (pág. 3).

Luego de este análisis, las economías del cuidado, según Rodríguez Higuera y Borda Pérez (2024), implica lo siguiente:

la trascendencia de los modelos estructurales, las dinámicas sociales y las apuestas teóricas construidas es posible analizar el cuidado desde diversas perspectivas que soportan además algunas tensiones respecto al déficit de cuidado, en tanto no existe con claridad articulación de políticas estatales a procesos de fortalecimiento relacional y económico generando con ello cambios en las dinámicas de trabajo de las familias. (pág. 4).

Esto resulta relevante, pues busca analizar la importancia del trabajo no remunerado, el cual recae en su mayoría sobre las mujeres y ha sido históricamente desvalorizado por las corrientes económicas. Actividades como el cuidado de niñas, niños, jóvenes, tareas del hogar y la atención a los demás suelen asociarse generalmente a lo femenino, desvinculando a lo masculino de estas responsabilidades, a pesar de que también le corresponde esa distribución equitativa del cuidado.

Esto conlleva la construcción de rituales familiares y culturales que surgen de los vínculos establecidos dentro de los hogares, donde se asignan de manera desigual los roles del cuidado. No obstante, señalan Rodríguez Higuera y Borda Pérez (2024), surge la idea de configurar una economía del cuidado que contempla un trabajo doméstico y de cuidado no remunerado en el que, además de generar bienestar a todos los integrantes de las familias, produce valor (pág. 6). De esta manera, se fortalece el desarrollo de las dinámicas propias del hogar y la configuración de relaciones que impactan en los ámbitos político, económico y social.

En complemento a lo anterior, Rodríguez (2007), plantea que:

la economía del cuidado puede verse afectada por el proceso de liberalización del comercio de servicios, en el marco de los acuerdos en la Organización Mundial de Comercio. En relación con los servicios de cuidado, es importante el avance en la liberalización de los servicios de salud y educación. Este proceso pareciera tener impactos significativos en términos de las siguientes cuestiones: condiciones laborales de las trabajadoras y trabajadores de estos servicios; impacto de la liberalización sobre la oferta de estos, y por ende sobre el acceso de los hogares a su consumo; impacto general sobre las relaciones y la equidad de género (pág. 238).

Esto posibilita que el trabajo doméstico adquiera una valorización en un plano social y político, lo que abre paso a la formulación de nuevas políticas públicas que reconozcan el cuidado como un eje fundamental de estas liberaciones. A su vez, permite trascender hacia el ámbito económico, otorgándole un lugar central en la sostenibilidad y vitalidad de la vida.

Finalmente, la economía del cuidado Moreno (2021) “debe poner el centro las necesidades de las personas cuidadoras, para promover que recuperen las oportunidades que han perdido por asumir de forma casi exclusiva las altas cargas” (pág. 168). Esto también implica construir y aplicar políticas públicas que promuevan el cuidado como derecho y que tengan en cuenta la modificación social del cuidado. En este sentido, implica poner el cuidado en el centro de la economía para poder alcanzar la equidad de género, justicia social y sostenibilidad del bienestar común.

### **Capítulo 3. Elaboración de los puntos.**

El presente capítulo se aborda la elaboración metodológica desarrollada en este trabajo, tomando como referencia la pedagogía feminista y el enfoque cualitativo en la investigación. Para ello se emplearon diversas herramientas —como talleres, relatos, diarios de campo y fotografías— que evidencia el proceso pedagógico realizado con el grupo de mujeres empoderadas del barrio El Paraíso, pertenecientes a la Asociación Cristiana de Jóvenes. En total, se implementaron ocho talleres relacionados con temáticas como la sororidad, la colectividad, la comunicación y las economías del cuidado, buscando así fortalecer las redes y el empoderamiento de estas mujeres desde una perspectiva de género crítica, colaborativa y participativa.

#### **Pedagogías feministas**

La pedagogía feminista permite dar o crear un horizonte para la eliminación de la opresión relacionada con el género y promueve la transformación de la sociedad para romper y quebrantar las dinámicas de poder tanto dentro como fuera de los escenarios educativos. De esta manera, busca posibilitar la autonomía y libertad de las personas, como plantea Ochoa (2008):

La pedagogía feminista es una pedagogía que descansa en el sentido de la eliminación cultural y política de la opresión de género, de la transformación de la sociedad, y de la libertad y autonomía individuales y colectivas. Sus preguntas aluden a los recursos materiales, subjetivos y simbólicos que las educandas requieren para transgredir las normas y esquemas que las oprimen, para descautivarse y construir y afirmar su mismidad, por tanto, su punto nodal es la persona, la sujeta y como proceso formativo,

se interesa tanto por los saberes como por los poderes de esa sujeta. La pedagogía feminista es una pedagogía de la subjetividad, de la autonomía, de la transgresión, del ser lo que quiero ser, de aprender a ser, de inventarse a sí misma. (pág. 162).

Las pedagogías feministas permiten que las mujeres se sitúen en el centro de los procesos de aprendizaje y enseñanza, reconociendo su capacidad para producir conocimiento a partir de sus propias experiencias y del diálogo entre ellas mismas. Al reconocer sus entornos, estas mujeres tienen el poder de transformar las realidades que viven. Esta pedagogía atraviesa lo cultural, lo social y lo personal, construyéndose como una dimensión emancipadora que posibilita la libertad desde un lugar propio de enunciación. Así, las mujeres pueden expresar sus ideas, tomar la palabra, relacionarse con las otras sin ser juzgadas ni criticadas, y experimentar colectivamente el goce y disfrute de los espacios que habitan.

Por lo anterior, es importante trabajar la pedagogía feminista porque permite conocer y cuestionar las formas de relación vertical, patriarcal y heteronormativa, donde las relaciones de género están inscritas en estructuras dogmáticas del poder desigual. En estos cuestionamientos se incluyen los imaginarios sociales, la educación, los medios de comunicación, la socialización familiar, la cultura, las tradiciones o las religiones (Martínez I. , 2016). Por ello, resulta fundamental romper con estas estructuras dominantes y ponerlas en discusión para abrir camino a una pedagogía de la autonomía y emancipadora, que promueva la igualdad, la libertad y la justicia social.

Martínez (2016) plantea que la pedagogía feminista propone una educación capaz de visibilizar las desigualdades, tomar conciencia sobre ellas, romper con los mecanismos que normalizan esas desigualdades y, además, crear, generar y construir alternativas de

acción (pág. 131). En este sentido, es necesario generar prácticas educativas liberadoras y feministas que permitan cuestionar y transformar la reproducción mecánica de los roles tradicionalmente asignados a hombres y mujeres, promoviendo así una educación crítica, consiente y verdaderamente transformadora.

Por lo anterior, las pedagogías feministas, de acuerdo con Martínez (2016), parten de una educación política y feminista que se concibe como una lucha activa por la justicia social. La autora plantea que es fundamental responder al reto de cómo hacer educación desde la experiencia y los saberes de las mujeres, lo que implica romper y deconstruir los conceptos dominantes, criticar las narrativas hegemónicas, educar desde una mirada crítica que comprende el mundo en su diversidad y, finalmente, reconocer y deconstruir las relaciones entre poder y educación. Además, Martínez subraya la necesidad de garantizar espacios educativos y experiencias propias para incluirlas como saberes válidos. (pág. 143).

Además de orientar los procesos de enseñanza y aprendizaje feminista para que las mujeres no lo perciban como un concepto distante o exclusivo de mujeres académicas, es fundamental conocer y apropiarse de la propia realidad, las prácticas, saberes y contenidos. Esto permite una apropiación crítica que facilita la creación de estrategias y prácticas colectivas. Finalmente, se promueve la importancia de reconocer la realidad, la diversidad narrativa y las historias de vida, así como de construir un conocimiento en espiral que permita revelar, comprender y transformar los espacios de habitabilidad del aprendizaje y la enseñanza.

## **Acompañamiento metodológico**

Esta investigación se desarrolla desde un enfoque cualitativo, ya que permite analizar de manera profunda el tejido colectivo de las relaciones entre mujeres.

Particularmente, se aborda desde una perspectiva con enfoque de género, que reconoce y cuestiona las desigualdades estructurales presentes en dichas relaciones. Además, se adopta como enfoque pedagógico las pedagogías feministas, las cuales aportan una visión crítica y transformadora a los procesos investigativos, al centrarse en la experiencia y el saber de las mujeres como base para el análisis y construcción del conocimiento. Este enfoque posibilita una comprensión más completa y contextualizada de las realidades vividas por las mujeres, promoviendo su empoderamiento y la transformación social.

La investigación cualitativa es flexible, ya que permite tener un acercamiento genuino con la población en la cual se realizará el estudio, partiendo así del conocimiento de sus propias necesidades y desde un aprendizaje recíproco, pero que a su vez permite poner en relevancia lo que está sucediendo en este caso con las mujeres del barrio El Paraíso. Por lo anterior, Salazar (2020) citando a Báez (2009), la define como:

"una categoría de diseños de investigación que extraen descripciones a partir de observaciones que adoptan la forma de entrevistas, narraciones, notas de campo, grabaciones, transcripciones de audio y videocasetes, registros escritos de todo tipo, fotografías o películas y artefactos.

Por tanto, puede decirse que la investigación cualitativa centra su atención en buscar en los fenómenos todas esas cualidades, características y aspectos importantes que le permitan reconstruir la realidad observada y detectada por el investigador a partir de las diferentes técnicas de recolección de datos que la misma investigación presenta;

este proceso debería de ser lo más objetivo posible de manera de que la información que emerge sea la más fidedigna. (Salazar, 2020, pág. 104).

En este sentido, la investigación cualitativa permite, como lo señala Salazar (2020), diferenciar cinco fases de trabajo: 1. Definición del problema, 2. Diseño de trabajo, 3. Recogida de datos, 4. Análisis de datos y 5. Informe y validación de información. Dentro de esta investigación se emplean diversas técnicas como la observación, la observación participante, la entrevista, la entrevista grupal, el cuestionario, el grupo de discusión (pág. 105). Estas metodologías permiten extraer datos de manera horizontal, en este caso, con el grupo de mujeres empoderadas, facilitando una participación y reflexiva en el proceso investigativo.

De acuerdo con lo anterior, dentro de este trabajo de grado se utilizan las siguientes técnicas: taller, relatos, fotografías, álbum de fotografías y diarios de campo. Estas técnicas permiten recopilar información detallada sobre las experiencias y realidades del grupo de mujeres empoderadas del barrio El Paraíso.

Los *talleres* permiten una estrategia de enseñanza participativa, centrada en la práctica, la creación, el trabajo grupal y la integración de la teoría con la práctica, facilitando el desarrollo de habilidades y adquisición de conocimientos. Los *relatos* son narraciones que permiten contar una serie de sucesos, ya sean reales o ficticios, expresadas a través del lenguaje para brindar información o transmitir puntos de vista. La *fotografía* es una técnica de capturar imágenes fijas mediante la acción de la luz sobre un medio sensible. Un *álbum de fotografías* es una carpeta en la que se guardan fotografías donde se almacenan recuerdos. La *cartilla pedagógica* (ver anexo 2) es un material didáctico diseñado para el acompañamiento de procesos formativos, ofreciendo contenidos teóricos,

actividades prácticas y orientaciones metodológicas que facilitan el aprendizaje guiado, y los *diarios de campo* permiten documentar de manera escrita un ejercicio de observación.

Lo anterior responde a la Modalidad de Proyecto Pedagógico de la Licenciatura en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos, en relación con el trabajo desarrollado a lo largo del proceso investigativo. Esta modalidad permite constatar, analizar y fundamentar la información que sustenta la redacción de los resultados. El proceso se basa en la recopilación y sistematización de datos mediante técnicas cualitativas, las cuales permiten interpretación las experiencias y percepciones del grupo participante, favoreciendo una comprensión profunda, situada y contextualizada de la realidad investigada.

### **Construcción de los talleres pedagógicos**

La construcción de los talleres nace de un ejercicio colaborativo con la Asociación, atendiendo las necesidades específicas del grupo de mujeres. Estos talleres permiten recolectar los insumos necesarios para su diseño y ejecución, involucrando a las mujeres como participantes activas durante la mayor parte del proceso de elaboración y construcción del material pedagógico. Junto con el álbum de fotografías —que representa el tejido sororo y las economías del cuidado como una construcción colectiva desarrollada con el grupo de mujeres de a la Asociación Cristiana de Jóvenes— se enmarca su proceso de formación y fortalecimiento para el empoderamiento.

A continuación, se referencian las ocho sesiones y su relación con la creación del álbum fotográfico que se construyó a lo largo del proceso con los aportes de las mujeres. Cada sesión contribuyó de manera importante a la elaboración colectiva del álbum,

reflejando así los temas trabajados, las experiencias compartidas y las dinámicas de las economías del cuidado y el tejido sororo dentro del grupo de mujeres empoderadas. En este sentido, el álbum no solo documenta visualmente el proceso, sino que también es una construcción colectiva que integra los sentires, voces y miradas de las participantes, fortaleciendo los vínculos y acercamientos con los temas desarrollados.

*Ilustración 7. Sesiones de los talleres*

<b>SESIONES</b>	<b>DÍA DE ENCUENTRO</b>	<b>FECHA</b>	<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD</b>
<b>1</b>	<b>MARTES</b> 2:00 PM A 4:10 PM	8 DE MARZO 2025	Bienvenida y explicación del espacio Tejiendo relaciones de sororidad a través de la economía del cuidado
<b>2</b>		25 DE MARZO 2025	Cartografía de género entretejiendo
<b>3</b>		8 DE ABRIL 2025	La sororidad para tejer colectividad
<b>4</b>		22 DE ABRIL 2025	Tejiendo confianza
<b>5</b>		6 DE MAYO 2025	Puntadas de sueños, acciones, éxitos y cuidado
<b>6</b>		20 DE MAYO 2025	Nudo como herramienta colectiva
<b>7</b>		03 DE JUNIO 2025	Cadenetas de cuidado
<b>8</b>		27 DE SEPTIEMBRE 2025	Álbum fotográfico tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado.

Fuente: Archivo de elaboración propia, 2025.

Estos talleres surgieron como una propuesta pedagógica orientada a la creación del álbum fotográfico que acompaña la elaboración del presente trabajo. Como instrumentos y práctica, la propuesta se articuló desde una metodología y una perspectiva feminista, que fueron acogidas tanto por la Asociación como por el grupo de mujeres. Desde su implementación se abrió un diálogo en círculo y se llevó a cabo un reconocimiento colectivo de problemáticas vinculadas a imaginarios, estereotipos y a la validación del cuidado como trabajo. Este enfoque participativo y colaborativo resultó fundamental para la construcción de conocimiento a partir de las experiencias de vida del grupo.

Los momentos que encontraremos en la guía pedagógica de los talleres son:

- Objetivos de la práctica pedagógica
- Sesiones de trabajo
- Recursos y metodologías asociados a cada actividad
- Tiempo
- Resultados esperados

### **Implementación de los ocho talleres**

Para iniciar, la experiencia del grupo Mujeres Empoderadas se desarrolló en la Casa de la Juventud del barrio El Paraíso. Se realizaron ocho sesiones en las que se abordaron temas como la sororidad, la colectividad, la comunicación asertiva, el reconocimiento mutuo y personal, el cuidado, las economías del cuidado y el acompañamiento en jornadas de emprendimiento, entre otros. Estas sesiones se llevaron a cabo todos los martes de 2:00

p.m. a 4:30 p.m., creando un espacio seguro y participativo para el diálogo y el fortalecimiento colectivo.

Al inicio de las sesiones, las participantes mostraron poco interés por el tema, ya que no lo conocían y consideraban que no era necesario abordarlo. Por ello, se requirieron varias preguntas para obtener respuestas y fomentar la interacción entre ellas. Además, en varias sesiones llegaron tarde, lo que en ocasiones prolongó las actividades más allá del tiempo estipulado. Esta situación inicial exigió mayor paciencia y la implementación de estrategias para motivar la participación de las mujeres.

Por otro lado, las mujeres esperaban una contribución material por su participación en las sesiones para apoyar sus emprendimientos; sin embargo, se acordó que la principal contribución sería el aprendizaje, con el objetivo de que posteriormente pudieran convertirse en replicadoras en sus distintos entornos. De este modo se buscó que formaran redes de apoyo mutuo para otras mujeres que enfrentan violencias o que destinan muchas horas al trabajo de cuidado. Una de las iniciativas que contribuyó a su permanencia en el espacio fue la culminación de su formación académica, lo cual les brindó motivación para seguir participando y fortalecer sus procesos personales y colectivos.

### **Recordando los puntos de la experiencia pedagógica**

Las sesiones se desarrollaron en ocho encuentros, en los cuales se trabajó un tema, un objetivo, una metodología y una reflexión específicos en cada uno. Estos se orientaron principalmente a través de cuatro ejes centrales: el objetivo de la sesión; un rompehielos destinado a fortalecer la cercanía grupal y romper los silencios; el desarrollo del tema central, abordado desde una perspectiva teórico-práctica y acompañado de las reflexiones

surgidas en el espacio; y, finalmente, la aplicación práctica, que ofreció herramientas para ser implementadas por los participantes en sus propios entornos. Asimismo, se recordó el uso de los diarios de campo (ver anexo 2), que permitieron construir la experiencia a partir de lo escrito y observado en cada sesión.

### **La primera sesión**

Objetivo: Conocer el proyecto pedagógico *Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado*, que busca fortalecer los vínculos entre mujeres mediante prácticas colectivas y el reconocimiento de las economías del cuidado como elemento central para la construcción de comunidades.

*Ilustración 8. Primer encuentro.*



Fuente: Archivo personal, 2025.

### Momento 1.

Durante este primer momento permanecieron en silencio, pues al tratarse del encuentro inicial aún no contaban con la confianza para expresarse libremente. En la primera pregunta, muchas vincularon lo que disfrutaban hacer con actividades que realizaban cotidianamente junto a sus familias e hijos. En la segunda pregunta resultó difícil identificar un sueño propio, ya que, al dedicar la mayor parte del tiempo al cuidado de sus hijos e hijas y encontrarse en situaciones de vulneración económica, no disponían del espacio ni las condiciones para reflexionar sobre sus anhelos personales; además, varias manifestaron que sus responsabilidades familiares les impedían dar continuidad a las metas que deseaban alcanzar. En la tercera pregunta respondieron que esperaban aprender cosas nuevas y salir de la monotonía, dado que no contaban con muchos espacios de este tipo.

### Momento 2.

Durante el juego “La Gusanita” resultó difícil generar un ambiente de alegría y entusiasmo: aunque las participantes ya se conocían, estaban preocupadas por el tiempo para recoger a sus hijos e hijas en el jardín. Sin embargo, conforme avanzó la actividad se fueron animando y lograron realizarla, divirtiéndose hasta el final de la dinámica. La experiencia tuvo una gran acogida; mostraron interés en continuar y varias expresaron que no querían que la actividad terminara.

### Momento 3.

Se presentó a las participantes el proyecto pedagógico *Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado*, señalando que se trataba de un espacio seguro para el aprendizaje y la interacción entre compañeras mediante actividades

dinámicas y creativas. Durante la exposición se mostraron receptivas y se animaron a explorar los conceptos de sororidad y cuidado —términos que, en muchos de sus entornos, les eran desconocidos—; esto favoreció el reconocimiento de violencias vividas desde la infancia y abrió un espacio de escucha colectiva.

#### Momento 4.

En este último momento se aplicó un formulario digital a las participantes con preguntas relacionadas con la sororidad y la economía del cuidado. Se cerró el encuentro agradeciendo la participación e invitando a las asistentes a la próxima sesión.

Se entregó un formulario que las participantes completaron en el momento, con la finalidad de recoger nombres, lugar de residencia, personas con las que conviven y los roles que desempeña cada integrante del núcleo familiar. Para finalizar el encuentro se agradeció su participación y se las invitó a seguir formando parte del proyecto, destacando las oportunidades de crecimiento personal que surgen al compartir gustos y actividades.

*Ilustración 9. Lugar de encuentros*



Fuente: Archivo personal, 2025.

## La segunda sesión.

Objetivo: Se buscó identificar los espacios seguros y las prácticas cotidianas de las mujeres en el barrio El Paraíso, con el propósito de reconocer los espacios comunitarios y colectivos presentes en su entorno.

*Ilustración 10. Cartografía de género entretejiendo.*



Fuente: Archivo personal, 2025.

### Momento 1.

En primer lugar, con el fin de conocer mejor el territorio y la vivencia de las mujeres, se realizó una cartografía de género que les permitió reconocer su lugar dentro del espacio habitado. Martínez (2018) definió la cartografía como «trazar mapas de los individuos, en nuestro caso las mujeres» (p. 11). Esto implicó el relacionamiento de las participantes con sus lugares de encuentro y la manera en que interactuaban según sus

conocimientos y perspectivas; además, en esta cartografía se consignaron las prácticas señaladas por Martínez desde factores sociales y políticos que permiten ubicar un lugar desde un lenguaje de apropiación.

Dentro de esta sesión se pudo identificar mediante los relatos informales sus vidas y su llegada al barrio El Paraíso como lo comparte Crisvanys Marín:

*profe yo llegue hace unos cinco años, primero vivimos en arriendo en una casita por bella flor, más abajo, luego quede embarazada de mi segundo bebé y nos fuimos para otra casa que estaba en obra gris y nació mi segundo hijo, luego de esto mi esposo se encontró con un señor que le quería vender un lote por allá en la parte de la invasión (lugar donde no se puede habitar) y pues queríamos tener algo propio y lo compramos en siete millones pues muy contesto, pero ahora como es una invasión y al creo un área natural nos tenemos que ir, pues la alcaldía local nos dice que por ser venezolanos y no contar con todos los papeles de la propiedad no nos pueden reubicar, entonces estamos esperando a ver qué pasa. (anexo diario de campo 2, 2025).*

Momento 2.

En segundo lugar, se inició el recorrido; el primero fue el parque El Mirador, desde donde se podía observar la ciudad de Bogotá. Las mujeres reconocieron este lugar como un espacio de esparcimiento al que acudían con sus hijos e hijas; los fines de semana llevaban alimentos para compartir y pasar tiempo en familia. Asimismo, en ese lugar se tomaron un tiempo para compartir pan y gaseosa mientras relataban sus experiencias en el parque; también señalaron que, por las noches, no era un lugar seguro y que se evidenciaban dinámicas de consumo y riñas. Finalmente, se realizó una observación del espacio.

*Ilustración 11. Parque el Mirador del Paraíso.*



Fuente: Archivo Personal, 2025.

Por otro lado, se continuó con el segundo lugar, la calle de los grafitis, un espacio representativo del barrio El Paraíso que, a lo largo del año, acogía visitas de personas locales, nacionales e internacionales. En las paredes de las casas había diversas pinturas que le daban una característica particular. Asimismo, las participantes la reconocieron como un corredor que solían cruzar a diario para recoger a sus hijos e hijas del colegio o de los jardines, y también para regresar a sus casas, pues cerca de esa calle se encontraban las invasiones donde vivían.

Lo acogieron como un punto de encuentro donde podían participar en diversas actividades culturales; además, era un lugar que contaba historias a través de sus murales y representaba la identidad del barrio. También lo reconocieron como un espacio de identidad propia, porque cuando llegaron lo percibieron como algo transformador y acogedor.

*Ilustración 12. calle de los grafitis.*



Fuente: Archivo propio, 2025.

Seguidamente, el tercer lugar visitado fue la biblioteca y el museo autoconstruido de Ciudad Bolívar, que relacionaron como un punto de encuentro para organizaciones y para participar en actividades dirigidas a sus hijos e hijas, ya que habitualmente recibía más visitantes y funcionaba como espacio de estudio e investigación. Este lugar, cercano a la calle de los grafitis, narraba la historia de la localidad a través de imágenes y textos.

### *Ilustración 13. Biblioteca*



Fuente: Archivo propio, 2025.

Por último, las participantes reconocieron la estación El Paraíso del Transmicable como un lugar de encuentro, pues facilita el acceso al servicio público del barrio y funciona como referente para quienes lo visitan. Asimismo, aportaron, a través de relatos breves, la relación que mantienen con este espacio: les ha permitido reconocer una identidad territorial que antes no tenían.

Durante el recorrido también se evidenció el avance demográfico, cultural y social asociado a este medio de transporte; sin embargo, surgieron inquietudes en torno a la seguridad y el cuidado en las zonas cercanas al Transmicable. Además, destacaron el desarrollo económico para comerciantes pequeños y emprendedores, ya que, desde su puesta en marcha, la actividad económica ha aumentado de manera significativa.

Finalmente, las participantes concluyeron que en este espacio se sienten más seguras, porque al no haber grandes aglomeraciones como la de los alimentadores se pueden reducir el riesgo de sufrir algún tipo de violencia de género.

*Ilustración 14. Estación de trasmicable Paraíso.*



Fuente: Archivo propio, 2025.

### Momento 3.

En tercer momento, tras la realización del recorrido, regresaron a la Casa de la Juventud, donde, entre todas, construyeron de manera más gráfica la cartografía de género. Allí ubicaron colectivamente los lugares de encuentro y respondieron a la pregunta: «¿Qué lugares consideran seguros para ustedes?». En su mayoría identificaron sus casas y las reuniones que realizaban los martes; no reconocieron otros espacios como seguros, pues manifestaron sentirse más protegidas en sus hogares que en cualquier otro lugar. Señalaron, además, que el territorio por las noches era muy peligroso para ellas y sus hijos e hijas, por

lo que no lo consideraban un lugar seguro, aunque sí lo reconocían como un espacio de encuentro entre ellas que les permitía aprender y desarrollar sus emprendimientos.

Si bien reconocieron varios espacios de encuentro, aclararon que no todos eran seguros, ya que muchos se prestaban para hurtos, actos de violencia, expendio de sustancias y otros delitos. También coincidieron en que esos lugares no eran adecuados para sus hijos e hijas, a menos que acudieran con más personas, aunque en muchas ocasiones debían cruzarlos para llegar a sus destinos. Esta cartografía, además de permitir conocer el territorio objeto de investigación, facilitó el acceso a las historias de vida de las participantes y mostró cómo, en esos espacios de encuentro, entretejían relaciones de confianza y sororidad, tal como lo relató:

*Mire profe yo soy muy sincera y yo hablo así, para mí este espacio es un lugar seguro ya que me permite contar cosas que me han pasado a lo largo de mi vida sin sentirme juzgada o atacada, porque aquí todas somos mujeres y sabemos que si pasa algo pues no va a salir de aquí. Yo en mi infancia tuve un tío que me tocaba mis partes, yo la verdad lo veía normal y yo no le contaba a nadie, ni a mi mamá, a la menos que le contaba era a ella, pues haber era mi tío y para mí era algo normal. Hasta que un día alguien me dijo que eso era un abuso y que eso estaba mal, profe en ese momento me sentí tan mal, lloré mucho no le dije a nadie, hasta que un día por teléfono se lo conté a mi mamá, yo hablo así profe. (anexo, diario de campo 2, 2025).*

Momento 4.

En cuarto lugar, se reflexionó sobre el espacio: no solo representaba un lugar seguro, sino que también acogía y daba voz a situaciones que durante años no se habían contado, precisamente porque ofrecía confianza y apoyo. Favorecía relaciones horizontales

y propiciaba la reflexión sobre sí mismas; compartir sus vivencias les permitió liberarse y respaldar a otras mujeres en distintos ámbitos de su vida, y especialmente en este encuentro colectivo.

*Ilustración 15. Creación cartografía.*



Fuente: Archivo propio, 2025.

## La tercera sesión

Objetivo: Reconocer las relaciones personales que marcaron la vida de las participantes y las formas en que se vincularon con su entorno.

*Ilustración 16. La sororidad para tejer colectividad*



Fuente: Archivo propio, 2025.

### Momento 1.

En primer lugar, las participantes se organizaron en varios grupos. Durante este espacio, manifestaron cierta dificultad para realizar algo diferente a la escritura o al dibujo, ya que afirmaban no tener ningún tipo de relación quebrantada. Sin embargo, a través de la reflexión sobre la importancia del perdón y el valor de hablar acerca de las relaciones que han cargado a lo largo de los años, lograron abrirse al ejercicio y reconocer experiencias significativas vinculadas a sus vínculos personales.

Tras ello, las mujeres lograron soltarse y hablaron de las emociones que les provocaron en la infancia las relaciones fragmentadas, así como de lo que aún cargan. Relataron que la falta de acceso a redes de salud emocional les impide reconciliarse o superar esas vivencias, lo que, según expresaron, repercute algunas veces las relaciones de crianza con sus hijos e hijas

Seguidamente, cada grupo representó, mediante dibujos, las relaciones fragmentadas que vivieron en la infancia. Después de esta actividad se abrió una discusión sobre las conclusiones del primer momento de la sesión. Las participantes señalaron que no es fácil olvidar ciertas vivencias del pasado; manifestaron que el abuso sexual, por ejemplo, deja una marca profunda que no se elimina con facilidad. Sin embargo, coincidieron en la importancia de buscar redes de apoyo que les brinden acompañamiento emocional para la superación de esas violencias vividas durante la infancia y parte de la vida adulta.

#### Momento 2.

En segundo lugar, las mujeres recibieron tres post-it, cada uno con un significado específico. El color rojo representaba las relaciones fragmentadas. En este espacio, las participantes escribieron de manera relajada y clara las situaciones vividas en la infancia, la juventud y la adultez. La mayoría consignó que esas vulneraciones o conflictos se debían, principalmente, a su condición de mujeres, a la pobreza en sus contextos y a las responsabilidades de cuidado (por ejemplo, haber sido hermanas mayores o haberse ido de casa siendo muy jóvenes).

También compartieron que, a lo largo de sus vidas, las fragmentaciones habían sido mediadas por la escuela, la sociedad, la cultura y los mecanismos patriarcales instaurados.

Asimismo, dentro de este color reconocieron relaciones fragmentadas con la madre, el padre, los hermanos y los amigos, las cuales dejaron una huella de dolor y frustración.

Por otro lado, en el color amarillo plasmaron las relaciones que habían podido sanar con el tiempo. En esta parte, les resultó más complejo escribir, ya que, según compartieron, estas relaciones solo pueden fortalecerse cuando existe arrepentimiento mutuo y perdón. Relataron historias de vínculos que no fueron ni buenos ni malos y también señalaron relaciones a distancia, afectadas por la migración, que se encontraban fragmentadas por estar situadas en otros países.

Posteriormente, en el color verde plasmaron las relaciones positivas que les ayudaban en su proceso de construcción personal. Destacaron la relación con sus hijos e hijas, esposos, amigas y personas cercanas; sin embargo, señalaron que no mantenían relaciones tan positivas con algunos parientes, como primos, abuelas, tíos o incluso con sus madres, debido a experiencias dolorosas en el pasado. Asimismo, escribieron sobre estas relaciones con mayor tranquilidad y las pudieron reconocer con facilidad, destacando que la colectividad del espacio les brindaba seguridad y calma.

### Momento 3.

En tercer lugar, se pegaron los post-it en el espejo y se realizó una discusión reflexiva en torno a lo escrito. Varias participantes llegaron a la conclusión de que tenían más relaciones positivas que negativas, aunque las experiencias negativas les generaban ansiedad por no haberlas resuelto o sanado en el pasado, y también provocaban inseguridad en los espacios sociales, ya que les resultaba difícil confiar en otras personas. Asimismo, se

evidenció que este grupo mantenía buenas relaciones y que cada una podía complementar a la otra.

#### Momento 4.

En cuarto lugar, finalmente, se agradeció a las participantes por su participación y por las conclusiones que aportaron al espacio. Cada una plasmó en un papel blanco una frase o un dibujo que quisiera entregar a alguna de sus compañeras, con el objetivo de promover la confianza entre quienes compartían el espacio. Todas realizaron la actividad, ya que se sentían identificadas con las historias de sus compañeras y les permitió abrir más su corazón.

*Ilustración 17. Espacio de los papeles de colores*



Fuente: Elaboración propia, 2025

## La cuarta sesión

Objetivo: Promover el uso de la comunicación asertiva entre las mujeres participantes como herramienta para fortalecer el diálogo, mejorar la escucha mutua y facilitar la resolución de conflictos en los espacios comunitarios.

*Ilustración 18. Tejiendo confianza*



Fuente: Archivo propio, 2025

### Momento 1.

En primer lugar, durante este momento inicial, las mujeres realizaron la actividad con facilidad, sin mayores complicaciones, pues en las sesiones anteriores ya habían desarrollado un nivel de confianza que favoreció el desarrollo de actividades creativas. Posteriormente, elaboraron un guion corto para la creación de un noticiero, a través del cual hablaron sobre las relaciones que habían tenido con otras mujeres a lo largo de su vida.

Asimismo, representaron estas situaciones y llegaron a conclusiones sobre la importancia de generar relaciones sororas, con el fin de fortalecer los vínculos entre mujeres y promover espacios colectivos de sororidad.

#### Momento 2.

En segundo lugar, las participantes se organizaron en parejas, ubicándose frente a frente. La dinámica consistió en que cada una compartiera con su compañera una experiencia vivida, mientras la otra escuchaba sin interrumpir hasta que terminara de hablar, y luego se invertían los roles. Este ejercicio tuvo como propósito que las participantes dedicaran tiempo a escucharse mutuamente sin interrupciones ni gestos de desaprobación, permitiendo que la compañera se sintiera segura y atendida. Al inicio, a algunas mujeres les resultó difícil activar la escucha plena, ya que habitualmente se tiende a dar opiniones o juicios propios sin prestar atención completa a lo que la otra persona está expresando.

Finalmente, las mujeres lograron soltarse y sentirse cómodas con sus compañeras, encontrando historias similares por las que todas habían pasado y vivido. Fue un espacio de empatía mutua y recíproca. Se invitó a las participantes a implementar esta dinámica no solo en el taller, sino también en su vida cotidiana, con el objetivo de fomentar relaciones más significativas y una comunicación asertiva que contribuya a prevenir conflictos que afecten su salud emocional y su autocuidado.

#### Momento 3.

En tercer lugar, tras el diálogo de comunicación asertiva, se pidió a las participantes que tomaran hojas o papeles para plasmar un mensaje, palabra, dibujo o frase que quisieran

entregar a su compañera, en relación con lo escuchado y dialogado en el segundo momento. Esta actividad tuvo como objetivo fortalecer los espacios de cuidado entre mujeres, reducir las brechas socialmente construidas de rivalidad, fomentar la escucha y la atención, y permitir conocer las historias de vida a través del diálogo. Las participantes realizaron esta actividad con gran facilidad, logrando establecer vínculos más estrechos y sororos, lo que contribuyó al fortalecimiento del grupo en general.

#### Momento 4.

En cuarto lugar, se cerró el espacio con una reflexión sobre la importancia de la comunicación asertiva y activa, así como sobre la relevancia de generar espacios colectivos mediante el diálogo y el reconocimiento de la otra. Se abordó también la resolución de conflictos a través de la escucha, la creación de puntos de encuentro como los círculos de palabra, y, finalmente, la importancia de acoger sin juicios a quienes necesitan ser escuchadas.

*Ilustración 19. Dialogo comunicación asertiva*



Fuente. Archivo propio, 2025.

## La quinta sesión

Objetivo: Identificar los sueños, acciones, éxitos y prácticas de cuidado que las mujeres realizaron o anhelaron para su vida, con el propósito de reconocer sus aspiraciones personales, su proyección hacia el futuro y las estrategias que fortalecieron su cuidado integral.

*Ilustración 20. Puntadas de sueños, acciones, éxitos y cuidados.*



Fuente: Archivo propio, 2025

### Momento 1.

En primer lugar, a las participantes les costó mucho hablar sobre este tema, ya que, como compartieron en el espacio, muchas tuvieron que dejar atrás sueños o metas debido a factores económicos, responsabilidades de cuidado y situaciones relacionadas con su estatus migratorio. Entre estos sueños se encontraban culminar sus estudios, obtener un

empleo propio, apoyar económicamente a sus familias y conocer otros lugares. Sin embargo, manifestaron que esta experiencia no fue del todo negativa, pues les permitió formar una familia y transmitir enseñanzas a sus hijos e hijas para el futuro.

Sumado a lo anterior, aproximadamente un 90 % de las participantes realizan tareas de cuidado, pero no reciben cuidado a cambio, lo que impacta su autoestima y sus formas de relacionamiento con otras personas, e incluso puede llevarlas a situaciones de desgaste o agotamiento. Como manifestaron durante la sesión, el cuidado personal muchas veces queda en segundo plano, pues se enfocan en el cuidado de los demás, lo que afecta de manera directa su salud emocional y afectiva.

#### Momento 2.

En segundo lugar, las mujeres se emocionaron al ver las lanas de colores, un elemento muy cercano a ellas, que les permitió reconocer sus saberes y recordar los trabajos que han realizado con este material. Asimismo, lograron plasmar de manera armoniosa y sincera sus sueños, éxitos y acciones de cuidado que esperan implementar en su vida, reconociendo también la importancia de practicar ejercicios de respiración y meditación para fortalecer su salud mental.

Sumado a lo anterior, las participantes lograron elaborar una ruta con fechas y pautas de manera muy creativa, fundamentales para el cumplimiento de los sueños y cuidados que desean implementar, no solo para ellas mismas, sino también para sus familias, conocidas y demás personas a quienes puedan influir. Asimismo, asumieron compromisos consigo mismas para dar cumplimiento a esta ruta y desarrollar rutinas que les permitan crecer como mujeres y fortalecer su desarrollo colectivo.

### Momento 3.

En tercer lugar, las participantes se sintieron muy motivadas y las ocho pasaron a compartir su ruta, explicando cómo la implementarían y los plazos a corto, mediano y largo plazo. Manifestaron que esta ruta les permitiría cumplir con sus objetivos de vida y salir de las rutinas diarias. Durante este espacio, los hijos e hijas de las participantes se convirtieron en una motivación para escribir, dibujar, pintar y crear, encontrando formas diferentes de plasmar sus sueños, metas y cuidados, así como la proyección de su vida futura.

### Momento 4.

En cuarto lugar, la sesión finalizó con un profundo agradecimiento a las participantes por compartir los sueños, éxitos y cuidados que han tenido, tienen y proyectan para su vida. Se resaltó la importancia de continuar fortaleciendo estos sueños, de no olvidarlos y de reforzarlos siempre que sea necesario, recordando que merecen ser cuidados, amados y respetados por los demás, así como de generar redes colectivas que les permitan alcanzar estos objetivos.

*Ilustración 21. Desarrollo de la sesión*



Fuente. Archivo propio, 2025.

## La sexta sesión

Objetivo: Promover el fortalecimiento del reconocimiento individual y colectivo de las participantes mediante una actividad orientada a fomentar la empatía, el respeto y la solidaridad entre mujeres.

*Ilustración 22. Punto alto herramienta colectiva.*



Fuente: Archivo propio, 2025.

### Momento 1.

En primer lugar, a lo largo del tiempo las participantes se sintieron más tranquilas para realizar esta actividad, debido a la confianza evidenciada. En este proceso reconocieron el amor propio, el amor por sus hijos e hijas, la creatividad, la espiritualidad, la confianza colectiva y el empoderamiento mutuo en cada uno de sus emprendimientos.

Esto ayudó a fortalecer y a reconocer el valor de cada una, así como el potencial, la capacidad y la creatividad que ponen al realizar sus actividades diarias, y el crecimiento personal que han experimentado a lo largo de las sesiones brindadas por la Asociación desde 2024 y —este año— con el proyecto pedagógico.

Seguido a lo anterior, se presentan cinco estudios de caso para el desarrollo de la sesión. Para ello se escogieron dos puntos del salón: en una esquina se ubicaron las soluciones correctas y en la otra, las soluciones negativas. Esto permitió conocer las perspectivas de las mujeres frente a las problemáticas que enfrentan día a día en su vida cotidiana.

*Estudios de caso:*

Caso 1:

Laura, de 16 años, acaba de tener un bebé. Varias vecinas han empezado a decir que es una irresponsable y que “se arruinó la vida”. Ella se ve muy sola y no sabe que hacer frente a las críticas.

- ✓ Respuesta sorora: Una vecina se le acerca con cariño, le ofrece apoyo emocional y buscan soluciones conjuntas para un apoyo económico.
- × Respuesta no sorora: otra mujer se burla de ella y la crítica diciéndole que por no haber estudiado “se lo busco”

Caso 2:

Angie se desahoga con su compañera de taller y le cuenta que su pareja le grita, le controla el celular y forma de vestir.

- ✓ Respuesta sorora: la compañera la escucha sin juzgar, le cree, y le ofrece acompañarla a buscar ayuda si lo necesita.
- × Respuesta no sorora: Le dice “debe ser que usted lo provoca” o “eso le pasa por dejarse”

Caso 3:

Yuli empezó a vender maquillaje para generar ingresos. Otra mujer del grupo también vende, y siente celos porque Yuli está teniendo éxito.

- ✓ Respuesta sorora: La mujer decide apoyar a Yuli, compartir consejos y pensar en una colaboración donde ambas ganen.
- × Respuesta sorora: comienza a hablar mal de Yuli a las demás y a sabotear sus ventas por envidia.

Caso 4:

Durante una reunión de emprendedoras, una compañera del grupo se equivoca al hablar y se pone nerviosa.

- ✓ Respuesta sorora: Otra mujer la anima con una sonrisa, le dice “tranquila, sigue” y la ayuda a continuar.
- × Respuesta no sorora: Se burla o le dice “mejor no hable si no sabe”.

Caso 5:

Una mujer del grupo decide dejar de alisarse el cabello y asistir a las reuniones con su pelo natural y sin maquillaje.

- ✓ Respuesta sorora: Sus compañeras respetan su decisión y reconocen su belleza sin imponer estereotipos.
- × Respuesta no sorora: Le dicen “así no se ve bien”, “parece desarreglada” o la hacen sentir incómoda.

En estos casos, todas las mujeres escogieron la opción sorora correcta. Ellas explicaron que el fortalecimiento de las relaciones entre mujeres ayuda a generar confianza; al ser escuchadas por otras, pueden expresarse y dejar salir vivencias que han marcado su vida. Muchas no mantienen relaciones positivas con hombres ni con sus propias familias, por lo que este espacio les permitió acoger los estudios de caso: se reconocieron en ellos y contaron que sí han vivido situaciones similares. Además, relataron que en muchas ocasiones recibieron respuestas negativas, lo que generó incomodidad y fragmentación en sus relaciones con otras personas.

#### Momento 2.

En segundo lugar, se realizaron las siguientes preguntas; las participantes debían dar un paso adelante si la afirmación les correspondía:

1. Den un paso adelante si han sentido miedo de caminar solas por su barrio en las noches.
2. Den un paso adelante si han tenido que dejar de estudiar o trabajar por el cuidado de sus familias.
3. Den un paso adelante si alguna vez han sentido que su voz no ha sido escuchada por ser mujer.

4. Den un paso adelante si alguna vez han sido violentadas en una relación de pareja.
5. Den un paso adelante si se han sentido juzgadas por su forma de vestir, hablar o actuar.
6. Den un paso adelante si han tenido que trabajar más horas sin recibir reconocimiento.

Dentro de esta dinámica se evidenció que ninguna mujer retrocedió; por el contrario, todas avanzaron, ya que han vivido alguna de estas situaciones. Al mismo tiempo, se divirtieron y lograron reconocer que estas violencias o vulneraciones están inmersas en su vida cotidiana.

#### Momento 3.

En tercer lugar, se compartieron imágenes e historias de mujeres importantes a nivel nacional e internacional: bell hooks, Johana Bahamón, Virginie Despentes, Diana Trujillo Pomerantz, Simone Biles y Martha Lamas. Finalmente, también se mostraron fotografías de las participantes. La mayoría se sintió identificada con todas las historias, ya que cada una refleja la resiliencia y el conocimiento que poseen las mujeres.

#### Momento 4.

En cuarto lugar, la sesión se cerró con la pregunta: ¿Cómo reconocieron en este espacio la sororidad y el autocuidado? Para responder, las participantes tuvieron tiempo para recrear esa idea mediante una figura. Finalmente, se reflexionó sobre la importancia de

generar espacios de cuidado, autocuidado y sororidad para fomentar la confianza y el apoyo entre mujeres.<sup>5</sup>

*Ilustración 23. Realización de preguntas*



Fuente. Archivo propio, 2025.

---

<sup>5</sup> En este taller se creó y realizó en colaboración con Angela Patricia Ibagué Castañeda, del programa *Jóvenes Cuidadores*, promoción 2025.

## La séptima sesión

Objetivo: Desarrollar una sesión vivencial y participativa que promoviera el autocuidado y el cuidado integral de las mujeres a través del baile, propiciando la expresión corporal libre, la conexión emocional y la construcción de vínculos positivos dentro del grupo. La actividad buscó que las participantes reconocieran el movimiento como una herramienta de bienestar, fortalecimiento personal y conexión colectiva.

*Ilustración 24. Cadenetas de cuidado.*



Fuente: Archivo propio, 2025.

### Momento 1.

En primer lugar, las participantes lograron seguir los pasos de sus compañeras y marcar el ritmo con la música de fondo. Tuvieron cierta dificultad, pues algunas no están familiarizadas con la danza y les dio vergüenza; sin embargo, este espacio les permitió sentir la música y los ritmos de formas distintas, sin ser juzgadas ni criticadas, y experimentar movimientos propios. Al final se organizaron en grupos más amplios y repitieron la actividad con el objetivo de fomentar el trabajo colectivo.

### Momento 2.

En segundo lugar, las participantes, junto con un grupo invitado de diferentes universidades de Bogotá, representaron las labores de cuidado. Se evidenció que la mayoría de estas labores recaen en mujeres y que, con frecuencia, no cuentan con apoyo para realizarlas —ni siquiera en el cuidado de sus hijos e hijas, pues muchas perciben que no es necesario pedir ayuda. En cuanto al aspecto económico, comentaron que reciben dinero únicamente para la compra de alimentos y artículos de aseo, por lo que muchas recurren a sus emprendimientos para generar ingresos que les permitan cubrir otras necesidades propias.

### Momento 3.

En tercer lugar, se pusieron diferentes canciones y, a través de una danza guiada, ellas pudieron bailar, disfrutar y divertirse. Comentaron que este tipo de actividades las anima mucho y les permite expresar emociones con el cuerpo. Además, todas participaron activamente: interactuaron entre sí y reforzaron la colectividad con cada paso y acción durante la sesión

#### Momento 4.

En cuarto lugar, se realizó una reflexión colectiva entre las participantes y el grupo de invitados sobre la importancia del reconocimiento y la distribución de las tareas de cuidado y del trabajo no remunerado. Asimismo, se destacó la necesidad de generar espacios de encuentro que les permitan reconocer el autocuidado y el cuidado mutuo como parte de sus vidas, y de contar con entornos seguros que favorezcan la apertura y el diálogo.<sup>6</sup>

*Ilustración 25. Baila y cuida.*



Fuente. Archivo propio, 2025.

---

<sup>6</sup> Este taller fue creado y realizado en colaboración con Ángela Patricia Ibagué Castañeda, del programa *Jóvenes Cuidadores* (promoción 2025), y con jóvenes universitarios de la Universidad Nacional de Colombia, la Universidad del Rosario y la Universidad ECCI, pertenecientes a la Fundación Jaime Benítez Tobón, en el marco de su labor de corresponsabilidad social.

## La octava sesión

Objetivo: Crear un álbum fotográfico colectivo que visibilizara y reconociera los saberes de cada una de las participantes, reflejando sus experiencias, trayectorias y aportes dentro del espacio comunitario. Este álbum se constituyó como un recurso para la memoria colectiva y la valoración de las prácticas cotidianas de las mujeres, fortaleciendo el sentido de pertenencia y la identidad compartida.

*Ilustración 26. Álbum fotográfico tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado.*



Fuente: Archivo propio, 2025

#### Momento 1.

En primer lugar, las participantes compartieron que aprendieron a tejer con sus abuelas o madres. La decoración de uñas, así como el peinado y los cortes de cabello, los aprendieron en 2024 durante los talleres de la Asociación. Las manualidades las adquirieron de forma empírica, principalmente a través de la plataforma digital YouTube, y, a su vez, han ido replicando estos saberes con otras mujeres.

#### Momento 2.

En segundo lugar, la mayoría de las participantes optó por el dibujo, plasmando sus saberes relacionados con uñas y peinados. Otras decidieron tejer y trajeron algunos elementos que ya habían confeccionado previamente. Asimismo, se habló sobre las sensaciones que dejó el espacio: casi todas compartieron la comodidad de haber encontrado un lugar seguro que les permitió salir de la rutina.

#### Momento 3.

En tercer lugar, las participantes entregaron lo realizado en esta sesión para la construcción colectiva del álbum fotográfico. La base del álbum está hecha con cartón y cartulina para aportar firmeza; posteriormente se forrará con carpetas de lana en diferentes colores. La portada incluirá los tejidos, dibujos y diseños de uñas realizados por las participantes, y en el interior se ubicarán diez fotografías de los distintos talleres junto con algunos escritos producidos por las mujeres.

#### Momento 4.

En cuarto lugar, se entregó un detalle a cada una de las participantes en agradecimiento por su participación en el proyecto Tejiendo relaciones de sororidad a

través de las economías del cuidado. Se les invitó a seguir siendo mujeres de cambio y a continuar capacitándose para transformar las estructuras patriarcales presentes en la sociedad. Las participantes se comprometieron a empezar por sus familias y a replicar estos aprendizajes en sus espacios personales y colectivos, con el fin de fortalecer las bases construidas en estos encuentros. Finalmente, la sesión se cerró con un abrazo y una foto de fraternidad.

*Ilustración 27. Último encuentro.*



Fuente. Archivo propio, 2025.

## **Análisis de la experiencia pedagógica**

El proyecto pedagógico *Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado* presenta mediante ocho talleres una experiencia educativa transformadora centrada en el reconocimiento del papel fundamental de las mujeres en contexto de vulnerabilidad social, migratoria y económica. Estas sesiones fueron estructuradas con objetivos, metodologías y reflexiones, que construyó un espacio de aprendizaje significativo en la pedagogía emancipadora, el encuentro, la educación popular y la experiencia colectiva como fuente de conocimiento. Dentro de este análisis se aborda las categorías de feminización de la pobreza, la migración con perspectiva de género y las economías del cuidado, entrelazadas en la vivencia de cada una de las participantes.

Por lo anterior, el desarrollo del proyecto puso de manifiesto la feminización de la pobreza como una condición estructural que atraviesa la vida de las participantes. La mayoría asumió de forma exclusiva las labores de cuidado y el sostenimiento de sus familias, sin una distribución equitativa de las tareas ni reconocimiento social o económico de su trabajo. Como se señaló en la categoría analítica, las mujeres dedican entre dos y cinco veces más tiempo al trabajo doméstico y de cuidado no remunerado que los hombres, lo que restringe su autonomía económica, limita su autocuidado y reduce su participación colectiva y comunitaria.

Los talleres realizados promovieron la reflexión crítica frente a esta desigualdad, fomentando el reconocimiento del cuidado como trabajo y no como una obligación estructural femenina. A través de metodologías vivenciales -como la danza, representación de roles y la construcción de la cartografía de género-, las participantes identificaron la importancia de la retribución de las tareas y la ausencia de redes de apoyo en sus familias.

Esta categoría permitió resignificar la pobreza no solo como una carencia material, sino como una forma de exclusión simbólica y emocional que puede ser contrarrestada mediante la educación comunitaria, el fortalecimiento del autocuidado y la generación de redes de colectividad que permita la sororidad.

Otra categoría transversal del proyecto es la migración con perspectiva de género, especialmente en relación con las mujeres en situación de vulnerabilidad. Los testimonios recogidos evidencian la precariedad en el acceso a vivienda, salud y empleo, así como, en algunos casos, la discriminación institucional vinculada a su estatus migratorio. Desde una perspectiva de género, los talleres permitieron reconocer que las mujeres migrantes no son solo receptoras de ayuda, sino sujetos activos de transformación que aportan saberes, resiliencia y formas de cuidado colectivo y comunitario.

La metodología favoreció el diálogo de saberes y el respeto por las trayectorias individuales; su carácter horizontal permitió reconstruir la memoria del desplazamiento y convertirla en aprendizaje colectivo. En este sentido, la experiencia pedagógica funcionó como un espacio de participación, escucha activa y carácter político, donde las mujeres pudieron narrar sus trayectorias migratorias, resignificar el desarraigo e implementar nuevas formas de vida y de reconstrucción identitaria.

La categoría central del proyecto gira en torno a las economías del cuidado, entendidas como el conjunto de actividades necesarias para el sostenimiento de la vida y la familia, actividades que históricamente han sido invisibilizadas y feminizadas. Los talleres favorecieron el reconocimiento del cuidado como práctica política, afectiva y colectiva. A través de ejercicios de comunicación asertiva, escucha activa, expresión corporal,

manualidades y creación, las participantes aprendieron a valorar su tiempo y su trabajo, así como su capacidad para generar bienestar en los demás y en sí mismas.

El proyecto pedagógico impulsó la reapropiación de lo creativo, del cuerpo y de la corporalidad como formas de expresión y cuidado, reivindicando la risa, el movimiento y la memoria como modos de aprendizaje. Además, las actividades de cierre —como la creación del álbum fotográfico y la reflexión sobre lo aprendido— reforzaron la colectividad, haciendo que el cuidado deje de ser únicamente individual y se convierta en una práctica comunitaria compartida.

Finalmente, el proyecto pedagógico no solo visibilizó las desigualdades de género, pobreza y migración, sino que posibilitó procesos de empoderamiento mediante el aprendizaje colaborativo. Las participantes dejaron de ser solo receptoras para convertirse en multiplicadoras de cambio y promotoras de relaciones justas y sororas.

La experiencia evidencia que la pedagogía feminista y del cuidado puede transformar realidades, fortalecer la autonomía y abrir espacios de resistencia frente a las estructuras patriarcales y económicas presentes en los países latinoamericanos. En este sentido, el proyecto se constituye como una práctica educativa orientada al aprendizaje para la vida, promoviendo el cuidado, la sororidad y la justicia colectiva como ejes centrales del desarrollo humano y comunitario.

## **Capítulo 4. Tejido sobre las cadenas**

### **Conclusiones**

El proyecto Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado convirtió la experiencia pedagógica con mujeres migrantes del barrio El Paraíso Ciudad Bolívar en un ejercicio colectivo y en una práctica educativa transformadora. La investigación no solo visibilizó las condiciones de desigualdad y exclusión que enfrentan estas mujeres, sino que también fortaleció sus redes de apoyo mutuo, generando espacios seguros de confianza, sororidad y reconocimiento tanto individual como entre ellas.

En primer lugar, la investigación sostiene que la feminización de la pobreza es una manifestación estructural de las desigualdades de género que atraviesa las dinámicas sociales, económicas y culturales del país. Las mujeres afrontan condiciones precarias de vivienda, alta informalidad laboral y una sobrecarga de trabajo doméstico no remunerado que limitan su autonomía económica. No obstante, la práctica pedagógica mostró que, pese a estas adversidades, las mujeres actúan como agentes de cambio: generan alternativas, sostienen la vida colectiva y fortalecen el tejido comunitario.

En segundo lugar, se evidenció que la migración debe reconocerse con perspectiva de género dado que implica reconocer las experiencias diferenciadas que atraviesan las mujeres durante los procesos de desplazamiento y asentamiento. Muchas migraron en busca de mejores condiciones de vida, pero encontraron nuevas formas de vulnerabilidad: discriminación institucional, barreras en el acceso a la salud y la educación, y violencias tanto simbólicas como físicas. No obstante, mediante la pedagogía feminista pudieron

resignificar sus trayectorias, construir narrativas de resiliencia, memoria, y fortalecer su identidad como sujetas políticas.

Finalmente, las economías del cuidado se configuran como una categoría esencial para comprender la interdependencia entre las mujeres y su entorno. Al hacer visibles estas labores, se cuestionan los roles de género tradicionales y se impulsa la redistribución más equitativa del cuidado entre mujeres, hombres y la comunidad.

En este sentido, el proceso investigativo permite tejer y unir experiencias diversas, promoviendo el cuidado, el acompañamiento, la empatía y la construcción colectiva entre las mujeres. Tejer relaciones significó, en este caso, entrelazar puntadas que hacen visibles las historias de migración, pobreza y esperanza en un mismo tejido colectivo y comunitario, capaz de resignificar la vida de cada una de sus integrantes.

Por otro lado, la experiencia desarrollada evidencia que la Licenciatura en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos, junto con las pedagogías feministas, constituye una herramienta potente para la transformación social y colectiva. A través de los talleres pedagógicos, las participantes no solo adquirieron conocimientos, sino que vivenciaron procesos de autoconocimiento, autocuidado y reflexión acerca de su rol en la comunidad. La pedagogía del cuidado, fundada en la escucha activa y la empatía, permitió construir aprendizajes desde el afecto y la experiencia, priorizando sus memorias, su voz, y reconociéndolas como protagonistas de su propio proceso.

Asimismo, el trabajo comunitario debe entenderse como un acto político y de resistencia frente a los sistemas patriarcales y neoliberales que precarizan la vida de las mujeres. Cada taller constituyó una acción de resistencia, una apuesta por la reapropiación

de los espacios comunitarios y por desafiar los roles y estereotipos que limitan la participación femenina en los ámbitos privados y colectivos.

Otro elemento importante es que la sororidad que se encuentra de manera transversal en el presente trabajo no es un concepto aislado, sino una práctica cotidiana que se construye a través de los afectos, cuidado y relacionamiento. Las mujeres demostraron que, al compartir sus experiencias, pueden sanar y crear estrategias colectivas que les permita enfrentar las violencias estructurales. En este sentido, la sororidad se puede entender como la pedagogía del encuentro, una forma de tejer redes de apoyo y cuidado, que irrumpe las clases, fronteras y estereotipos.

Finalmente, el trabajo invita a repensar el papel del Estado, las instituciones educativas y las organizaciones sociales en la promoción de políticas públicas con enfoque de género y cuidado, reconociendo que las transformaciones reales no se alcanzan únicamente a través de las normas establecidas, sino mediante el acompañamiento constante y la implementación de acciones pedagógicas inclusivas, participativas y emancipadoras.

## **Recomendaciones finales.**

En primer lugar, es fundamental integrar la perspectiva de género y las economías del cuidado en los currículos de formación docente y comunitaria, ya que esto posibilita la construcción de procesos educativos equitativos, críticos y transformadores. La incorporación de estas categorías contribuye a visibilizar las experiencias y aportes de las mujeres, al tiempo que favorece la reflexión y el cuestionamiento de las estructuras hegemónicas y de los roles de género tradicionalmente asignados en los espacios educativos, tanto formales como no formales.

En segundo lugar, es fundamental promover proyectos que visibilicen las experiencias de las mujeres migrantes y sus aportes al desarrollo local y nacional, reconociendo sus trayectorias de vida como expresiones de saberes, resistencia y transformación social. Estos proyectos permiten dar voz a las mujeres, generando espacios de encuentro y diálogo donde sea posible conocer y compartir sus narrativas, reivindicar sus derechos y fortalecer su identidad colectiva.

En tercer lugar, es necesario fomentar el aprendizaje basado en la práctica, la narración de experiencias propias y el trabajo colectivo, como estrategia pedagógica que fortalece los procesos de formación de una perspectiva crítica y participativa. Implementar esta metodología permite que las participantes aprendan a partir de sus vivencias, reconociendo el valor experiencial y comunitario.

En cuarto lugar, es necesario fortalecer los espacios de acompañamiento psicosocial y educativo dirigidos a mujeres migrantes, con el propósito de promover su bienestar integral, autonomía y participación en los diferentes escenarios comunitarios. Asimismo,

estos espacios deben brindar apoyo emocional y orientación, reconociendo las múltiples violencias y desafíos que las mujeres enfrentan durante los procesos de desplazamiento, adaptación y reconstrucción de sus proyectos de vida.

En quinto lugar, es necesario implementar estrategias de capacitación en emprendimientos, derechos sexuales y reproductivos y autonomía económica, para fortalecer las capacidades individuales y colectivas de las mujeres. Estas acciones periten empoderamiento personal al reconocer sus derechos y la generación de oportunidades sostenibles.

En sexto lugar, es necesario incluir la economía del cuidado como un eje fundamental de las políticas de inclusión y equidad, donde evidencie el valor del trabajo doméstico y comunitario, para reconocer el papel fundamental en el sostenimiento de la vida y el bienestar de sus familias. Esta perspectiva permite visibilizar y valorar el trabajo doméstico no remunerado, reproductivo y comunitario, que ha sido tradicionalmente asignado a las mujeres y que se encuentra invisibilizado en los marcos económicos y sociales.

En séptimo lugar, garantizar la participación de las mujeres en la planificación y ejecución de políticas locales y nacionales, asegurando su participación, experiencias y que las necesidades sean consideradas en los procesos de toma de decisiones. La inclusión de las mujeres en estos espacios permite fortalecer la democracia participativa, enriquece las políticas públicas, la justicia social y la diversidad.

En octavo lugar, es fundamental profundizar en la relación entre sororidad, migración y economías del cuidado, incorporando metodologías participativas que

fomenten la construcción colectiva del conocimiento y el fortalecimiento de los lazos entre mujeres. La sororidad debe ser comprendida como una práctica ética y política basada en el apoyo mutuo, la empatía y la colaboración, que permite crear redes solidarias orientadas a la transformación social.

En noveno lugar, es necesario analizar las experiencias de autocuidado y salud mental de las mujeres migrantes desde un enfoque interseccional, reconociendo el género, la clase social, la etnia, la edad, la orientación sexual y la condición migratoria que configuran sus vivencias cotidianas. Esto permite comprender las múltiples dimensiones de vulnerabilidad, pero a su vez también las estrategias de resistencia y cuidado que las mujeres desarrollan para confrontar los desafíos del día a día.

En décimo lugar, es fundamental documentar y sistematizar las experiencias pedagógicas comunitarias como una herramienta clave para la transformación social. Este proceso permite recoger, analizar y valorar las experiencias, aprendizajes, saberes y logros que emergen de las diversas prácticas educativas desarrolladas en contextos colectivos y comunitarios.

La experiencia pedagógica “Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado”, desarrollada con el grupo de Mujeres Empoderadas del barrio El Paraíso, evidencia la importancia de construir procesos educativos y comunitarios con enfoque de género e interseccionalidad, en los cuales las participantes sean reconocidas como sujetas activas en la generación de conocimiento, transformación y cambio colectivo. Integrar la perspectiva de género, las economías del cuidado y la sororidad en los espacios formativos permite cuestionar las estructuras de desigualdad y promover relaciones más equitativas y solidarias entre las mujeres y sus comunidades.

Asimismo, el fortalecimiento de proyectos pedagógicos, acompañamientos psicosociales y políticas inclusivas contribuye al empoderamiento individual y colectivo, al mismo tiempo que promueve el bienestar integral, la autonomía y la participación social. Finalmente, documentar las experiencias pedagógicas comunitarias constituye un ejercicio de memoria, resistencia y construcción de saberes, que visibiliza los aportes de las mujeres en la transformación de sus realidades y en la consolidación de una educación más justa y humanizadora.

En conjunto, estas recomendaciones orientadas a la Asociación Cristiana de Jóvenes resaltan la importancia de integrar de manera transversal la perspectiva de género, las economías del cuidado, la sororidad y los estudios sobre la feminización de la pobreza en sus procesos formativos y comunitarios. La evidencia muestra que las mujeres, especialmente las migrantes, enfrentan desigualdades económicas y sociales que limitan su autonomía y bienestar, por lo que es fundamental reconocer estas dinámicas para orientar acciones más justas y transformadoras. Fortalecer los espacios de acompañamiento psicosocial, promover metodologías participativas, visibilizar las experiencias de las mujeres y garantizar su participación en la toma de decisiones permitirá avanzar hacia prácticas educativas más equitativas y hacia comunidades solidarias que valoren el cuidado, la diversidad y la justicia social.

## BIBLIOGRAFÍA

(OMEG), O. d. (2025). *Manzanas del Cuidado: espacios que liberan y abren oportunidades para mujeres*. Bogotá.

Aguilar, P. L. (2011). *SciELO Brasil* . Obtenido de

<https://www.scielo.br/j/rk/a/M7zzFssbz6WFhLhTbPpB6DH/?lang=es>

Bogotá . (2021). Obtenido de Bogotá Colors, creadores del corredor artístico imperdible de

Ciudad Bolívar: [https://bogota.gov.co/mi-ciudad/cultura-recreacion-y-](https://bogota.gov.co/mi-ciudad/cultura-recreacion-y-deporte/bogota-colors-el-colectivo-juvenil-que-llena-de-color-ciudad-bolivar#:~:text=En%20el%20barrio%20Para%20C3%ADso%20de,el%20estigma%20que%20se%20tiene)

[deporte/bogota-colors-el-colectivo-juvenil-que-llena-de-color-ciudad-](https://bogota.gov.co/mi-ciudad/cultura-recreacion-y-deporte/bogota-colors-el-colectivo-juvenil-que-llena-de-color-ciudad-bolivar#:~:text=En%20el%20barrio%20Para%20C3%ADso%20de,el%20estigma%20que%20se%20tiene)

[bolivar#:~:text=En%20el%20barrio%20Para%20C3%ADso%20de,el%20estigm](https://bogota.gov.co/mi-ciudad/cultura-recreacion-y-deporte/bogota-colors-el-colectivo-juvenil-que-llena-de-color-ciudad-bolivar#:~:text=En%20el%20barrio%20Para%20C3%ADso%20de,el%20estigma%20que%20se%20tiene)

[a%20que%20se%20tiene](https://bogota.gov.co/mi-ciudad/cultura-recreacion-y-deporte/bogota-colors-el-colectivo-juvenil-que-llena-de-color-ciudad-bolivar#:~:text=En%20el%20barrio%20Para%20C3%ADso%20de,el%20estigma%20que%20se%20tiene)

Bogotá, A. (2023). *Informe anual*. Bogotá.

BOGOTÁ, Y. (2024). *60 años de impacto*. Bogotá: YMCA BOGOTÁ.

Bolívar, A. L. (s.f.). *Ciudad Bolívar*. Obtenido de Conociendo mi localidad:

<http://www.ciudadbolivar.gov.co/mi-localidad/conociendo-mi-localidad/historia>

Bolívar, A. L. (s.f).

*GESTA SOCIAL Y CULTURAL*. Bogotá: Buenos & Creativos S.A.S.

Brunet, I. (2009). *Pobreza y exclusión social*. Revista Internacional de Organizaciones (RIO).

city-facts. (2020). *city-facts*. Obtenido de city-facts: [https://es.city-facts.com/el-paraiso-bogot%C3%A1-d.c.-colombia/population?utm\\_source=chatgpt.com](https://es.city-facts.com/el-paraiso-bogot%C3%A1-d.c.-colombia/population?utm_source=chatgpt.com)

Colombiano, E. (16 de Septiembre de 2025). Brecha alarmante: Mujeres enfrentan hasta 120% más pobreza extrema en zonas rurales que en ciudades.

DANE. (2025). *Mercado laboral según sexo*.

de-la-Torre-Vidal, P. (2024). Las redes de apoyo entre mujeres y su. *CNEIP*, 2.

Escobar, A. (2005). *Más allá del Tercer Mundo: Globalización y diferencia*. Bogotá.

Bogotá: Instituto Colombiano de Antropología e Historia (ICANH).

Escobar, A. (2010). *Territorios de diferencia: Lugar, movimientos, vida, redes*. Popayán:

Universidad del Cauca.

Federici, S. (2004). *Calibán y la bruja. Mujeres, cuerpo y acumulación originaria*.

Traficantes de Sueños.

Forum, W. E. (2024). Por qué dar prioridad a la economía del cuidado es clave para el

crecimiento y el bienestar.

Gaitán, S. S. (2019). *Sororidad y re-existencia en Ciudad Bolívar: Mujeres contribuyendo a*

*la construcción de Paz desde lo local*.

Garzón, J. D. (2020). *Bolívar City "Z19"*. Obtenido de ARTE-FACTO:

<https://revistaartefacto.usta.edu.co/index.php/inter-nos/267-bolivar-city-z19>

jóvenes, Á. d. (2024). *Informe empoderamiento laboral*.

- (2021). *La migración desde una perspectiva de género: ideas operativas para su integración en proyectos de desarrollo*. Banco Interamericano de Desarrollo.
- Lagarden, M. (1996). *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*. Madrid: horas y HORAS.
- Lázaro, Segura, & González. (2021). *Tejiendo sororidad. Hacia la transformación de los roles establecidos en el trabajo doméstico y del cuidado*.
- López, C. M. (2018). *Cartografías de género en las ciudades antiguas*. Purificación Ubric Rabaneda.
- Martínez, I. (16 de 02 de 2016). Construcción de una pedagogía feminista para una ciudadanía transformadora y contra-hegemónica. págs. 129-151.
- Martínez, J. J. (2011). La pobreza en América Latina y Colombia, más que cifras. *Revista In Vestigium Ire. Vol 4*, 83-92.
- migración, P. d. (2024). *Género y migración*.
- Migraciones, O. I. (2024). *Organización Internacional para las Migraciones*. Obtenido de Fundamentos de la migración: <https://www.iom.int/es/fundamentos-de-la-migracion>
- Montarlot, C. y. (2023). *La rivalidad femenina y cómo acar con ella*. Península.
- Moreno, N. (2021). *Reconocer, Reducir y Redistribuir los Trabajos de Cuidado: la experiencia del Sistema Distrital de Cuidado en Bogotá*. Flacsoandes.
- Niño Murcia, C., Chaparro Valderrama, J., López Borbón, W., Jiménez, L. C., & Jara Ramírez, S. (2023). *BOGOTÁ HECHA A MANO. BARRIOS AUTOCONSTRUIDOS, UNA GESTA SOCIAL Y CULTURAL*. Bogotá: IMPRESO EN COLOMBIA, 2023.

- Ochoa, L. M. (2008). *El sueño y la práctica de sí. Pedagogía feminista*. El colegio de Mexico.
- OMEG, O. d. (2023). *Mujeres en las localidades y mujeres cuidadoras*. Bogotá.
- Oso, L. (2022). *GÉNERO Y MIGRACIÓN*. ESOMI.
- Padilla Pardo, C. (2017). *ECONOMÍA DEL CUIDADO Y DESARROLLO HUMANO*. Universidad Nacional de Quilmes.
- Portafolio. (2025). ¿Por qué aumentó la pobreza en Bogotá y quiénes son los más afectados?
- Prieto, R. R., Cabrera, M. S., Estepa, L. G., & Linares, E. (2017). Mujeres migrantes tejiendo democracia y sororidad desde el asociacionismo. *Investigaciones Feministas*, 21.
- Ramos. (2024). *Tejiendo relaciones sororas entre las mujeres rurales de la vereda San Miguel, en el municipio de Alejandría, Antioquia*. Repositorio Institucional.
- Rodríguez Enríquez, C. (2007). *Economía del cuidado, equidad de género y nuevo orden económico internacional*. CLACSO, Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales.
- Rodríguez Higerá, L. J., & Borda Pérez, Y. E. (2024). *De la economía del cuidado y mujer rural: aproximaciones teórico-epistemológicas*. Barranquilla: Tejido Social.
- Rosado, M. J. (28 de octubre de 2021). El concepto de «género» desde la óptica de las Ciencias Sociales. *Fundación para la investigación social avanzada*.

Rosado, M. J. (2021). El concepto de «género» desde la óptica de las Ciencias Sociales.

*Fundación para la investigación social avanzado.*

Salazar, L. S. (2020). Investigación Cualitativa: Una respuesta a las Investigaciones

Sociales Educativas. 101-110.

SaluData. (2024). *Construimos territorios de Bien-Estar en Ciudad Bolívar*. Bogotá.

Torsa, J. M. (2009). *Feminización de la pobreza y perspectiva de género*. Revista

Internacional de Organizaciones (RIO).

YMCA. (s.f). *Historia de la YMCA*. Obtenido de YMCA: [https://www.ymca.int/es/quienes-](https://www.ymca.int/es/quienes-somos/el-movimiento-ymca-en-el-mundo/historia-de-la-ymca/)

[somos/el-movimiento-ymca-en-el-mundo/historia-de-la-ymca/](https://www.ymca.int/es/quienes-somos/el-movimiento-ymca-en-el-mundo/historia-de-la-ymca/)

YMCA, P. o. (s.f). *Historia de la YMCA*.

Anexo.

Diarios de campo práctica investigativa.

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de Ciudadanos</i></p>	<p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGIA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA CON ÉNFASIS EN DERECHOS HUMANOS</p>
<p>PRÁCTICA – ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES #1</p>	
<p>DIARIO DE CAMPO PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA</p>	
<p>EDUCADOR(A) EN FORMACIÓN: Geraldine Ruiz Pito</p>	
<p>CÓDIGO: 2020253034</p>	<p>FECHA: 08/03/2025</p>
<p>LUGAR DE LA SESIÓN O VISITA:</p>	
<p>Barrio el Paraíso- Casa de la juventud.</p>	
<p>OBJETIVO DE LA SESIÓN O VISITA:</p>	
<p>Conocer el proyecto pedagógico <i>Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado</i>, que busca fortalecer los vínculos entre mujeres mediante prácticas colectivas y el reconocimiento de las economías del cuidado como elemento central para la construcción de comunidades.</p>	

### **DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA: (Recuento detallado)**

El encuentro inició con una cálida bienvenida a todas las mujeres participantes, generando un ambiente de apertura y cordialidad. Posteriormente, se llevó a cabo una presentación individual orientada por tres preguntas:

¿Qué actividades disfrutas hacer en tu tiempo libre?

¿Cuál es o ha sido tu mayor sueño?

¿Cuáles son tus expectativas respecto al espacio?

Este primer ejercicio permitió identificar intereses personales, expectativas frente al proceso y las motivaciones que las llevaron a participar en el proyecto.

En el segundo momento se realizó la dinámica rompehielos “La Gusanita”, cuyo propósito fue promover la interacción, la cooperación y el trabajo en equipo. Las participantes se dividieron en dos grupos y, mediante una secuencia de movimientos con bombas infladas, fueron conformando una “gusanita” simbólica. Aunque al principio mostraron timidez y poca energía, poco a poco se animaron y participaron activamente, culminando la actividad en un ambiente de alegría y compañerismo.

En el tercer momento, se presentó de manera amplia el proyecto pedagógico Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado. Se explicó el propósito general del proceso y los temas que serían abordados en las sesiones. Las participantes escucharon con atención y mostraron interés en los conceptos de sororidad y cuidado, términos que en su mayoría no conocían, pero que generaron curiosidad y reflexión sobre sus propias experiencias de vida.

Finalmente, en el cuarto momento se aplicó un formulario digital para recopilar información personal y familiar de las asistentes, con el fin de conocer mejor sus contextos. El encuentro concluyó con un agradecimiento por su asistencia y una invitación a continuar participando activamente en el proceso.

Este primer encuentro permitió evidenciar la importancia de crear espacios de confianza y reconocimiento mutuo. Las mujeres mostraron disposición para participar, aunque las responsabilidades cotidianas y las condiciones de vulnerabilidad influyen en su nivel de apertura y expresión.

El ejercicio lúdico y la presentación del proyecto fueron estrategias clave para iniciar un proceso de construcción colectiva en torno a la sororidad y las economías del cuidado. La experiencia deja como aprendizaje la necesidad de **respetar los tiempos emocionales del grupo**, promoviendo actividades que fortalezcan la autoestima, la escucha y el sentido de comunidad.

### **OBSERVACIONES, COMENTARIOS, PREGUNTAS Y REFLEXIONES PEDAGÓGICAS.**

Las participantes llegaron con retraso, lo que implicó extender la sesión.

Durante el primer momento, se evidenció reserva y silencio, debido a la falta de confianza inicial.

Al responder sobre sus sueños, varias mujeres manifestaron dificultad para identificar metas personales, pues gran parte de su tiempo y energía está dedicada al cuidado del hogar y los hijos.

Expresaron interés por aprender cosas nuevas y romper la rutina, valorando la existencia de espacios que les permitan compartir entre mujeres.

El primer encuentro cumplió su propósito de **romper el hielo y presentar el proyecto** de manera cercana.

Se logró **identificar las necesidades, expectativas y contextos personales** de las participantes.

El juego y la conversación permitieron **crear las bases para un clima de confianza**, indispensable para las siguientes sesiones.

Es recomendable continuar con estrategias que **combinen la reflexión con la lúdica**, para mantener la motivación y favorecer la participación.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGIA  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA  
CON ÉNFASIS EN DERECHOS HUMANOS

PRÁCTICA – ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES #2

DIARIO DE CAMPO PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA

EDUCADOR(A) EN FORMACIÓN: Geraldine Ruiz Pito

CÓDIGO: 2020253034

FECHA: 25/03/2025

LUGAR DE LA SESIÓN O VISITA:

Barrio el Paraíso- Casa de la juventud.

OBJETIVO DE LA SESIÓN O VISITA:

Se buscó identificar los espacios seguros y las prácticas cotidianas de las mujeres en el barrio El Paraíso, con el propósito de reconocer los espacios comunitarios y colectivos presentes en su entorno.

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA: (Recuento detallado)

La jornada inició con una dinámica de confianza en la que las participantes eligieron democráticamente a una líder encargada de guiarlas a través de un “puente simbólico” hecho con hojas de papel iris. Con los ojos vendados, las demás mujeres siguieron su voz para llegar al otro extremo sin salirse del camino. En caso de “caer” fuera del puente, debían reiniciar el recorrido.

Al finalizar el trayecto, las esperaba un rompecabezas con la palabra “**sororidad**”, que debían armar sin quitarse la venda, fomentando la comunicación, la cooperación y la confianza mutua.

Posteriormente, se realizó una reflexión grupal sobre cómo se habían sentido durante la actividad y qué tan fácil o difícil les resultó confiar en sus compañeras.

En el **segundo momento**, las mujeres eligieron cinco puntos representativos del territorio —lugares con valor simbólico o social para ellas— con el fin de realizar un recorrido territorial que permitiera identificar prácticas cotidianas, historias compartidas y percepciones sobre el barrio.

En el **tercer momento**, de regreso al punto de encuentro, construyeron colectivamente una **cartografía de género**, plasmando en un mapa los espacios de encuentro, las rutas transitadas, los lugares seguros y aquellos percibidos como riesgosos. Este ejercicio se acompañó de preguntas orientadoras que promovieron la reflexión sobre el territorio, la pertenencia, la seguridad y las redes de apoyo.

Finalmente, en el **cuarto momento**, se llevó a cabo un cierre reflexivo donde las participantes compartieron sus aprendizajes, emociones y percepciones del recorrido, reconociendo el valor de la confianza, la escucha y la sororidad construida en el grupo.

#### **OBSERVACIONES, COMENTARIOS, PREGUNTAS Y REFLEXIONES PEDAGÓGICAS**

Durante la sesión, se evidenció una alta disposición de las mujeres para participar en las dinámicas. La primera actividad generó momentos de incertidumbre y risa, pero también de reflexión profunda sobre el significado de **confiar en otra mujer** y dejarse guiar sin temor. Al finalizar, muchas expresaron que la experiencia les permitió reconocer la importancia del apoyo mutuo y la comunicación empática.

En el recorrido territorial se visitaron lugares como:

- **El Parque El Mirador**, reconocido por las participantes como un espacio de esparcimiento familiar, aunque señalaron su inseguridad en horas nocturnas.
- **La Calle de los Grafitis**, considerada un punto identitario del barrio, símbolo de transformación cultural y espacio de paso cotidiano hacia escuelas y hogares.
- **La Biblioteca y Museo Autoconstruido de Ciudad Bolívar**, valorado como lugar de encuentro comunitario, aprendizaje y memoria.
- **La Estación El Paraíso del Transmicable**, reconocida por su impacto en la movilidad, el comercio y la seguridad, así como por su papel en la consolidación del sentido de pertenencia territorial.

Los relatos espontáneos permitieron conocer historias de vida marcadas por procesos de desplazamiento, migración y búsqueda de vivienda digna. Destacó el testimonio de **Crisvanys Marín**, quien narró su llegada al barrio y las dificultades asociadas a su condición migratoria, reflejando la vulnerabilidad habitacional de muchas familias.

De igual forma, surgieron relatos más sensibles, en los que algunas mujeres compartieron experiencias de violencia sexual vividas en la infancia, reconociendo el espacio como **un lugar seguro para hablar sin miedo al juicio**. Esta apertura emocional fue posible gracias al vínculo construido entre las participantes y al acompañamiento empático de la facilitadora.

En la cartografía, las mujeres identificaron sus **casas** y las **reuniones semanales** como los únicos espacios seguros, mientras que percibieron el resto del territorio como riesgoso, especialmente en horas de la noche. Aun así, destacaron que el proceso grupal les brindaba un sentido de **protección simbólica y colectiva**, que fortalecía su autoestima y las motivaba a seguir participando.

Testimonios informales:

Numero 1:

*profe yo llegue hace unos cinco años, primero vivimos en arriendo en una casita por bella flor, más abajo, luego quede embarazada de mi segundo bebé y nos fuimos para otra casa que estaba en obra gris y nació mi segundo hijo, luego de esto mi esposo se encontró con un señor que le quería vender un lote por allá en la parte de la invasión (lugar donde no se puede habitar) y pues queríamos tener algo propio y lo compramos en siete millones pues muy contesto, pero ahora como es una invasión y al creo un área natural nos tenemos que ir, pues la alcaldía local nos dice que por ser venezolanos y no contar con todos los papeles de la propiedad no nos pueden reubicar, entonces estamos esperando a ver qué pasa.*

Numero 2:

*Mire profe yo soy muy sincera y yo hablo así, para mi este espacio es un lugar seguro ya que me permite contar cosas que me han pasado a lo largo de mi vida sin sentirme juzgada o atacada, porque aquí todas somos mujeres y sabemos que si pasa algo pues no va a salir de aquí. Yo en mi infancia tuve un tío que me tocaba mis partes, yo la verdad lo veía normal y yo no le contaba a nadie, ni a mi mamá, a la menos que le contaba era a ella, pues haber era mi tío y para mí era algo normal. Hasta que un día alguien me dijo que eso era un abuso y que eso estaba mal, profe en ese momento me sentí tan mal, lloré mucho no le dije a nadie, hasta que un día por teléfono se lo conté a mi mamá, yo hablo así profe.*

Este encuentro representó un avance significativo en el proceso de fortalecimiento del grupo. Las dinámicas de confianza y la construcción de la cartografía de género se convirtieron en herramientas poderosas para visibilizar las experiencias de vida de las mujeres y sus formas de habitar el territorio.

El ejercicio permitió evidenciar cómo las mujeres han desarrollado estrategias de resistencia y apoyo mutuo frente a contextos de desigualdad, migración y violencia. Asimismo, se constató que el

espacio grupal se ha consolidado como un **entorno de cuidado emocional y sororidad**, donde las participantes pueden expresar sus vivencias con libertad y respeto.

El diálogo y la memoria territorial se posicionaron como prácticas transformadoras que favorecen el reconocimiento de la identidad individual y colectiva. La confianza, construida poco a poco, fue el hilo conductor de toda la sesión.



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGIA  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA  
CON ÉNFASIS EN DERECHOS HUMANOS**

**PRÁCTICA – ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES #3**

**DIARIO DE CAMPO PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA**

**EDUCADOR(A) EN FORMACIÓN: Geraldine Ruiz Pito**

**CÓDIGO: 2020253034**

**FECHA: 08/04/2025**

**LUGAR DE LA SESIÓN O VISITA:**

Barrio el Paraíso- Casa de la juventud.

**OBJETIVO DE LA SESIÓN O VISITA:**

Reconocer las relaciones personales que marcaron la vida de las participantes y las formas en que se vincularon con su entorno.

**DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA: (Recuento detallado)**

Momento 1 — Representación de las relaciones en la infancia

La sesión inició con la división de las participantes en dos grupos. Se les propuso representar, a través de diferentes formas de expresión (actuaciones, poemas, canciones o dramatizaciones), cómo habían sido sus relaciones durante la infancia. En un primer momento, se mostraron algo reacias a realizar

actividades artísticas, manifestando sentirse más cómodas con ejercicios de escritura o dibujo. Varias expresaron no recordar o no identificar relaciones fragmentadas en su niñez.

No obstante, tras una breve conversación sobre la importancia del perdón y la expresión emocional, se fueron animando a participar. A medida que se desarrollaba la actividad, las mujeres comenzaron a abrirse, recordando vivencias que habían marcado su infancia. Se evidenció cómo el ejercicio permitió traer al presente memorias vinculadas a relaciones familiares o escolares que habían dejado huellas emocionales.

Durante las representaciones, emergieron temas sensibles como la ausencia de figuras paternas, el maltrato, la carga del cuidado a temprana edad y experiencias de abuso, los cuales fueron expresados con respeto y contención grupal. El ambiente se tornó de empatía y escucha activa; las demás mujeres acompañaron los relatos con gestos de comprensión, lo que fortaleció el sentido de colectividad.

#### Momento 2 — Identificación de vínculos mediante post-it

En esta segunda parte, cada participante recibió tres post-it de colores:

Rojo: relaciones fragmentadas.

Amarillo: relaciones fragmentadas que fueron transformadas.

Verde: relaciones positivas.

El ejercicio consistió en escribir brevemente una experiencia para cada color y luego pegarlos en espejos ubicados alrededor del salón, los cuales contenían frases alusivas a lo afectivo, tanto en su dimensión positiva como negativa.

En el color rojo, la mayoría de los escritos hicieron referencia a conflictos familiares, especialmente con madres, padres, hermanos o parejas. Varias mujeres señalaron que estas relaciones habían sido afectadas por situaciones de pobreza, violencia de género, responsabilidades de cuidado asumidas desde

niñas o desigualdades estructurales. Algunas mencionaron haber tenido que abandonar su hogar siendo muy jóvenes o haber sido desplazadas, lo que fracturó la continuidad de sus vínculos.

En el color amarillo, plasmaron aquellas relaciones que habían logrado reparar o transformar con el tiempo. Coincidieron en que sanar implica tanto el perdón propio como el reconocimiento de la otra persona. Sin embargo, también expresaron la dificultad de reconciliarse en contextos donde no existe ese reconocimiento. Se mencionaron casos de relaciones afectadas por la migración, la distancia y la imposibilidad de reencuentros familiares.

Finalmente, en el color verde, escribieron sobre las relaciones que les brindan bienestar emocional, seguridad y acompañamiento. Resaltaron especialmente los vínculos con sus hijos e hijas, amigas y algunas vecinas del grupo. Estas relaciones fueron asociadas con sentimientos de amor, gratitud y apoyo. Varias mujeres comentaron que el espacio colectivo del proyecto había favorecido la creación de nuevas amistades basadas en la confianza y la comprensión mutua.

### Momento 3 — Reflexión grupal sobre los vínculos

Una vez los post-it fueron colocados en los espejos, se abrió una conversación reflexiva para compartir lo que cada una había sentido al escribir. En este diálogo emergió la conciencia de que, aunque las relaciones positivas eran mayoría, las experiencias negativas aún generaban culpa, tristeza o ansiedad, especialmente por no haber sido trabajadas en su momento.

Las participantes expresaron que la falta de acceso a redes de apoyo emocional y psicológicas ha dificultado los procesos de sanación. Algunas reconocieron que esas heridas no resueltas influyen en la forma en que se relacionan actualmente con sus hijos e hijas. No obstante, también afirmaron que espacios como este las ayudan a reconocer que no están solas y que la palabra compartida puede ser una herramienta para la reparación.

El grupo reflexionó sobre la importancia de la sororidad y la empatía como medios para sanar colectivamente. Se observó un ambiente de respeto y contención, donde cada testimonio fue escuchado con atención y sin juicios, generando un clima de confianza y cuidado mutuo.

#### Momento 4 — Cierre emocional y fortalecimiento del vínculo

Para cerrar la sesión, se invitó a las participantes a escribir en un papel blanco una frase o dibujo que quisieran regalar a una de sus compañeras. Este gesto simbólico buscó promover la confianza y el reconocimiento entre ellas. La actividad generó sonrisas, abrazos y comentarios de gratitud; muchas manifestaron sentirse identificadas con las historias compartidas y valoraron la oportunidad de abrir sus emociones en un entorno seguro.

El cierre fue emotivo y reafirmó el papel del espacio como un refugio de escucha, apoyo y reconstrucción emocional. Las participantes concluyeron que, aunque sanar requiere tiempo, compartir sus experiencias les permitió liberar cargas y fortalecer su sentido de comunidad.

#### **OBSERVACIONES, COMENTARIOS, PREGUNTAS Y REFLEXIONES PEDAGÓGICAS**

Durante el primer momento, algunas participantes manifestaron dificultad para representar sus relaciones a través de formas distintas a la escritura, mencionando que no consideraban tener vínculos fragmentados. Sin embargo, tras la reflexión colectiva sobre el perdón y la importancia de reconocer las relaciones que han cargado emocionalmente a lo largo del tiempo, lograron abrirse al ejercicio y compartir experiencias profundas.

Las representaciones simbólicas y los relatos permitieron evidenciar que muchas de ellas vivieron en su infancia relaciones marcadas por carencias afectivas, responsabilidades de cuidado asumidas desde muy jóvenes y, en algunos casos, episodios de violencia sexual o familiar. Las mujeres expresaron que la

falta de acceso a redes de salud emocional ha dificultado sus procesos de sanación, afectando, en ocasiones, las relaciones de crianza con sus hijos e hijas.

Durante el uso de los post-it, las reflexiones se profundizaron:

- En el **color rojo**, identificaron relaciones fragmentadas con familiares cercanos (madres, padres, hermanos, amigos), atribuyendo gran parte de los conflictos a su condición de mujeres, la pobreza y las responsabilidades impuestas por los roles de género.
- En el **color amarillo**, les resultó más complejo escribir, ya que la reconciliación o transformación de esas relaciones requería, según ellas, arrepentimiento mutuo y perdón. Mencionaron también relaciones afectadas por la migración o la distancia física.
- En el **color verde**, plasmaron relaciones positivas con hijos, parejas y amigas, reconociéndolas como pilares en sus procesos de crecimiento personal. Manifestaron que el espacio grupal les brindaba tranquilidad y seguridad para compartir sin temor.

El ejercicio con los espejos generó una atmósfera introspectiva y emotiva; varias mujeres reconocieron que, a pesar de las experiencias negativas, hoy predominan las relaciones sanas y el deseo de seguir construyendo vínculos desde el respeto y la empatía.

El cierre con las frases o dibujos fortaleció los lazos del grupo. Las participantes expresaron gratitud, alegría y reconocimiento hacia sus compañeras, reafirmando la importancia de la colectividad y del apoyo emocional que el espacio les proporciona.

Esta sesión permitió visibilizar las huellas que las experiencias afectivas dejan a lo largo de la vida y cómo estas influyen en la forma en que las mujeres se relacionan consigo mismas y con los demás. El

uso del arte y la escritura como herramientas pedagógicas posibilitó que afloraran emociones contenidas, promoviendo procesos de catarsis y reflexión individual y colectiva.

El ejercicio con los colores de los post-it resultó especialmente simbólico, ya que permitió identificar el tránsito de la fragmentación hacia la sanación y el fortalecimiento de las relaciones positivas. Asimismo, la conversación posterior reflejó una madurez emocional creciente y la disposición a seguir trabajando en la reconciliación con su historia personal.

La confianza construida a lo largo del proyecto fue evidente: las participantes se sintieron en libertad de compartir experiencias dolorosas, siendo escuchadas y acompañadas con respeto y empatía por sus compañeras y el equipo facilitador.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGIA  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA  
CON ÉNFASIS EN DERECHOS HUMANOS

PRÁCTICA – ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES #4

DIARIO DE CAMPO PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA

**EDUCADOR(A) EN FORMACIÓN:** Geraldine Ruiz Pito

**CÓDIGO:** 2020253034

**FECHA:** 22/04/2025

**LUGAR DE LA SESIÓN O VISITA:**

**Barrio el Paraíso- Casa de la juventud.**

**OBJETIVO DE LA SESIÓN O VISITA:**

Objetivo: Promover el uso de la comunicación asertiva entre las mujeres participantes como herramienta para fortalecer el diálogo, mejorar la escucha mutua y facilitar la resolución de conflictos en los espacios comunitarios.

**DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA: (Recuento detallado)**

Momento 1.

Se repartieron diferentes papeles que las participantes depositaron en una caja. Cada una escogió uno y encontró frases que representaban situaciones de conflicto o rivalidad, tales como “usted me cae mal” o

“son mejores las mujeres”.

Cada frase fue interpretada creativamente mediante un ejercicio teatral con formato de *noticiero*, lo que permitió abordar las tensiones entre mujeres desde una mirada lúdica y reflexiva, invitando a pensar en cómo se comunican los desacuerdos y cómo estos pueden transformarse en oportunidades de diálogo.

#### Momento 2.

Posteriormente, se formaron parejas con el propósito de propiciar encuentros entre mujeres que no tenían tanta cercanía. Ubicadas frente a frente, realizaron una actividad centrada en la comunicación asertiva y la escucha activa.

Cada participante dispuso de 20 minutos para relatar a su compañera una experiencia difícil vivida, mientras la otra escuchaba sin interrumpir. Luego se intercambiaron los roles. Al finalizar, tuvieron un breve espacio para compartir cómo se sintieron durante el ejercicio y qué aprendieron sobre la importancia de escuchar sin emitir juicios.

#### Momento 3.

Tras el ejercicio de diálogo, se invitó a cada participante a crear una frase, dibujo o palabra de motivación para su compañera, como una muestra de reconocimiento y gratitud por la escucha recibida. Para ello, se usaron pinturas, marcadores y hojas de colores. Posteriormente, entregaron sus creaciones de manera simbólica, fortaleciendo los lazos de afecto y confianza.

#### Momento 4.

Finalmente, se desarrolló un cierre reflexivo colectivo sobre el valor de la comunicación asertiva entre mujeres, resaltando cómo esta práctica fortalece la empatía, la confianza y los lazos de sororidad dentro de la comunidad.

## **OBSERVACIONES, COMENTARIOS, PREGUNTAS Y REFLEXIONES PEDAGÓGICAS**

Durante el primer momento, las mujeres participaron con entusiasmo, demostrando que la confianza construida en sesiones anteriores facilitó el desarrollo de actividades creativas. La interpretación de las frases permitió reflexionar sobre los conflictos cotidianos entre mujeres, evidenciando cómo los estereotipos y las rivalidades aprendidas socialmente pueden debilitar los lazos colectivos. A través del humor y la dramatización, se abordaron temas sensibles sin incomodidad, generando un ambiente de respeto y colaboración.

En la segunda actividad, algunas participantes manifestaron al inicio cierta dificultad para mantener la escucha activa sin intervenir o emitir opiniones. Sin embargo, conforme avanzó la dinámica, lograron comprender la importancia de escuchar desde el silencio, reconociendo que este acto también es una forma de cuidado y validación del otro.

El ejercicio despertó emociones intensas, pues muchas compartieron historias personales relacionadas con pérdidas, violencias o momentos difíciles, siendo escuchadas con empatía por sus compañeras. Este intercambio fortaleció la conexión emocional del grupo y promovió una comprensión más profunda de las experiencias de vida compartidas.

Durante la tercera parte, el gesto simbólico de escribir o dibujar un mensaje para la compañera se vivió con emoción y gratitud. Las mujeres expresaron frases de apoyo, esperanza y admiración, destacando la importancia de saberse escuchadas y acompañadas. La entrega de estos mensajes consolidó un ambiente de cercanía y sororidad, reforzando la cohesión del grupo.

En el cierre reflexivo, las participantes destacaron la relevancia de la comunicación asertiva como herramienta para prevenir conflictos, cuidar la salud emocional y fortalecer las redes de apoyo. Se habló también sobre la importancia de crear espacios de palabra, donde cada mujer pueda expresarse sin miedo ni juicio.

Esta sesión evidenció el avance significativo del grupo en su proceso de empoderamiento y confianza colectiva. Las dinámicas mostraron cómo el aprendizaje sobre la comunicación asertiva puede convertirse en una práctica de autocuidado y de reconstrucción de vínculos entre mujeres.

El ejercicio del “noticiero” funcionó como un detonante simbólico para cuestionar los discursos y comportamientos que reproducen la rivalidad femenina. Por su parte, el diálogo cara a cara permitió resignificar el acto de escuchar como un gesto de amor, respeto y reconocimiento.

El intercambio de mensajes finales simbolizó un proceso de cierre y gratitud que fortaleció la cohesión grupal. Fue evidente que las participantes no solo comprendieron la teoría de la comunicación asertiva, sino que la vivenciaron en un contexto de afecto, empatía y reciprocidad.



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGIA  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA  
CON ÉNFASIS EN DERECHOS HUMANOS**

**PRÁCTICA – ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES #5**

**DIARIO DE CAMPO PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA**

**EDUCADOR(A) EN FORMACIÓN: Geraldine Ruiz Pito**

**CÓDIGO: 2020253034**

**FECHA: 06/05/2025**

**LUGAR DE LA SESIÓN O VISITA:**

**Barrio el Paraíso- Casa de la juventud.**

**OBJETIVO DE LA SESIÓN O VISITA:**

Identificar los sueños, acciones, éxitos y prácticas de cuidado que las mujeres realizaron o anhelaron para su vida, con el propósito de reconocer sus aspiraciones personales, su proyección hacia el futuro y las estrategias que fortalecieron su cuidado integral.

## **DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA: (Recuento detallado)**

### Momento 1.

Las participantes escribieron en un papel los sueños que habían tenido a lo largo de sus vidas, junto con las acciones que habían realizado para alcanzarlos. Luego, anotaron los logros obtenidos y los cuidados que practicaban tanto para mantener esos logros como para cuidarse a sí mismas.

Este primer momento permitió abrir un espacio íntimo y reflexivo en el que muchas mujeres compartieron, con cierta dificultad emocional, los sueños que habían debido postergar o abandonar por razones económicas, responsabilidades familiares o su situación migratoria. Entre los sueños más mencionados se destacaron culminar los estudios, tener un empleo propio, apoyar a sus familias y conocer nuevos lugares.

### Momento 2.

A partir de lo escrito, cada participante utilizó una lana de color diferente para construir una ruta visual que representara un cambio o acción necesaria para alcanzar un sueño aún no cumplido. Sobre el trazo de la lana fueron señalando las acciones que planeaban ejecutar, los logros esperados y los cuidados que deseaban adoptar para sostener ese proceso.

El uso de las lanas generó entusiasmo y cercanía, al evocar saberes y experiencias previas con este material. Este recurso simbólico les permitió expresar de forma creativa sus emociones, esperanzas y compromisos personales.

### Momento 3.

Una vez finalizadas las rutas, las mujeres que lo desearon compartieron su recorrido con el grupo, explicando los significados y razones detrás de cada uno de los elementos. Ocho participantes expusieron sus rutas, destacando cómo planeaban implementar sus sueños a corto, mediano y largo plazo. En este intercambio surgieron sentimientos de motivación, reconocimiento y apoyo mutuo. Los hijos e hijas

presentes se convirtieron en fuente de inspiración para muchas de ellas, impulsándolas a escribir, dibujar y proyectar con mayor ilusión su futuro.

#### Momento 4.

El encuentro finalizó con una reflexión grupal sobre la importancia de reconocerse en los sueños, logros y acciones de cuidado, asignándoles un propósito y un tiempo concreto para su realización. Se resaltó la necesidad de fortalecer el autocuidado como práctica cotidiana y de crear redes colectivas que les permitan sostener sus procesos personales y comunitarios.

#### Recapitulación y observaciones

Durante la sesión se evidenció que hablar de los propios sueños resultó un ejercicio emocionalmente retador. Varias mujeres expresaron sentimientos de nostalgia o tristeza al recordar metas no cumplidas, pero también gratitud por los caminos que han transitado y las familias que han formado.

Se observó que cerca del 90 % de las participantes asumen tareas de cuidado, pero no reciben cuidado en la misma medida, lo que afecta su autoestima, salud emocional y relaciones sociales. La actividad permitió visibilizar esta realidad y abrir la conversación sobre la importancia de cuidarse a sí mismas para poder cuidar a los demás de manera equilibrada.

Las participantes mostraron gran creatividad al elaborar sus rutas con fechas, metas y acciones concretas. Además, asumieron compromisos personales y colectivos para continuar fortaleciendo sus procesos de desarrollo, autocuidado y bienestar familiar.

## **OBSERVACIONES, COMENTARIOS, PREGUNTAS Y REFLEXIONES PEDAGÓGICAS**

Durante la sesión se evidenció que hablar de los propios sueños resultó un ejercicio emocionalmente retador. Varias mujeres expresaron sentimientos de nostalgia o tristeza al recordar metas no cumplidas, pero también gratitud por los caminos que han transitado y las familias que han formado.

Se observó que cerca del 90 % de las participantes asumen tareas de cuidado, pero no reciben cuidado en la misma medida, lo que afecta su autoestima, salud emocional y relaciones sociales. La actividad permitió visibilizar esta realidad y abrir la conversación sobre la importancia de cuidarse a sí mismas para poder cuidar a los demás de manera equilibrada.

Las participantes mostraron gran creatividad al elaborar sus rutas con fechas, metas y acciones concretas. Además, asumieron compromisos personales y colectivos para continuar fortaleciendo sus procesos de desarrollo, autocuidado y bienestar familiar.

Esta sesión representó un espacio de crecimiento y reconocimiento mutuo. A través del trabajo con las lanas y la escritura, las mujeres pudieron reconectar con sus sueños y resignificar sus experiencias de vida, comprendiendo que el autocuidado no es egoísmo, sino una práctica necesaria para mantener su salud física, emocional y espiritual.

El encuentro cerró con un sentimiento generalizado de gratitud y esperanza. Se reafirmó la importancia de seguir tejiendo redes de apoyo entre mujeres, fortaleciendo su autonomía y su capacidad para proyectarse hacia un futuro digno y lleno de propósito.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGIA  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA  
CON ÉNFASIS EN DERECHOS HUMANOS

PRÁCTICA – ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES #6

DIARIO DE CAMPO PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA

EDUCADOR(A) EN FORMACIÓN: Geraldine Ruiz Pito

CÓDIGO: 2020253034

FECHA: 20/05/2025

LUGAR DE LA SESIÓN O VISITA:

Barrio el Paraíso- Casa de la juventud.

OBJETIVO DE LA SESIÓN O VISITA:

Promover el fortalecimiento del reconocimiento individual y colectivo de las participantes mediante una actividad orientada a fomentar la empatía, el respeto y la solidaridad entre mujeres.

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA: (Recuento detallado)

Momento 1

A cada participante se le entregó un papel craft para que escribiera, dibujara o pintara lo que para ella representaba el poder como mujer. Este ejercicio inicial buscó generar una conexión personal y emocional, permitiendo que cada una reconociera su fuerza individual y colectiva.

Posteriormente, se realizó una breve explicación sobre el significado del poder femenino y su importancia en la vida cotidiana. A continuación, las cuidadoras presentaron cinco estudios de caso que abordaban conflictos o desafíos entre mujeres. En el espacio se delimitaron dos zonas: una representaba las soluciones adecuadas (sororas) y la otra las inadecuadas (no sororas).

Las participantes se ubicaron en el área que representaba la respuesta que consideraban correcta, explicando sus razones.

Estudios de caso trabajados:

Laura, de 16 años, acaba de tener un bebé. Varias vecinas han empezado a decir que es una irresponsable y que “se arruinó la vida”. Ella se ve muy sola y no sabe que hacer frente a las críticas.

- ✓ *Respuesta sorora:* acercarse con empatía y ofrecer apoyo emocional y económico.
- × *Respuesta no sorora:* juzgar o burlarse de ella por haber quedado embarazada.

Angie se desahoga con su compañera de taller y le cuenta que su pareja le grita, le controla el celular y forma de vestir.

- ✓ *Respuesta sorora:* escuchar sin juzgar, creerle y acompañarla a buscar ayuda.
- × *Respuesta no sorora:* culparla por “provocar” el maltrato.

Yuli empezó a vender maquillaje para generar ingresos. Otra mujer del grupo también vende, y siente celos porque Yuli está teniendo éxito.

- ✓ *Respuesta sorora:* colaborar y compartir estrategias de crecimiento.
- × *Respuesta no sorora:* hablar mal de ella o sabotear su trabajo.

Durante una reunión de emprendedoras, una compañera del grupo se equivoca al hablar y se pone nerviosa.

- ✓ *Respuesta sorora:* animar a la compañera y brindarle confianza.
- × *Respuesta no sorora:* burlarse o descalificarla frente al grupo.

Una mujer del grupo decide dejar de alisarse el cabello y asistir a las reuniones con su pelo natural y sin maquillaje.

✓ *Respuesta sorora:* respetar su decisión y reconocer su autenticidad.

× *Respuesta no sorora:* criticar su apariencia o imponer estereotipos.

Todas las participantes eligieron las respuestas sororas, destacando la importancia del apoyo entre mujeres como base para construir relaciones más justas y solidarias. Muchas expresaron haberse sentido identificadas con los casos, ya que han vivido situaciones similares. Coincidieron en que ser escuchadas y comprendidas por otras mujeres es una forma profunda de cuidado y empoderamiento.

#### Momento 2.

En esta etapa, las mujeres se colocaron sobre una línea recta y respondieron a una serie de afirmaciones relacionadas con el respeto, la empatía y las experiencias de vida.

Si la respuesta era afirmativa, daban un paso hacia adelante; si era negativa, retrocedían un paso.

Las preguntas abordaron temas como el miedo a caminar solas, la carga de los cuidados familiares, la falta de reconocimiento, las violencias de pareja y los juicios sobre la apariencia.

Durante la actividad se observó que todas las participantes avanzaron, evidenciando que han experimentado de alguna forma estas situaciones. Sin embargo, la dinámica también generó momentos de empatía, risas y apoyo mutuo, permitiendo reconocer las violencias naturalizadas en la vida cotidiana y la necesidad de transformarlas desde la solidaridad.

#### Momento 3.

A continuación, se entregaron fichas con fotografías de mujeres representativas como bell hooks, Johana Bahamón, Virginie Despentes, Diana Trujillo Pomerantz, Simone Biles y Martha Lamas, junto con imágenes de las propias participantes.

Cada mujer eligió la figura con la que más se identificó y explicó las razones. Este ejercicio generó una

reflexión colectiva sobre la resiliencia, la sabiduría y la fuerza que comparten las mujeres en diferentes contextos. Muchas se sintieron inspiradas al reconocer que, al igual que estas líderes, ellas también han superado adversidades con valentía.

Momento 4.

Para cerrar la sesión, en pequeños grupos respondieron a la pregunta:

“¿De qué manera reconocemos la sororidad en este espacio y en nuestro territorio?”

A partir de esta reflexión, construyeron una figura representativa utilizando sus cuerpos, manos y objetos del entorno. Cada grupo presentó su creación junto con una breve explicación sobre su significado, resaltando la unión, el apoyo mutuo y el autocuidado como pilares del trabajo colectivo.

#### **OBSERVACIONES, COMENTARIOS, PREGUNTAS Y REFLEXIONES PEDAGÓGICAS**

Durante la sesión, se evidenció un ambiente de confianza y apertura que permitió que las participantes expresaran libremente sus ideas y emociones. A lo largo del proceso reconocieron valores como el amor propio, la espiritualidad, la creatividad y el empoderamiento mutuo.

Se destacó el crecimiento personal y colectivo logrado gracias a los espacios brindados por la Asociación desde 2024 y fortalecidos por el actual proyecto pedagógico.

Las mujeres manifestaron sentirse más seguras y motivadas para continuar construyendo relaciones basadas en la solidaridad y el respeto. Los ejercicios permitieron visibilizar la importancia de la sororidad como práctica cotidiana, reconociendo que el apoyo entre mujeres contribuye al bienestar emocional y al fortalecimiento de la comunidad.

Esta sesión fue profundamente significativa, ya que las participantes no solo reconocieron las violencias normalizadas en su entorno, sino que también reafirmaron su capacidad de transformarlas mediante el acompañamiento, la empatía y el autocuidado.

El encuentro cerró con un mensaje esperanzador: “el poder entre mujeres se teje desde el respeto, la

escucha y la unión”. Cada una de ellas se llevó la convicción de que juntas pueden generar cambios reales en sus vidas, en sus familias y en sus territorios.



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGIA  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA  
CON ÉNFASIS EN DERECHOS HUMANOS**

**PRÁCTICA – ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES #7**

**DIARIO DE CAMPO PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA**

**EDUCADOR(A) EN FORMACIÓN:** Geraldine Ruiz Pito

**CÓDIGO:** 2020253034

**FECHA:** 03/06/2025

**LUGAR DE LA SESIÓN O VISITA:**

Barrio el Paraíso- Casa de la juventud.

**OBJETIVO DE LA SESIÓN O VISITA:**

Desarrollar una sesión vivencial y participativa que promoviera el autocuidado y el cuidado integral de las mujeres a través del baile, propiciando la expresión corporal libre, la conexión emocional y la construcción de vínculos positivos dentro del grupo. La actividad buscó que las participantes reconocieran el movimiento como una herramienta de bienestar, fortalecimiento personal y conexión colectiva.

## **DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA: (Recuento detallado)**

### **Momento 1: Replicación de movimientos y ritmo**

Las participantes formaron parejas para repetir los movimientos de su compañera, inicialmente de manera exagerada para favorecer la atención y la diversión. Posteriormente, con música instrumental de fondo, siguieron los movimientos de forma sincronizada. La actividad se repitió varias veces y luego se realizó en grupos más amplios para fomentar la interacción colectiva y el trabajo en equipo.

### **Momento 2: Representación de las labores de cuidado**

Se organizaron grupos de tres o cuatro participantes y tuvieron 10 minutos para crear una actuación con música que representara cómo percibían las labores de cuidado en sus familias. Cada grupo presentó su actuación al conjunto, utilizando la expresión corporal y la creatividad para visibilizar los roles y responsabilidades que desempeñan.

### **Momento 3: Danza guiada y disfrute colectivo**

Se realizó un espacio de danza guiada en el que las participantes pudieron proponer pasos y vincular a las demás, moviéndose libremente al ritmo de la música. Esta actividad fomentó el disfrute, la expresión de emociones y la interacción colectiva, reforzando la cohesión del grupo y la sensación de apertura.

### **Momento 4: Reflexión grupal sobre cuidado y autocuidado**

Se realizó una reflexión grupal en la que se discutió la importancia de reconocer la carga de las economías del cuidado y la necesidad de espacios de autocuidado. Se enfatizó la relevancia de contar con entornos seguros que permitan la expresión emocional y la apertura al diálogo, así como la construcción de redes de apoyo para distribuir de manera más equitativa las responsabilidades de cuidado dentro de las familias y la comunidad.

## **OBSERVACIONES, COMENTARIOS, PREGUNTAS Y REFLEXIONES PEDAGÓGICAS**

Algunas mujeres mostraron dificultad o timidez al bailar, pero el espacio permitió experimentar movimientos propios y disfrutar de la música sin juicio, fortaleciendo la confianza en sí mismas y en el grupo.

Se evidenció que la carga de cuidado recae principalmente en las mujeres y que muchas no cuentan con apoyo para estas tareas, ni siquiera en la crianza de sus hijos e hijas. También se discutió el aspecto económico: los ingresos son limitados, y muchas recurren a emprendimientos propios para cubrir necesidades adicionales. La actividad permitió reflexionar sobre la desigualdad en las tareas de cuidado y su impacto emocional.

Todas participaron activamente, expresando emociones con el cuerpo y fortaleciendo la colectividad a través del movimiento. La danza permitió experimentar un espacio de liberación emocional y alegría compartida.

Las participantes comprendieron la relación entre autocuidado, cuidado mutuo y fortalecimiento de la sororidad, destacando la importancia de generar espacios de encuentro seguros y conscientes.

Esta sesión permitió visibilizar las dinámicas de cuidado y las desigualdades asociadas, al mismo tiempo que ofreció un espacio seguro para el disfrute, la creatividad y la expresión de emociones. La combinación de danza, representación y diálogo promovió la sororidad, la empatía y la construcción de redes de apoyo entre las participantes.



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGIA  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA  
CON ÉNFASIS EN DERECHOS HUMANOS**

**PRÁCTICA – ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES #8**

**DIARIO DE CAMPO PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA**

**EDUCADOR(A) EN FORMACIÓN:** Geraldine Ruiz Pito

**CÓDIGO:** 2020253034

**FECHA:** 27/09/2025

**LUGAR DE LA SESIÓN O VISITA:**

Barrio el Paraíso- Casa de la juventud.

**OBJETIVO DE LA SESIÓN O VISITA:**

Crear un álbum fotográfico colectivo que visibilizara y reconociera los saberes de cada una de las participantes, reflejando sus experiencias, trayectorias y aportes dentro del espacio comunitario. Este álbum se constituyó como un recurso para la memoria colectiva y la valoración de las prácticas cotidianas de las mujeres, fortaleciendo el sentido de pertenencia y la identidad compartida.

## **DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA: (Recuento detallado)**

### **Momento 1: Presentación de los saberes**

Cada participante trajo materiales relacionados con sus conocimientos y habilidades —lana, agujas, telas, esmaltes, pinturas, hojas, pinceles, entre otros— y los colocó en el centro de la mesa. Se realizó un recorrido colectivo para observar los materiales, y posteriormente cada mujer compartió de quién había aprendido ese saber y si le resultó fácil o difícil practicarlo.

### **Momento 2: Creación individual**

Cada participante elaboró una obra de manera individual para expresar lo que cada sesión le había generado. Las opciones incluyeron dibujos, poemas, emojis, flores, corazones u otras expresiones creativas.

### **Momento 3: Construcción colectiva de la portada del álbum**

Los elementos creados se reunieron en el centro de la mesa y, en equipo, las participantes construyeron la portada del álbum fotográfico sobre dos cartones resistentes. La actividad buscó recuperar los temas tratados durante las sesiones, fortalecer la unión del grupo y fomentar el sentido de pertenencia.

### **Momento 4: Cierre y reconocimiento**

Se agradeció la participación de cada mujer y se les invitó a convertirse en replicadoras de la sororidad y promotoras de las economías del cuidado. Se entregó un detalle simbólico como reconocimiento a su compromiso y se resaltó la importancia de continuar fortaleciendo sus saberes y capacidades, replicando los aprendizajes en sus familias y comunidades. La sesión culminó con un abrazo colectivo y una fotografía de fraternidad.

## **OBSERVACIONES, COMENTARIOS, PREGUNTAS Y REFLEXIONES PEDAGÓGICAS**

La actividad permitió visibilizar la diversidad de saberes y experiencias, promoviendo el intercambio de conocimientos y el reconocimiento de la historia personal y colectiva de aprendizaje dentro del grupo.

La mayoría de las participantes eligió el dibujo, plasmando saberes relacionados con uñas y peinados. Otras realizaron tejidos o trajeron elementos previamente elaborados. Se destacó la sensación de comodidad y seguridad, así como la oportunidad de salir de la rutina y expresarse libremente.

La colaboración grupal permitió combinar distintos saberes y estilos, reforzando la creatividad colectiva y el reconocimiento mutuo de los logros individuales y grupales. Se decidió que la portada se forrará con carpetas de lana de colores, incluyendo tejidos, dibujos y diseños de uñas realizados durante la sesión, y que en el interior se colocarán fotografías y escritos de los talleres.

Las participantes se mostraron motivadas y comprometidas a aplicar y compartir los aprendizajes, evidenciando un alto sentido de pertenencia al proyecto y un fortalecimiento de los lazos afectivos y de apoyo mutuo.

La sesión evidenció que la combinación de creatividad, reconocimiento de saberes y trabajo colectivo contribuye a fortalecer la confianza, la sororidad y las redes de apoyo entre mujeres, consolidando aprendizajes significativos que pueden trascender el espacio del taller hacia la comunidad y la familia.

**Cartilla Pedagogías Feministas Puntadas que Tejen Cuidado.**



# PUNTADAS QUE TEJEN CUIDADO

Cartilla Pedagógica desde las  
pedagogías Feministas del Cuidado.



## Puntadas que tejen cuidado

Desde la Licenciatura en Educación Comunitaria con Énfasis en Derechos Humanos y la Línea Género, Identidad y Acción Colectiva de la Universidad Pedagógica Nacional, se busca contribuir pedagógicamente en los espacios donde se realizan las prácticas de la última fase de formación como maestras y maestros. Por ello, desde la práctica pedagógica Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado, surge la propuesta de esta cartilla, que incluye ocho talleres orientados a fortalecer las relaciones entre mujeres para generar colectividad y reconociendo sus propias realidades.

La cartilla propone realizar cada taller de manera creativa, enfocándose principalmente en la sororidad y las economías del cuidado. Además, incorpora un componente de formación y acción mediante la creación de un álbum fotográfico, que permite a las participantes convertirse en replicadoras de los temas abordados en sus propios contextos.

Esta cartilla está diseñada para trabajar con mujeres de 20 años en adelante; no obstante, puede adaptarse según las características de la población.

## Marco Conceptual

Las categorías de análisis feminización de la pobreza, migración con perspectiva de género y economías del cuidado, trabajadas en el proyecto Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado con mujeres migrantes del barrio El Paraíso en Ciudad Bolívar, permiten comprender las desigualdades estructurales que atraviesan sus vidas y fundamentan los ejes pedagógicos de la cartilla, centrados en la sororidad, el autocuidado, los saberes comunitarios y la colectividad. La feminización de la pobreza visibiliza cómo las mujeres afrontan mayores limitaciones económicas debido a la desigual distribución del trabajo de cuidado y a roles de género que restringen su autonomía; la migración con perspectiva de género evidencia que las trayectorias migratorias están atravesadas por violencias, cargas domésticas y precarización laboral que afectan de manera específica a las mujeres; y las economías del cuidado permiten reconocer el trabajo doméstico, comunitario y afectivo que sostiene la vida, pero que históricamente ha sido invisibilizado y no remunerado. Estas categorías se articulan con las actividades pedagógicas de la cartilla —como la cartografía de género, la construcción de confianza, el reconocimiento de sueños y cuidados, la creación colectiva y la reflexión sobre los roles de cuidado—, las cuales ofrecen herramientas para analizar cómo estas desigualdades impactan a las mujeres migrantes y, al mismo tiempo, fortalecen sus capacidades individuales y colectivas mediante prácticas de solidaridad, reconocimiento y acción comunitaria.

# TABLA DE CONTENIDO



- 01 Bienvenida
  - 02 Cartografía de género entretejiendo
  - 03 La sororidad para tejer colectividad
  - 04 Tejiendo confianza
  - 05 Puntadas de sueños, acciones, éxitos y cuidado
  - 06 Nudo como herramienta colectiva
  - 07 Cadenetas de cuidado
  - 08 Álbum fotográfico tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado
-

# BIENVENIDA



2 horas



- Salón
- Sillas
- Marcadores o esferos
- Bombas
- Hojas



## Objetivo:

Conocer el proyecto pedagógico Tejiendo relaciones de sororidad a través de las economías del cuidado, que busca fortalecer los vínculos entre mujeres mediante prácticas colectivas y el reconocimiento de las economías del cuidado como elemento central para la construcción de comunidades.

## Momento 1:

Se dará una cálida bienvenida a todas las mujeres participantes. A continuación, cada una hará una presentación personal respondiendo a las siguientes preguntas orientadoras a las participantes:

- ¿Qué actividades disfrutas en tu tiempo libre?
- ¿Cuál es o ha sido tu mayor sueño?
- ¿Cuáles son tus expectativas respecto a este espacio?

## Momento 2:

Para fomentar un momento de interacción entre todos, se realizará un juego rompehielos llamado "La Gusanita". Las participantes se dividirán en dos grupos, de acuerdo con la cantidad de personas, y formarán dos filas. Al fondo del salón habrá dos sillas y varias bombas desinfladas. El objetivo de la actividad es que cada mujer debe ir hasta donde están las bombas, inflarlas y colocarlas en su espalda para sostenerlas. Luego, deberá recoger a una compañera, y ambas deberán mantener la bomba entre sus cuerpos mientras regresan a las sillas. Una vez allí, tomarán otra bomba y repetirán el proceso, formando gradualmente una "gusanita" con todas las participantes. (anexo 1).

## Momento 3:

Después de este momento de diversión e integración, se explicará de manera detallada en qué consiste cada sesión y cuáles son los objetivos que se buscan alcanzar. (anexo 2).

## Momento 4:

Este último momento consiste en la aplicación digital de un formulario a las participantes, que incluye preguntas relacionadas con la sororidad y la economía del cuidado.

El espacio se cierra con un agradecimiento por la participación y una invitación a la próxima sesión.

# CARTOGRAFÍA DE GÉNERO ENTRETEJIENDO



2 horas



- Papel kraft
- Marcadores, pinturas y lápices
- Pegante
- Revistas
- Vendas para los ojos
- Rompecabezas

## Objetivo:

Reconocer los espacios comunitarios y colectivos del barrio El Paraíso a partir de la identificación de los espacios seguros y las prácticas cotidianas de las mujeres en su entorno.

## Momento 1:

Las participantes votarán para elegir a una líder, cuya misión será guiarlas hasta el otro lado de la cancha.

La dinámica se desarrolla así: todas las mujeres caminarán con los ojos vendados, mientras la líder, con la vista despejada, las orienta únicamente con su voz a través de un “puente simbólico” formado por hojas de papel iris colocadas en el suelo.

Si alguna pisa fuera del puente, “caerá” simbólicamente y deberá volver al inicio para intentarlo de nuevo. Al llegar al extremo contrario encontrarán un rompecabezas con la palabra “sororidad”, que deberán armar manteniéndose vendadas hasta completar el ejercicio.

Para cerrar, cada participante compartirá cómo se sintió durante la actividad y si le resultó fácil (o difícil) confiar en su compañera.

## Momento 2:

El grupo seleccionará cinco puntos significativos dentro del territorio que funcionen como lugares de encuentro o tengan un valor especial para ellas. A continuación se realizará un recorrido por esos puntos para recopilar información y promover diálogos informales que permitan profundizar en sus prácticas, formas de vida y la relación que mantienen con el barrio.

## Momento 3:

Finalizando el recorrido y de regreso en la cancha, se realizará una construcción colectiva de la cartografía de género. Con dibujos, recortes y mapas, las participantes representarán los espacios de encuentro, prácticas y vivencias dentro del territorio.

Se plantearán preguntas orientadoras para facilitar la reflexión y la ubicación de estos elementos:

- ¿Cómo conocieron el territorio y cuándo llegaron?
- ¿Qué es lo que más les gusta y menos les gusta del barrio?
- ¿Cuáles son los espacios que más habitan y los puntos frecuentes de encuentro con otras mujeres?
- ¿En qué lugar se sienten acogidas y respetadas?
- ¿En qué espacios han podido compartir sus ideas, metas y sueños?
- ¿Encuentran lugares de cuidado dentro del territorio?

## Momento 4

Finalmente, se realizará un cierre reflexivo en grupo para compartir las sensaciones, aprendizajes y significados que dejó la experiencia, promoviendo el reconocimiento mutuo y el fortalecimiento del vínculo entre las participantes.

# LA SORORIDAD PARA TEJER COLECTIVIDAD



2 horas



- Lápices
- Esferos
- hojas
- Post-it de colores
- Cinta de enmascarar

## Objetivo:

Reconocer las relaciones personales que han marcado la vida de las participantes y las formas en que se vinculan con su entorno.

## Momento 1:

Las participantes se dividirán en dos grupos y realizarán una representación sobre cómo fueron sus relaciones en la infancia con otras personas. Podrán expresarse a través de una actuación, poema, canción u otra forma con la que se sientan más cómodas.

## Momento 2:

A cada participante se le entregarán tres post-it, cada uno de un color distinto, que representarán las relaciones que han tenido a lo largo de sus vidas, ya sean negativas o positivas:

- Rojo: relaciones fragmentadas.
- Amarillo: relaciones conflictivas que han sido transformadas.
- Verde: relaciones positivas.

Después de escribir, pegarán los post-it en los títulos que estarán colocados en los espejos del salón. Los títulos harán referencia a lo afectivo –incluyendo perspectivas positivas y negativas– para estimular la reflexión.

## Momento 3:

Luego de pegar los post-it en la pared, se iniciará una conversación grupal sobre las experiencias registradas. Las participantes reflexionarán sobre lo que esas vivencias les han generado y explorarán si han encontrado procesos de sanación a partir de ellas.

## Momento 4:

Finalmente, se realizará un cierre con las participantes, donde podrán compartir cómo se sintieron durante el espacio, qué aprendizajes se llevan y qué aspectos les resultaron más significativos de la experiencia.

# TEJIENDO CONFIANZA



2 horas



- Hojas
- Lápices
- Marcadores
- Colores

## Objetivo:

Promover el uso de la comunicación asertiva entre las mujeres participantes como una herramienta para fortalecer el diálogo, mejorar la escucha mutua y facilitar la resolución de conflictos en los espacios comunitarios.

## Momento 1

Se repartirán diferentes papeles que luego serán depositados en una caja. Cada participante escogerá uno de ellos, encontrando frases que expresan situaciones conflictivas o que generan rivalidad con otras personas (por ejemplo: “usted me cae mal”, “son mejores las mujeres”, entre otras).

Cada frase deberá ser interpretada de manera creativa, utilizando una voz que simule la de un noticiero, para representar el conflicto desde un tono lúdico y reflexivo.

## Momento 2

Posteriormente formarán parejas: cada participante deberá elegir a una persona con la que no haya tenido mucha cercanía. Ubicadas frente a frente, realizarán una actividad de comunicación asertiva.

Cada persona dispondrá de 20 minutos para contarle a su pareja una situación difícil que haya atravesado en su vida; durante ese tiempo, la otra permanecerá en silencio y se dedicará únicamente a escuchar sin interrumpir. Después de los 20 minutos se hará el intercambio: la persona que escuchó pasará a contar su propia experiencia durante otros 20 minutos.

Al finalizar ambas rondas, se sugerirá un breve espacio de 5-10 minutos para que las parejas compartan, si lo desean, cómo se sintieron en el ejercicio y qué aprendieron sobre la escucha y la comunicación asertiva.

## Momento 3

Después del diálogo asertivo, cada participante, de manera individual y creativa, realizará una frase, dibujo o palabra de motivación para su compañera. Pueden usar pinturas, marcadores u hojas para expresarse. Al terminar, entregarán su creación como agradecimiento por la escucha recibida.

## Momento 4

Luego de lo anterior, se realizará un cierre reflexivo sobre la importancia de la comunicación asertiva entre mujeres como herramienta para fortalecer los lazos de confianza, empatía y los tejidos de sororidad dentro de la comunidad.

# PUNTADAS DE SUEÑOS, ACCIONES, ÉXITOS Y CUIDADOS



2 horas



- Papeles iris
- Marcadores
- Lápices
- Esferos
- Colores

## Objetivo:

Identificar los sueños, acciones, éxitos y prácticas de cuidado que las mujeres realizan o anhelan para su vida, con el propósito de reconocer sus aspiraciones personales, su proyección hacia el futuro y las estrategias que fortalecen su cuidado integral.

## Momento 1:

Las participantes escribirán en un papel los sueños que han tenido a lo largo de sus vidas, junto con las acciones que han puesto en práctica para alcanzarlos. A continuación, anotarán los logros obtenidos y, finalmente, describirán los cuidados que practican para mantener esos logros, así como los cuidados que adoptan para sí mismas.

## Momento 2:

Con todo lo escrito, cada participante utilizará una lana de color diferente para crear una ruta visual que represente un cambio que desea implementar para alcanzar un sueño aún no concretado. En el trazo de la lana indicará las acciones que planea poner en práctica, los logros que espera obtener y los cuidados que quiere adoptar para sostener ese proceso.

## Momento 3:

Cuando hayan terminado de crear la ruta, las mujeres que lo deseen podrán pasar a explicar su recorrido, compartiendo el significado y las razones detrás de cada uno de los elementos incluidos.

## Momento 4:

Posteriormente, se realizará una reflexión grupal sobre la importancia de reconocerse en cada uno de estos aspectos –éxitos, sueños, acciones y cuidados–, y de asignarles un propósito y un tiempo concreto para su realización, fortaleciendo así su sentido de proyección personal y autocuidado.

# PUNTO ALTO HERRAMIENTA COLECTIVA



2 horas



- Papel kraft
- Marcadores
- Lápices
- Colores
- Estudios de caso
- Post-it
- Papel con preguntas

## Objetivo:

Promover el fortalecimiento del reconocimiento individual y colectivo de las participantes mediante una actividad orientada a fomentar la empatía, el respeto y la solidaridad entre mujeres.

## Momento 1:

A cada participante se le entregará un papel craft donde podrá escribir, dibujar o pintar lo que para ella representa el poder como mujer. Este ejercicio busca que cada una conecte consigo misma y reconozca su fuerza individual y colectiva, favoreciendo un ambiente de apertura y confianza en el grupo.

Se ofrecerá una breve explicación sobre el significado de este valor y su importancia en la vida cotidiana. A continuación, las cuidadoras presentarán uno o varios estudios de caso que reflejen situaciones de conflicto o desafío entre mujeres.

Seguidamente:

- Se delimitarán en el espacio dos zonas: una que represente soluciones adecuadas y otra que represente soluciones erróneas.
- Para cada estudio de caso, las participantes deberán elegir la respuesta que consideren apropiada y ubicarse en la zona correspondiente.

## Momento 3:

Se entregarán fichas con fotografías de mujeres representativas (líderes, activistas, artistas, entre otras). Cada participante elegirá la ficha con la que más se identifique y compartirá con el grupo las razones de su elección.

## Momento 2:

Las participantes se colocarán en fila sobre una línea recta. Se formularán preguntas relacionadas con el respeto, la empatía y el apoyo entre mujeres.

– Si la respuesta de la participante es positiva, dará un paso hacia adelante; si es negativa, dará un paso hacia atrás.

– La actividad continuará hasta que alguna participante llegue a la meta.

Esta dinámica permite visibilizar los distintos niveles de conocimiento sobre la sororidad dentro del grupo.

## Momento 4:

Finalmente, en grupos pequeños las participantes responderán a la pregunta: ¿De qué manera reconocemos la sororidad en este espacio y en nuestro territorio? A partir de esa reflexión, construirán una figura representativa utilizando su cuerpo, sus manos y/o algunos objetos disponibles. Cada grupo acompañará su creación con una breve reflexión sobre el significado del autocuidado.

# CADENETAS DE CUIDADO



2 horas



- Salón amplio
- Sonido
- Canciones de baile

## Objetivo:

Desarrollar una sesión vivencial y participativa que promueva el autocuidado y el cuidado integral de las mujeres a través del baile, propiciando la expresión corporal libre, la conexión emocional y la construcción de vínculos positivos dentro del grupo. Esta actividad busca que las participantes reconozcan el movimiento como una herramienta de bienestar, fortalecimiento personal y conexión colectiva.

## Momento 1:

Las participantes formarán parejas. Inicialmente, cada una repetirá los movimientos de su compañera, que pueden ser algo exagerados para favorecer la atención y la diversión. Luego se pondrá música instrumental de fondo y deberán seguir el ritmo de forma sincronizada. El ejercicio puede repetirse varias veces y, finalmente, realizarse en grupos más amplios para fomentar la interacción colectiva.

## Momento 2:

Después de este espacio, las participantes se organizarán en grupos de tres o cuatro. Tendrán aproximadamente 10 minutos para crear una actuación con música que represente cómo perciben las labores de cuidado dentro de sus familias. Esta actividad permitirá visualizar los roles que ellas desempeñan en sus entornos y la manera en que los viven en su día a día. Posteriormente, cada grupo dispondrá de 5 minutos para presentar su actuación al conjunto de participantes.

## Momento 3:

Al finalizar las presentaciones, se abrirá un espacio de danza guiada para que las participantes experimenten emociones y sensaciones de disfrute, moviéndose libremente. En esta actividad podrán proponer pasos y vincular a las demás, con el objetivo de fomentar un ambiente seguro, de confianza y participación colectiva.

## Momento 4:

Se realizará una reflexión grupal sobre la importancia de reconocer las economías del cuidado y cómo estas influyen en la distribución de las tareas dentro de las familias. Asimismo, se enfatizará la necesidad de contar con espacios de autocuidado donde las participantes puedan realizar actividades que contribuyan a su integridad emocional. En el mismo espacio se promoverá el cuidado y la protección de las demás personas, con el fin de fortalecer los lazos de hermandad y construir una red de apoyo mutuo ante necesidades futuras. Esta reflexión busca visibilizar la carga desigual que implica la economía del cuidado y fomentar un entorno más solidario, consciente y comprometido con la equidad en las tareas de cuidado.

# ÁLBUM FOTOGRÁFICO

TEJIENDO RELACIONES DE SORORIDAD A TRAVÉS DE LAS ECONOMÍAS DEL CUIDADO



2 horas



- Lana
- Agujas de crochet
- Hojas de iris
- Esferos
- Colores
- Decoraciones

## Objetivo:

Crear un álbum fotográfico colectivo que visibilice y reconozca los saberes de cada una de las participantes, reflejando sus experiencias, trayectorias y aportes dentro del espacio comunitario. Este álbum se constituirá como un recurso para la memoria colectiva y la valoración de las prácticas cotidianas de las mujeres, fortaleciendo el sentido de pertenencia y la identidad compartida.

## Momento 1:

Las participantes traerán elementos relacionados con los saberes que poseen –lana, agujas, telas, esmaltes, pinturas, hojas, pinceles, entre otros– y los colocarán en el centro de la mesa. A continuación, realizarán un recorrido alrededor de la mesa observando los materiales. Posteriormente, cada una compartirá de quiénes aprendió ese saber y si le fue fácil o difícil practicarlo, promoviendo así el intercambio y el reconocimiento de experiencias y conocimientos dentro del grupo.

## Momento 2:

A continuación, cada participante comenzará a crear, de la manera que le resulte más cómoda, una obra que exprese lo que le generó cada sesión. Pueden elegir entre diversas propuestas –flores, corazones, emojis, poemas, dibujos, u otras–, permitiendo así una expresión libre y creativa de sus experiencias y aprendizajes.

## Momento 3:

Posteriormente, se reunirán los elementos elaborados en el centro de la mesa y se iniciará la construcción colectiva de la portada del álbum fotográfico, pudiendo apoyarse en dos cartones resistentes. La idea es que las participantes la elaboren de la forma más creativa posible, trabajando en equipo. Este proceso recuperará los temas tratados y las reflexiones alcanzadas durante las sesiones, fortaleciendo el sentido de pertenencia y la unión del grupo en la construcción colectiva del álbum.

## Momento 4:

Finalmente, se agradecerá a cada una de las participantes por haber sido parte de este espacio y se les invitará a convertirse en replicadoras de la sororidad y promotoras de las economías del cuidado. Esta invitación busca contribuir al reconocimiento de su propio valor en los espacios de cuidado y fortalecer los lazos de apoyo y solidaridad entre mujeres.



ELABORADO POR  
GERALDINE  
RUIZ

DISEÑADO POR  
ZAFIRO LUX



## Anexos

1. Trabajo de grado Tejiendo Relaciones de Sororidad a través de las Economías del Cuidado.  
Universidad Pedagógica Nacional
2. Link formulario: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSchpNloQPrVz6c1Ij9-WiCMYLRvIb-AhqOS39b0elkdoqJEQ/viewform?usp=header>

