



**CUIDAR
LA VIDA**

**RECONFIGURACIÓN DE LOS CUIDADOS
Y EXPERIENCIAS DE MUJERES NICARAGÜENSES
EN EL CONTEXTO DE LA CRISIS SOCIOPOLÍTICA.
2020-2025**

Abril 2026

CUIDAR LA VIDA

RECONFIGURACIÓN DE LOS CUIDADOS
Y EXPERIENCIAS DE MUJERES NICARAGÜENSES
EN EL CONTEXTO DE LA CRISIS SOCIOPOLÍTICA.
2020-2025

Publicado por: Centro de Estudios Transdisciplinarios de Centroamérica (CETCAM).

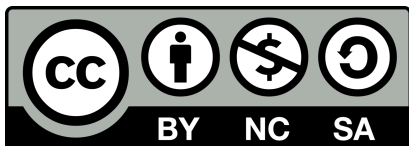
Título: Reconfiguración de los cuidados y experiencias de mujeres nicaragüenses en el contexto de la crisis sociopolítica. 2020-2025

Autor: Centro de Estudios Transdisciplinarios de Centroamérica (CETCAM).

ISBN: 978-9930-9846-6-6

San José, Costa Rica. Mayo de 2026.

Reconfiguración de los cuidados y experiencias de mujeres nicaragüenses 2020 – 2025 © 2026 by Asociación Centro de Estudios Transdisciplinarios de Centroamérica (CETCAM). is licensed under CC BY-NC-SA 4.0. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



CONTENIDOS

Presentación	4
Introducción	5
Contexto	7
Pobreza, violencia y migración: desigualdades compartidas	
La carga de los cuidados: división sexual del trabajo, pobreza y desigualdad	
Crisis de los cuidados: el cuerpo de las mujeres como espacio de absorción	
La crisis nicaragüense: represión, exilio y desmantelamiento de las redes de cuidado	
Marco conceptual	11
Ampliando miradas: tejiendo los cuidados en medio de la crisis sociopolítica 2020-2025	
Perspectivas ética, derechos humanos e interseccionalidad de los cuidados	
Las emociones como práctica política: afectividades del cuidado en contextos de crisis	
Acción política de los cuidados: cuidar y cuidarnos frente a la violencia estatal	
memoria colectiva: mujeres que cuidan y se cuidan en el tiempo largo de la represión	
Consideraciones metodológicas	18
Las nuevas dinámicas de los cuidados	21
El peso del cuidado en crisis y transformaciones en los cuidados cotidianos	
La reconfiguración de las prácticas de cuidado y las economías informales del exilio	
Cuidados en contextos de crisis sociopolítica y demanda de derechos	
Los cuidados como lugar de constitución política: subjetividad, incidencia y violencia	
Pistas para futuras estrategias	82
Bloque 1. Recomendaciones para organizaciones feministas y redes de cuidado en Nicaragua y en el exilio	
Bloque 2. Recomendaciones para la exigibilidad de derechos ante el Sistema Interamericano y otros marcos normativos	
Bloque 3. Líneas estratégicas para la sostenibilidad de la vida y la reconstitución de redes de cuidado como práctica política	
Reflexiones finales	90
Referencias bibliográficas	95

Presentación

Desde el 2022, el Centro de Estudios Transdisciplinarios de Centroamérica (CETCAM), abrió una línea de trabajo sobre los derechos de las mujeres nicaraguenses y la prevención de la violencia. En ese marco se realizaron varios estudios que dan cuenta de la reconfiguración de las violencias tanto para las mujeres que se encuentran en el exilio o en condiciones de desplazamiento forzado, como para las que permanecen en Nicaragua.

Inevitablemente, en los procesos de indagación aparecen de manera reiterada los testimonios de mujeres que muestran cómo cambiaron sus redes de apoyo y sus dinámicas de cuidado por la influencia de la crisis sociopolítica que estalló en 2018 y la pandemia por el Covid-19. La sobrecarga de los cuidados se ha incrementado y complejizado, de manera que deben emplear nuevas estrategias para enfrentar estas situaciones.

Por esa razón, CETCAM se propuso realizar un análisis sobre las nuevas dinámicas y formas de los cuidados para las mujeres nicaraguenses, como inciden en sus vidas cotidianas, en sus posibilidades de participación y cuáles las afrontan.

Los resultados del estudio “Reconfiguración de los cuidados y experiencias de mujeres nicaragüenses. 2020-2025”, revela una realidad invisibilizada pero fundamental porque sostiene las posibilidades de la vida misma para ellas, sus familias, sus vínculos vitales y sus posibilidades de participación política. Se espera que los hallazgos sirvan de insumo para abrir un debate público, especialmente entre las mujeres nicaraguenses, alimenten informes y reportes ciudadanos ante organismos internacionales, propuestas de acción para fortalecer su participación política en el proceso de transición hacia la democracia en Nicaragua.

CETCAM desea agradecer profundamente a las participantes en el estudio y a la investigadora que lo coordinó por desafiar las dificultades del contexto en que se realizó y por su contribución para visibilizar el aporte de las mujeres nicaragüenses al sostenimiento de la vida y la sociedad.

San José, mayo de 2



Introducción

Esta investigación documenta y analiza las nuevas dinámicas de los cuidados desplegadas por mujeres nicaragüenses, en su mayoría en condición de exilio, durante la crisis sociopolítica del período 2020-2025. El estudio responde a una pregunta que la represión sostenida bajo el régimen Ortega-Murillo ha vuelto inevitable: ¿qué les ocurre a las prácticas de cuidado de las mujeres cuando el Estado deja de garantizar las condiciones para sostener la vida y se convierte en perpetrador de las violencias que las amenazan?

La tesis que articula el informe sostiene que, en el período analizado, los cuidados han dejado de ser únicamente práctica reproductiva del ámbito doméstico para configurarse como campo de batalla, plataforma de subjetivación política y archivo de la memoria corporal de la resistencia. La investigación aporta una categoría central a los feminismos latinoamericanos y a los estudios críticos de derechos humanos: la ciudadanía política del cuidado, entendida como la activación de la demanda de derechos desde el lugar de quienes sostienen la vida cuando ningún Estado lo hace.

El estudio se construye sobre un corpus producido entre febrero y abril de 2026: ocho entrevistas en profundidad a mujeres cuidadoras (defensoras, activistas, feministas, políticas y referentes comunitarias, en su mayoría exiliadas en Costa Rica con vínculos transnacionales hacia Nicaragua, Honduras y otras geografías del destierro) y un grupo focal con cinco mujeres jóvenes feministas que ejercen cuidados desde la acción colectiva. La aproximación articula tres enfoques que se entrelazan en cada nivel de análisis: el fenomenológico, el feminista interseccional y el de derechos humanos, anclado en la Opinión Consultiva OC-31/25 de la Corte Interamericana de Derechos Humanos, que reconoce el cuidado como derecho humano autónomo.

Los hallazgos se organizan en tres dimensiones: la fractura cotidiana de los cuidados en los niveles individual, familiar y colectivo; la transformación material de las prácticas y la emergencia de economías informales como agencia colectiva ante la ausencia de infraestructura institucional en los países de acogida; y la constitución política de las cuidadoras como sujetas de derechos, blanco específico de la violencia estatal. Sobre estos hallazgos, el informe formula tres bloques de pistas estratégicas que apuntan a la sostenibilidad de la vida en clave política.

El documento se organiza en seis secciones articuladas: contexto, marco conceptual, consideraciones metodológicas, hallazgos sobre las nuevas dinámicas de los cuidados, pistas estratégicas para la acción y reflexiones finales. A las personas lectoras se les ofrece una cartografía interpretativa de lo que las mujeres nicaragüenses han hecho posible cuidando bajo represión: una forma de hacer política y de sostener la vida que exige reconocimiento, protección y horizontes compartidos.

Contexto

Pobreza, violencia y migración: desigualdades compartidas

La región centroamericana convive con violencias estructurales, políticas, económicas, raciales y patriarcales instaladas en la cotidianidad. Salvo Costa Rica, los países del istmo registran índices de desarrollo humano comparables únicamente con los de Haití (Rostica y Herrera Mejía, 2025). La pobreza en América Latina escaló cerca de diez puntos porcentuales en 2020 y para 2023 mejoró solo dos, con trayectorias asimétricas que precarizan a los más desprotegidos (Echeverría y Fernández, 2024). La inestabilidad política, el crimen organizado, la pobreza, las desigualdades y el cambio climático produjeron cerca de 21 millones de personas desplazadas y 9,5 millones de desplazadas internas (REDLAC, 2025); en las Américas operan 72 grupos armados, el 19 % del total mundial, con 35 millones de personas afectadas (CIRC, 2025).

La movilidad humana en condición irregular afecta de manera desproporcionada a mujeres y niñez no acompañada, segmentos que representan el 50,3% del flujo migratorio centroamericano (PNUD y OIM, 2023); Feldmann y Sturino (2024) subrayan la vulnerabilidad permanente de la población en condición migrante, expuesta a la desprotección y al limitado acceso a derechos. Las mujeres y niñez en condición de migrantes están expuestas al continuum de la violencia de género y sexual, para Piper (2005, p. 5) la “feminización de la pobreza, consolida una condición de desigualdad estructural profunda”.

ONU Mujeres y la CEPAL (2024) detallan que 121,3 mujeres por cada 100 hombres viven en hogares pobres, 1 de cada 4 mujeres no cuenta con ingresos propios y el 40,4 % de las mujeres del quintil más bajo no percibe ingreso monetario, frente al 23,3 % de los hombres. Esa imposibilidad de autonomía económica obstaculiza la salida de la violencia machista.

La carga de los cuidados: división sexual del trabajo, pobreza y desigualdad

La injusta organización social de los cuidados explica buena parte de la desigualdad que experimentan mujeres y niñas en América Latina y el Caribe; los cuidados físicos, mentales y emocionales constituyen trabajo y derecho, siendo uno de los nudos más densos de la desigualdad estructural. Las mujeres asumen de manera desproporcionada la responsabilidad de sostener la vida, carga continúa sin reconocimiento, remuneración y distribución justa (Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020; Batthyány, 2024). La rígida división sexual del trabajo sostiene la jerarquía entre lo público y el trabajo doméstico y de cuidados no remunerado, mayormente realizado por mujeres en sus hogares y comunidades (CEPAL, 2018), respondiendo a mandatos patriarcales que asignan el espacio reproductivo a las mujeres.

Las mujeres latinoamericanas destinan hasta un tercio de su tiempo semanal al trabajo no remunerado, frente a una décima parte de los hombres (CEPAL, 2023), y dedican más del triple del tiempo de trabajo no remunerado que ellos (Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020); el aumento de la participación laboral femenina no movió el aporte masculino al trabajo doméstico.

Las mujeres en hogares empobrecidos enfrentan una “doble trampa” de pobreza de ingresos y de tiempo (Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020) Las del quintil de menores ingresos dedican entre un 30% y un 60% más horas semanales a los cuidados que las del quintil más alto, sin diferencias significativas entre hombres por ingreso. Sin transferencias no contributivas del Estado, el 36,7% de las mujeres latinoamericanas no recibió ingresos propios durante 2021 (CEPAL, 2022, citada en Batthyány, 2024).

Crisis de los cuidados: el cuerpo de las mujeres como espacio de absorción

La crisis de los cuidados es estructural, no coyuntural, se manifiesta en la incapacidad social y política de garantizar el bienestar a amplios sectores cuando el modelo delega esa responsabilidad en las familias y, particularmente a las mujeres (Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020).

En América Latina, poco más de 12 millones de personas se desempeñan en trabajo doméstico remunerado; el 94% son mujeres (Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020). La ocupación condensa el cruce entre desigualdades de género, clase y raza: en Brasil el 68,4% de las trabajadoras domésticas remuneradas son afrodescendientes (Pinheiro, Lira, Rezende y Fontoura, 2019, citados en Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020), legado del régimen colonial que estableció una jerarquía aún vigente (CEPAL, 2018). Tres de cada cuatro mujeres carecen de seguridad social pese al Convenio 189 de la OIT (Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020). Comelin-Fornés, Leiva-Gómez y Garcés-Estrada (2024) documentan que las trabajadoras bolivianas migrantes en el norte de Chile enfrentan vulneraciones laborales extremas producto de la intersección entre género, clase, etnia, herencia colonial y estatus migratorio que les impide acceder a derechos laborales.

La crisis nicaragüense: represión, exilio y desmantelamiento de las redes de cuidado

La represión del gobierno de Daniel Ortega y Rosario Murillo, intensificada durante las manifestaciones antigubernamentales de abril 2018 ha desencadenado un éxodo masivo producto de las violaciones sostenidas a los derechos humanos. Entre 2017 y 2018 las solicitudes de asilo de nicaragüenses en Costa Rica crecieron un 1,376%; en 2021 Nicaragua fue el segundo país del mundo con mayor número de solicitantes de protección internacional, con más de 111,600 solicitudes nuevas (CIDH, 2019). A inicios de 2022 la población refugiada y solicitante de asilo nicaragüense en Costa Rica superaba las 150,000

personas, equivalente al 3% de la población de ese país; cerca de 600,000 personas, el 10% de la población, ha abandonado el país de manera forzada (Feldmann y Sturino, 2024).

Silva et al. (2025) sostienen que la represión y la migración forzada deben analizarse desde la perspectiva de género interseccional. El gobierno Ortega-Murillo busca silenciar a las mujeres que reportan, denuncian y registran las violaciones a los derechos humanos. El Registro Mesoamericano de Agresiones a Defensoras de IM-Defensoras (2026) ha documentado privación arbitraria de nacionalidad, exilio, represión migratoria, vigilancia y persecución por razones de género: entre 2018 y julio de 2025 registró más de 347 casos de migración forzada de mujeres, lideresas, defensoras y activistas feministas.

La represión estatal en Nicaragua desmanteló deliberadamente las redes de cuidado, colocando en alto riesgo a las mujeres que cuidan y defienden derechos. Esta destrucción de los tejidos de apoyo, agravada por el exilio y el silencio interno, muestra cómo, en contextos de violencia, el cuidado se transforma en una práctica política que convierte a las mujeres en sujetas de resistencia frente al aislamiento y el miedo. Nombrar las emociones que impulsan esta lucha (duelo, rabia, solidaridad, esperanza) permite reconstruir simbólicamente y analíticamente las redes que la violencia estatal y patriarcal intenta suprimir.

Marco conceptual

Ampliando miradas: tejiendo los cuidados en medio de la crisis sociopolítica 2020-2025

La conceptualización de los cuidados en América Latina pasó de invisibilizarse como tarea doméstica y privada a reconocerse como eje estructurante de la organización social, de la economía y de la sostenibilidad de la vida. Ese desplazamiento conceptual proviene de los feminismos regionales, que obligaron a nombrar la injusta organización social del cuidado y a reformular el vínculo entre producción y reproducción (Rodríguez Enríquez, 2012; Pérez Orozco, 2024).

Situar los cuidados en el centro y correr el eje desde la individualidad liberal hacia la interdependencia, la reciprocidad y la vulnerabilidad compartida (Pineda y Perrotta, 2024; Batthyány, 2015). Tobón (2003) permite reconocernos desde la interacción humana intencional y situada que reafirma la dignidad de quien cuida y de quien es cuidada. En esta misma lógica Patricia Lindo, señala que: *“...los cuidados deben redefinirse como prácticas concretas que regeneran cuerpos sexuados y emociones, atravesadas por afectos y desafectos, y que desde ese lugar debe cuestionarse la invisibilidad histórica del trabajo reproductivo bajo la lógica patriarcal, es decir debe correrse el eje y trazarlo hacia prácticas que sostienen la vida”* (comunicación personal, abril 2026)

Cuidar bajo violaciones a los derechos humanos, bajo el desmantelamiento producido por la Ley de Regulación de Agentes Extranjeros y bajo el exilio masivo exige espesar la categoría. Molinier y Legarreta (2016) sostienen que los cuidados son trabajo material, trabajo subjetivo y proyecto político, dimensiones inseparables cuando la crisis convierte el cuerpo de las cuidadoras en frontera de la sobrevivencia.

La economía feminista desmontó la ficción de la autonomía del sujeto productivo al mostrar que toda economía descansa sobre un trabajo de cuidado no remunerado, feminizado y estructuralmente subordinado (Pérez Orozco,

2014; Rodríguez Enríquez, 2015). Pérez Orozco (2024) propone leer la sostenibilidad de la vida como conflicto entre capital y vida que se resuelve cotidianamente en los cuerpos y los tiempos de las mujeres; Rodríguez Enríquez (2012) insiste en que el cuidado es el eslabón perdido del análisis económico. Esa crítica estructural se cruza con la ética del care de Tronto (1993), Gilligan (2009) y Molinier (2005); la articulación que propone Molinier y Legarreta (2016) sostiene esta investigación sin disolver la tensión productiva.

El período 2020-2025 funciona como tiempo específico, marcado por la profundización del autoritarismo Ortega-Murillo tras la Rebelión de Abril de 2018, la pandemia (ONU Mujeres, 2021), los procesos electorales fraudulentos de 2021, la clausura de más de tres mil quinientas organizaciones civiles, la desnacionalización masiva de defensoras, periodistas y opositoras en 2023, y la persecución sostenida de lideresas (Silva et al., 2025). Feldmann y Sturino (2024) muestran cómo la migración forzada se convierte en dispositivo de control político. Sostenemos que, en escenarios de violencia estatal, las prácticas de cuidado trascienden la supervivencia inmediata y se convierten en plataforma que constituyen el ser político de las cuidadoras e interpelan al Estado en su obligación indelegable de proteger la vida (Batthyány, 2015; Pérez Orozco, 2018; Segato, 2018).

Perspectivas ética, derechos humanos e interseccionalidad de los cuidados

Analizar los cuidados desde una perspectiva que entrelaza ética, derechos humanos e interseccionalidad permite trascender el registro descriptivo y fundamentar exigencias de transformación: identifica violaciones, reconoce capacidades políticas y evalúa políticas públicas sin perder de vista las desigualdades estructurales que organizan el reparto del cuidado (Pautassi, 2007; Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020). La ética del cuidado, en la línea de Gilligan (2009), descentra la moral del juicio imparcial para afirmar una ética de la responsabilidad hacia otros concretos; Tronto (1993) politiza esa intuición y

muestra que el cuidado es dimensión pública cuya distribución revela las jerarquías sociales. Molinier (2005) y Molinier y Legarreta (2016) integran la fenomenología del care con la crítica al trabajo reproductivo; Camps (2021) argumenta que el tiempo de los cuidados debería desplazar al tiempo productivo como referencia para organizar la vida común.

La OC-31/25 del 7 de agosto de 2025 reconoce el cuidado como derecho humano autónomo y define cinco atributos indelegables: recibir cuidados adecuados a lo largo del ciclo vital, cuidar en condiciones dignas, autocuidarse, distribución justa a cargo del Estado y prohibición de discriminación (Corte IDH, 2025). La CIM-OEA (2023) anticipó esa formulación; Pautassi (2007) sentó las bases conceptuales del cuidado como cuestión social abordable desde un enfoque de derechos; CEPAL (2022) refuerza la arquitectura con datos sobre la desigual distribución del trabajo no remunerado. La traducción jurídica abre el debate, reconociendo la tensión entre la lectura liberal-institucional y la lectura decolonial-comunitaria que advierte que el reconocimiento jurídico, no necesariamente transforma la organización social del cuidado (Cabnal, 2010; Paredes, 2011; Guzmán, 2019).

La perspectiva interseccional completa esa arquitectura. Crenshaw (1989) acuñó el término para nombrar cómo raza, género y clase se entrecruzan; Hill Collins (1990) reformula esa intuición como matriz de dominación; Cabnal (2010) aporta la clave latinoamericana de cuerpo-territorio. Comas-d'Argemir (2019) y Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo (2020) documentan la magnitud de esa desigualdad en las cadenas globales de cuidado; Carcedo, Chaves Groh y Lexartza (2011) y Gatica (2024) muestran que las nicaragüenses constituyen el sostén invisible de los cuidados en Costa Rica. En el contexto nicaragüense, la intersección entre género, condición migratoria, clase, generación y perfil político produce posiciones específicas desde las cuales se ejerce el cuidado, se lo niega o se lo reivindica como derecho.

Las emociones como práctica política: afectividades del cuidado en contextos de crisis

Una de las contribuciones más potentes para articular cuidados y acción política proviene de Ahmed (2015): en *La política cultural de las emociones* desplaza la pregunta por qué son las emociones hacia qué hacen las emociones, mostrando que se pegan a los cuerpos, circulan entre ellos y producen superficies, fronteras y adhesiones colectivas. La economía afectiva permite leer cómo el miedo, el duelo, la rabia, el odio o la esperanza operan como prácticas que modelan comunidades, alianzas y exclusiones, antes que como estados psicológicos aislados. Fernández Poncela (2011) converge desde la antropología al mostrar que las emociones son formas culturales moldeadas por una trama que incluye el mandato patriarcal del cuidado como virtud femenina; Bellelli, Leone y Curci (1999) describen la memoria afectiva como proceso psicosocial que entrelaza el recuerdo con emociones compartidas.

En el caso nicaragüense, el gobierno Ortega-Murillo utiliza las emociones como dispositivo de control: el miedo y la culpa privatizan los conflictos, convierten en asuntos personales lo que tiene raíz estructural y, así, acallan voces, cuerpos y demandas. La criminalización de las defensoras, el estigma sobre las familias de presas políticas y el señalamiento de quienes regresan o sostienen vínculos desde el exilio operan por la vía del afecto antes que por la de la ley (Silva et al., 2025).

Las mujeres cuidadoras movilizan el duelo que se convierte en alianza entre madres de detenidos y entre familiares de exiliados; la rabia se politiza en redes de denuncia transnacional; la solidaridad se traduce en dispositivos concretos de acompañamiento; la esperanza se sostiene como apuesta contra la lógica sacrificial. Sostenemos, con Ahmed (2015), Fernández Poncela (2011) y los feminismos comunitarios (Cabnal, 2010; Ramírez Domínguez, 2025), que las emociones son lenguaje político y memoria.

La crisis contiene una dimensión temporal irreductible, según Blanco (2012), en la crisis el tiempo deja de ser lineal y se organiza en capas de experiencia y

horizontes de expectativa. En Nicaragua, la crisis se extiende como tiempo largo desde abril de 2018 hacia un futuro abierto, poblado de temporalidades simultáneas, el tiempo de la represión, del exilio, del cuidado cotidiano fragmentado y de la memoria que guarda los abriles de 2018 y los duelos acumulados.

Acción política de los cuidados: cuidar y cuidarnos frente a la violencia estatal

Los cuidados ya no admiten ser pensados como prácticas naturales, privadas o intrínsecamente femeninas; tampoco el autocuidado puede reducirse a higiene emocional individualizada. Politizar los cuidados, en la formulación de Pérez Orozco (2018), implica mojarlos, des-entramarlos y emanciparlos para tejer común; Bagnato (2024) reformula desde Argentina que politizar los cuidados es repensar lo común en tiempos de desprotección, lo que exige romper con la matriz sacrificial. Esa politización se juega en tres registros: el autocuidado como subjetivación política, los cuidados comunitarios como construcción de lo común y la denuncia de los cuidados como blanco de la violencia estatal. Reconocer el cuidado de sí como práctica de subjetivación rompe con el mandato del ser-para-otros (Cadahia, 2024); Ramírez Domínguez (2025) y Ortiz-Ledesma (2020) muestra cómo articular autocuidado y lucha política como dimensiones inseparables.

Desarticular los mandatos de género requiere un proceso colectivo que descubra que lo personal es estructural (Kirkwood, 1985; di Giorgi, 2023). Los feminismos comunitarios aportan una clave decisiva, Cabnal (2010) insiste en descolonizar los cuidados desde lo común; Paredes (2011) imagina el Plan de las Mujeres como metodología del Buen Vivir; Santillana Vallejo (2026) muestra que defender el territorio y sostener la vida son la misma práctica.

En contextos de crisis los cuidados activan resistencias para recuperar derechos y garantías (Pérez Orozco, 2024); Magallón (2012) argumenta que las mujeres en contextos de violencia se colectivizan para resguardar la memoria material e

inmaterial de la vida; Díaz Reyes (2021) documenta cómo las mujeres nicaragüenses han construido subjetividades políticas feministas que desafían los marcos oficiales; Carcedo et al., (2011) muestran que las nicaragüenses en Costa Rica tejen redes transnacionales de cuidado que sostienen hogares en ambos lados. Mateo (2014), Becerra (2013) y Jelin (2007; 2020) ofrecen claves para pensar la politización del rol materno: las Madres de Plaza de Mayo, las Madres de Soacha, así como las Madres de Abril en Nicaragua víctimas de la represión activan el reclamo de derechos desde el cuidado y la memoria, sin reducir la política de las mujeres al mandato del rol materno.

Reconocemos la potencia política del rol materno cuando las propias mujeres lo politizan, y tomamos distancia de la lectura que reduzca la agencia política a la posición materna. Segato (2018) ofrece la clave de las contra-pedagogías de la crueldad para leer la violencia dirigida contra mujeres defensoras y cuidadoras en Nicaragua, como documentan el Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas (2025), IM-Defensoras (2026) y Silva et al., (2025) que reconocen el cuidado como categoría política perseguida. Demandar el derecho a cuidar y a ser cuidada transforma el contrato social al colocar la vida en el centro del debate público (Pautassi, 2007; Pérez Orozco, 2018), y las cuidadoras nicaragüenses construyen así ciudadanía del cuidado que se activa con diversas estrategias para exigir derechos, denunciar violaciones y sostener la vida.

Memoria colectiva: mujeres que cuidan y se cuidan en el tiempo largo de la represión

El sentido de la memoria no reside en el pasado, sino en los sentidos y emociones que le damos: memoria es lo que decidimos recordar y la posibilidad de rescatar del olvido a quienes han sido violentadas o marginadas. El trabajo colectivo de la memoria constituye una práctica política que articula tiempo, cuerpo y subjetividad (Jelin, 2020; di Giorgi, 2023; Ahmed, 2015). Bellelli, Leone y Curci (1999) describen la construcción de memoria colectiva como proceso psicosocial en el que el recuerdo de acontecimientos públicos se entrelaza con

emociones compartidas. En el caso nicaragüense, la memoria de las cuidadoras se organiza tanto en torno a los grandes hitos, las protestas de abril de 2018, las elecciones fraudulentas de 2021, las desnacionalizaciones de 2023, como a las pequeñas historias de sostenimiento cotidiano que hicieron posible sobrevivir a la represión.

Las mujeres que en contextos represivos cuidan y se cuidan sosteniendo la vida realizan un acto político de resistencia (Magallón, 2012; Segato, 2018). La memoria de las cuidadoras se escribe en los cuerpos, en las narraciones íntimas, en las redes de acompañamiento y en los rituales privados de quienes no pueden volver al país ni enterrar a sus muertos en el territorio propio: es una memoria subalterna en el sentido de Cabnal (2010) y Guzmán (2019), cargada de saberes ancestrales, afectivos y corporales que los regímenes buscan desactivar.

Una lectura crítica sostiene la tensión entre la memoria institucionalizada, capturada por el aparato estatal, y la memoria subalterna y corporal de las cuidadoras: la investigación trabaja ambas memorias en tensión, sin subordinar la segunda a la primera. La crisis nicaragüense 2020-2025 no tiene fecha de cierre, documentar las experiencias de cuidado en este presente es una operación política sobre el futuro, porque sin registro sistemático las violencias de género peligran de quedar fuera de procesos futuros de verdad, justicia y reparación. Cabnal (2010) y Ramírez Domínguez (2025) insisten en que el cuerpo es archivo: guarda el agotamiento del cuidar, las cicatrices de la violencia, las huellas del exilio y las formas de la alegría. Recuperar la consigna lo personal es político cierra el arco del marco conceptual.

Consideraciones metodológicas

La investigación se desarrolla desde un enfoque cualitativo feminista y situado que reconoce los cuidados como práctica social, política y relacional, y a las mujeres cuidadoras como sujetas políticas productoras de conocimiento. Parte de la crítica a la neutralidad y asume una posición ética y política comprometida con los derechos humanos y la sostenibilidad de la vida (Pérez Orozco, 2018). Articula tres enfoques: el fenomenológico, atento a la experiencia vivida en su singularidad; el feminista interseccional (Crenshaw, 1989; Hill Collins, 1990); y el de derechos humanos, anclado en la OC-31/25, que reconoce los cuidados como derecho autónomo y al Estado nicaragüense como perpetrador. El estudio adopta carácter exploratorio-interpretativo: identifica patrones, tensiones y sentidos compartidos en las experiencias de mujeres nicaragüenses cuyas estrategias de cuidado se han transformado durante 2020-2025.

La investigación combina tres técnicas. La primera: entrevistas en profundidad con duración de 1 hora, dirigida a (8) mujeres cuidadoras nicaragüenses, y una investigadora mayormente en el exilio, entrevistas realizadas en modalidad virtual usando plataformas digitales seguras. La entrevista reconstruyó cinco ejes: experiencias de cuidado en crisis y exilio, significados y transformaciones de las estrategias, desplazamientos del cuidado del ámbito doméstico al espacio público, formas de acción colectiva y exigencia de derechos, y procesos de reconocimiento como sujetas políticas. La segunda: grupo focal virtual con cinco mujeres jóvenes feministas nicaragüenses en exilio, orientado al cuidado colectivo no maternado. La tercera: revisión documental de informes sobre la situación de violencia en Nicaragua, informes internacionales de derechos humanos y producción académica feminista latinoamericana y europea sobre cuidados, ciudadanía y democracia.

Las participantes son mujeres nicaragüenses cuidadoras, en su mayoría exiliadas en Costa Rica, Honduras y Estados Unidos: madres, referentes, defensoras, activistas, feministas y políticas con cargas de cuidado cuyas estrategias se transformaron por la crisis sociopolítica y la violencia estatal

durante 2020-2025. La diversidad de perfiles, edad, situación migratoria, condición familiar, trayectoria organizativa y profesión, enriqueció el análisis interseccional. La selección operó mediante muestreo intencional con técnica de bola de nieve a partir de contactos preexistentes en el exilio: método pertinente con poblaciones bajo riesgo, el acceso se construye sobre la confianza previa y el primer contacto se realizó por canales seguros mediante mensaje cifrado o llamada en plataforma encriptada.

La estrategia de análisis es feminista interseccional, orientada por un marco interpretativo construido y validado previamente. Articula tres dimensiones: las formas y dinámicas de los cuidados en los niveles individual, familiar y colectivo; las implicaciones para la participación política; y las estrategias de afrontamiento individuales, colectivas y políticas. Sobre estas dimensiones operan cuatro ejes transversales: los cuidados como trabajo material, subjetivo y político (Molinier y Legarreta, 2016; Tronto, 1993); la injusta organización social de los cuidados leída interseccionalmente; las emociones como práctica política (Ahmed, 2015); y la corporalidad y la memoria colectiva (Cabnal, 2010; Ramírez Domínguez, 2025). El análisis se desarrolló en cuatro momentos: transcripción y codificación; análisis individual de entrevista; análisis transversal; y articulación con marco conceptual y fuentes secundarias.

La investigación se rige por una ética feminista de los cuidados que entiende el proceso investigativo como relación de responsabilidad, no como extracción de información, y opera de manera sostenida en cada decisión metodológica. Se contó con consentimiento informado verbal y condiciones de seguridad, entendido el derecho a retirarse en cualquier momento. Uso de plataformas digitales seguras acordadas, opción de no registrar audiovisualmente, uso de seudónimos y codificación, almacenamiento cifrado con acceso restringido, respeto a tiempos y silencios. Opción al anonimato dado que cada participante presenta condiciones de riesgo específicas vinculadas a su trayectoria política y visibilidad pública.

La investigación reconoce el posicionamiento de quien la conduce: una abogada nicaragüense feminista en condición de refugio en Costa Rica, con

trayectoria en investigación feminista aplicada y derechos humanos. Esa posición opera como recurso analítico que organiza el acceso al campo, la escucha y la responsabilidad ética con las participantes; la condición compartida del exilio permite captar dimensiones de la experiencia, los códigos del miedo cotidiano, las inflexiones de la nostalgia y los silencios que protegen a quienes permanecen, inaccesibles desde una posición exterior. El número acotado de testimonios no pretende representar a la totalidad de las mujeres nicaragüenses cuidadoras; las experiencias interseccionales de mujeres migrantes afrodescendientes urbanas y empobrecidas requieren investigaciones específicas. Los saberes producidos son conocimientos situados, parciales y comprometidos, cuya validez proviene de la honestidad con que reconocen su lugar de enunciación, la calidad de la escucha y la fidelidad del análisis a las voces que lo sustentan.



**LAS NUEVAS
DINÁMICAS DE LOS**

CUIDADOS

REPUBLICA DE NICARAGUA



El peso del cuidado en crisis y transformaciones en los cuidados cotidianos

La crisis sociopolítica nicaragüense reconfiguró las estructuras políticas del país y, desde adentro, la organización cotidiana de los cuidados. Las narrativas reunidas en esta investigación muestran que el período 2020-2025 produjo una ruptura en los tres niveles donde los cuidados se sostienen: el individual, el familiar y el colectivo. En cada uno, la represión Ortega-Murillo, el desplazamiento forzado y la precariedad en el exilio reorganizan desde la raíz los modos en que las mujeres cuidan, a quién cuidan, con qué recursos y a qué costo. Leer esa ruptura en clave material, subjetiva y política (Molinier y

Legarreta, 2016) permite situarla como trama donde trabajo concreto, disposición afectiva y proyecto político se vuelven inseparables bajo el tiempo largo de la represión.

Las experiencias del cuidado documentadas no son uniformes. Las condiciones de las mujeres exiliadas en Costa Rica, de quienes permanecen dentro de Nicaragua y de quienes atraviesan la frontera de formas diferenciadas producen trayectorias que el análisis interseccional no homogeneiza (Crenshaw, 1989; Hill Collins, 1990; Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020). Comparten, eso sí, la centralidad del cuidado como práctica para sostener la vida en contexto de crisis y violencia estatal (Pérez Orozco, 2024; Rodríguez Enríquez, 2012) y la injusticia de esa centralidad que descansa sobre los cuerpos feminizados.

El autocuido: entre el mandato del sacrificio y la práctica de subjetivación política

El autocuido ocupa en esta investigación un lugar analíticamente ambivalente. Aparece como aspiración nombrada, como práctica interrumpida, como derecho reconocido pero sistemáticamente postergado y, en algunos casos, como acto de resistencia política deliberada. Ninguna de las entrevistadas describe el autocuido como práctica estable, accesible y sostenida en el tiempo. La ausencia ofrece la evidencia más concreta de la injusta organización social del cuidado (Pautassi, 2007; Valenzuela, Scuro y Vaca Trigo, 2020) en condiciones de crisis agudizada y sostenida.

El mandato patriarcal del ser-para-otros (Cadahia, 2024) borra a la sujeta cuidadora de su propio campo de atención. Una mujer miskita en condición de exilio forzado lo formula sin necesidad de glosa.

"Yo estoy para mis hijos, todo el tiempo estoy para ellos, digamos así. Y no, para mí misma no tengo tiempo. Yo de día y noche estoy para mis hijos".

(Luz, comunicación personal, marzo de 2026)

La intersección entre condición de mujer indígena miskita, aislamiento del exilio, ausencia de ingresos propios y desaparición de redes familiares de apoyo en Costa Rica profundiza esa postergación hasta hacerla constitutiva de la cotidianidad (Hill Collins, 1990; Cabnal, 2010). Pautassi (2007) identifica ahí el nudo central de la injusta organización social del cuidado: el cuerpo de la mujer cuidadora se convierte en el recurso más disponible y el menos protegido.

La experiencia de otra entrevistada, exiliada en zona rural con dos hijas pequeñas y una agenda que combina trabajo agrícola colectivo, estudios universitarios y maternidad sin red familiar, reproduce esa lógica desde una posición de clase y territorialidad diferente.

"La situación es muy complicada, porque tenemos muchas responsabilidades y una presión económica encima, entonces al menos yo siento que no he tenido la facilidad de pensar en el autocuido. Sí se ha permitido estos días la ocasión, pero por condiciones de salud, he estado enferma, pero no porque haya sido una elección de dedicarme ese tiempo para mi cuidado".

(Teo, comunicación personal, marzo de 2026)

La distinción que introduce la entrevistada es analíticamente precisa: el descanso de esos días no fue elección sino consecuencia de la enfermedad. El cuerpo impone la pausa que la mujer no puede concederse. Ramírez Domínguez (2025) señala que el autocuido en contextos de violencia y precariedad no se reduce a prácticas individuales de bienestar; exige condiciones estructurales que en este caso no existen.

Otra entrevistada, madre soltera con una hija y un hijo en edades muy distantes, combina trabajo agrícola colectivo, emprendimiento productivo y activismo político. La acumulación no deja espacio para el cuidado de sí. Reconoce el valor del autocuido sin acceder a él: ***"Sería bueno ponerme a pensar en esa parte de mi cuidado, pero no siempre es posible"***. El condicional registra la distancia

entre el reconocimiento de una necesidad estratégica y las condiciones materiales que harían posible satisfacerla.

Lo que sí ha podido sostener es la atención psicológica, que ella nombra como transformadora: ***"He tenido espacios de atención psicológica a los que me han invitado, y creo que eso me ha ayudado mucho, fíjese, mucho, mucho me ha ayudado, porque cargo con dolores no sanados"***. Colocar la salud mental en el centro de la vida sostenible es, en términos del marco, un acto político que interpela la lógica sacrificial impuesta por el patriarcado y por la represión estatal nicaragüense en relación con el activismo (Pérez Orozco, 2019; Precarias, 2008).

La paradoja del autocuido como práctica consciente pero irrealizable se resuelve de otra forma en algunas entrevistadas. Una con formación en psicología, que elabora reflexivamente sus dinámicas, ha construido una disciplina de autocuido activo: camina o corre una hora diaria, sostiene terapia psicológica y ha tomado decisiones deliberadas de priorizarse como condición de sostenibilidad personal y política. Esa hora se financia con horas de sueño robadas al propio cuerpo.

"Hasta dedicarnos tiempo a nosotras significa sacrificar otras cosas, porque entonces yo tengo que sacrificar horas de sueño para poder tener esa mañana tranquila que me permite un día más sereno en medio de todo el trajín".

(Nydia Elisa, comunicación personal, marzo de 2026)

El tiempo propio no se conquista como derecho: se sustrae de otro tiempo que también le pertenece. No hay excedente que distribuir, todo es déficit; por ello es importante *"...cuestionar e identificar la pobreza de tiempo que tenemos las mujeres en medio de los cuidados, es clave para transformar las pérdidas..."* (Entrevistada Patricia Lindo, comunicación personal, abril de 2026). Mientras las condiciones materiales no cambien, el autocuido operado desde esa lógica permanece inscrito en la racionalidad sacrificial que intenta cuestionar

(Cadahia, 2024). El período de máxima sobrecarga corresponde al emprendimiento gastronómico que la entrevistada sostuvo tras su exilio. La crudeza con que narra ese deterioro recoge un dato que vale conservar.

“Yo no me daba cuenta lo abandonadísima que estaba, porque funcionaba en automático. Era despertarme, bañarme, ir a cocinar, pasar ahí 10 horas, salir, ducharme, empijamarme, ver al niño, las cositas de la casa y repeat, volver a empezar. Yo ni me peinaba, porque yo decía, aparte, debo tener el pelo metido en esa gorra de cocina. El abandono fue total y yo no me daba cuenta en esos momentos... eso es impresionante”.

(Nydia Elisa, comunicación personal, marzo de 2026)

Molinier y Legarreta (2016) teorizan ese fenómeno como invisibilización de la sujeta cuidadora bajo el peso del trabajo de cuidado: la mujer que cuida desaparece de su propio campo de atención, en cumplimiento del ser-para-otros. Segato (2018) permite leer el paradigma actual de explotación como producción de cuerpos vaciados y expropiados de aliento vital. La recuperación que describe Nydia Elisa fue activa y deliberada: terapia psicológica, disciplina corporal y decisión explícita de priorizarse como mujer. No la lee como bienestar individual sino como condición de posibilidad para seguir siendo mujer, emprendedora, madre, comunicadora y agente política (Cadahia, 2024).

Una entrevistada de mayor trayectoria en el activismo ofrece un contraste generacional y político de particular densidad. Con décadas de trabajo feminista sobre los cuidados como derecho y sobre el autocuidado como práctica organizativa, llega al exilio sin acceso a los recursos que en algún momento ella contribuyó a construir para otras mujeres. Su práctica sostenida en el exilio es el cuidado personal cotidiano como actividad deliberada.

"Yo no tengo que ir a algún lado para arreglarme, porque la seguridad, la autoestima y el amor propio para mí han sido asuntos que cultivé desde siempre, es parte de mi forma de estar, lo aprendí desde hace mucho tiempo. Es mantenerte en actividad, caminar me mantiene vinculada a la gente, a la vida, a tener metas, aunque esté en el exilio".

(Eugenia, comunicación personal, marzo de 2026)

Esa práctica se sitúa en la dimensión subjetiva del cuidado como movilización de disposiciones corporales y saberes experienciales (Molinier y Legarreta, 2016) y funciona como afirmación de continuidad identitaria frente al vaciamiento que el exilio produce (Ramírez Domínguez, 2025). Reconocerla así evita dos lecturas equívocas: reducirla a bienestar privado y descalificarla como práctica menor frente a la acción colectiva. El arreglo de sí, cuando se inscribe en una biografía política, opera como umbral de subjetivación que mantiene vivas las condiciones mínimas de agencia (Cadahia, 2024).

En el grupo focal, en el que participaron mujeres jóvenes activistas y feministas que no maternan pero cuidan colectivamente, lo que emergió respecto del autocuido no fue un inventario de prácticas individuales sino un debate conceptual y político sobre su naturaleza. Se produjo una teoría colectiva del autocuido que excede la suma de las posiciones individuales. Una participante formula la posición que las otras suscriben con matices: ***"Para mí el autocuidado es un acto político. Es un acto político de resistencia ante el sistema que nos quiere explotar constantemente y que nos roba el derecho al ocio. Y el derecho humano a la recreación, a ser nosotras desde el no hacer sin culpas propias o de otras"*** (Mey Peyote, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026).

Otra participante del grupo focal liga el autocuido a la crítica del capitalismo productivo que atraviesa los cuerpos y los espacios del activismo feminista:

"El autocuidado es ese espacio donde nos podemos permitir hacer una reflexión sin tener que hacer nada. Vivimos en un mundo que está constantemente celebrando el sacrificio, el autosacrificio, reforzando esta idea de la autoexplotación laboral en la que caemos también muchas de nosotras al ser activistas. Como estamos en tiempos tan convulsos, sentimos que cada minuto cuenta y cada minuto que tengamos deberíamos de estarlos dedicando a esto".

(Olguita, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026)

La observación converge con la lectura subversiva feminista de la economía de Pérez Orozco (2018), para quien politizar los cuidados implica reconocerlos, recorrerlos críticamente para des-entramparnos y emanciparnos, y desde otros lugares tejer espacios comunes que se alejen de la celebración constante del sacrificio, resistiendo el mandato que se reedita en todas las dimensiones de la vida de las mujeres y, como muestra el testimonio, también desde los propios activismos y desde las propias organizaciones feministas. Ortiz-Ledesma (2020) invita a reconfigurar desde adentro los espacios y la acción colectiva feminista para no perder de vista el bienestar propio y para construir territorios colectivos que desafíen los dispositivos sacrificiales sobre los cuerpos.

La politización del autocuido, que los feminismos comunitarios han elaborado desde la perspectiva del cuerpo-territorio (Cabnal, 2010; Ramírez Domínguez, 2025), no es abstracta: emerge de la experiencia concreta de mujeres que vieron cómo la represión y el exilio dismantelaron los espacios que hacían posible el cuidado de sí. Otra participante introduce una distinción del autocuido como acto revolucionario sin culpa, proponiendo la renuncia a estar disponibles siempre y para todo. Una práctica descolonizadora que se desplaza de la autopreservación como emergencia hacia el autocuido como práctica reflexiva de florecimiento.

"El no hacer nada, el poder descansar, el poder hacer algo que me permita disfrutar y conectar con la alegría, con el amor, con las demás personas, con la naturaleza. El cuerpo está más allá de lo corporal, alimentarnos es también alimentarnos desde otros lugares como la diversión y el placer, poder tener espacio de desconexión. Quiero decir que el cuidado también me permite reconocer que no hacer nada y el no servir a las demás personas también debe ser un acto revolucionario y de no culpa, para mí es florecer".

(Alejandra, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026)

La narración de Alejandra pone piel e historia al deseo del tiempo y el espacio propio (Precarias, 2008), viviéndolo desde el no hacer sin culpas y desde un cuerpo-territorio políticamente radical que florece y escapa, al menos por momentos, de la estructura de precariedad que refuerza las prácticas violentas que recaen sobre cuerpos históricamente marginados (Julián-Vejar, 2021).

Una de las mujeres madres entrevistadas describe el autocuido como un momento umbral. No ha sido posible sostenerlo como práctica pero llega a reconocerlo como necesario: *"Creo que no tomo mucho tiempo para mí. Pero podría decirse que estoy comenzando, al menos apalabrarlo, reconocer que necesito tener tiempo para mí y recuperarme"* (Chilo, comunicación personal, marzo de 2026).

El apalabrarlo es el primer movimiento de subjetivación política que el autocuido feminista requiere, porque dar nombre a lo que el cuerpo y la mente necesitan ya es resistencia frente a la lógica patriarcal y capitalista del sacrificio que durante años mantuvo a las mujeres postergadas (Cadahia, 2024; Kirkwood, 1985; Ramírez Domínguez, 2025). Ese umbral de nombramiento, antes que la práctica consolidada, constituye el hallazgo dominante: las mujeres entrevistadas reconocen el autocuido como derecho y como necesidad con claridad política, pero las condiciones materiales del exilio obstaculizan sistemáticamente su ejercicio sostenido.

El conjunto de las entrevistadas evidencia que el autocuido no fracasa por ausencia de conciencia política ni por falta de voluntad. Fracasa porque las condiciones de una ciudadanía precarizada han eliminado las condiciones materiales que lo harían posible, condiciones destruidas sistemáticamente por la acumulación de las crisis, el desplazamiento forzado y la precarización económica en el exilio.

La pérdida de las redes familiares y comunitarias que en Nicaragua sostenían el cuidado cotidiano, la obligación de sostener múltiples fuentes de ingreso para cubrir un costo de vida incomparablemente mayor al conocido, la ausencia de servicios de cuidado infantil accesibles, la imposibilidad de acceder a atención psicológica que los programas de protección no alcanzan, y el peso permanente de cuidar a otras personas sin que nadie cuide a quienes cuidan, configuran un escenario donde el tiempo, la energía y los recursos que el autocuido requiere fueron consumidos antes de que pudiera ejercerse.

La precariedad opera como dispositivo que suprime el acceso al autocuido para la gran mayoría de las mujeres cuyas voces sostienen esta investigación, con independencia de su edad, trayectoria política o nivel de conciencia sobre el derecho que les asiste.

Un elemento transversal que atraviesa todas las voces es la salud mental. No emerge como componente accesorio del autocuido sino como su núcleo más exigente y el que las condiciones del exilio más sistemáticamente niegan. Crisis de ansiedad, depresión, insomnio, estados de alerta permanente que no ceden aunque el peligro inmediato haya disminuido, culpa, duelos por las pérdidas e incertidumbre sobre lo que vendrá atraviesan los cuerpos de las entrevistadas y reclaman una respuesta que no se agota en la conversación entre amigas ni en el descanso ocasional. Reclaman diagnóstico, acompañamiento psicosocial sostenido y, cuando se requiere, medicación y condiciones de cuidados particulares.

Una comprensión del autocuido feminista que excluya la salud mental en su dimensión integral, que no reconozca que cuidar el cuerpo y la mente en condiciones de exilio y represión es una necesidad estructural y no una opción

personal, reproduce la lógica que critica: la que convierte a las mujeres en recursos inagotables al servicio del cuidado de otras personas sin garantizar las condiciones para sostenerse a sí mismas (Ramírez Domínguez, 2025; Tronto, 1993).

La experiencia de las entrevistadas se configura desde la negación de la condición de ciudadana del Estado de Nicaragua mediante la persecución y el destierro, y desde el Estado de acogida que niega mediante la informalidad estructural de la vida cotidiana. En ambas dimensiones las mujeres exiliadas quedan situadas en lo que Pérez Orozco (2018) nombra como régimen político de precariedad, donde la sostenibilidad de la vida no cuenta con redes porque han sido desmanteladas por la represión, donde las familias no están en el país de acogida y donde los ingresos en el exilio son limitados, justo cuando las condiciones políticas reclaman mayor sostenibilidad.

En este escenario, el derecho al autocuidado no se formula como capacidad individual de las mujeres para encontrarse tiempo: opera como exigencia política. Al Estado nicaragüense se le exige, en clave de verdad, justicia, reparación y no repetición, la reparación de los daños producidos por el desmantelamiento de las redes de cuidado, conforme a los estándares de la Opinión Consultiva OC-31/25 de la Corte IDH. Al Estado costarricense, en términos de cumplimiento sustantivo, no meramente formal, de las obligaciones que la Convención sobre el Estatuto de los Refugiados y la Convención Americana sobre Derechos Humanos imponen respecto de la población en condición de refugio, lo que incluye el reconocimiento del derecho al cuidado autónomo de quienes sostienen, desde sus cuerpos, la sobrevivencia de poblaciones enteras.

La sección sobre el autocuidado se cierra con una toma de posición que excede el registro descriptivo. La crítica al autocuidado banalizado que recorre estos hallazgos opera como intervención política contra la economía moral del neoliberalismo, esa que insiste en que cada quien debe procurarse las condiciones para vivir una vida digna en los márgenes que el sistema le concede. En esta investigación esos márgenes son producidos por decisiones

estatales concretas y, por tanto, exigibles como deuda jurídica y política, no como aspiración personal de las mujeres. Documentar las prácticas de autocuido de las mujeres nicaragüenses exiliadas no significa contabilizar carencias ni celebrar resiliencia: nombra el incumplimiento que las produce, devuelve a las entrevistadas la condición de sujetas políticas titulares de un derecho cuya garantía corresponde a los Estados que han fallado en proveerlo.

El cuidado familiar: reorganización, ruptura y cuidados a distancia

El cuidado en el ámbito familiar es el nivel donde la crisis sociopolítica produjo las transformaciones más visibles y materialmente pesadas. La represión Ortega-Murillo, el exilio masivo de más de 600.000 personas (Feldmann et al., 2024) y la pandemia de COVID-19 actuaron en simultáneo sobre estructuras familiares que ya cargaban con la desigualdad interseccional de género en la distribución de los cuidados. El resultado es una reconfiguración forzada de las responsabilidades domésticas. Las narrativas la describen con una consistencia que no admite lecturas individuales: se trata de un patrón estructural con variaciones determinadas por la situación migratoria, la condición de maternidad, el acceso a redes familiares y la trayectoria política de cada mujer entrevistada (Carcedo et al., 2011; Valenzuela et al., 2020).

La figura de la madre sola en el exilio sin red de apoyo expresa la forma más aguda de esa reconfiguración. Una entrevistada llegó a Costa Rica con dos hijos menores de edad, que hoy, ya son adolescentes, sin familia, sin amistades y con persecución política activa.

"Aquí en Costa Rica estás sin tu familia, sin amigas. No tenés una casa propia. Hay que seguir trabajando para poder pagar el alquiler, pagar facturas, pagar comida. Y sin red de cuidado, de apoyo, porque estás sola. Y si logras tener amistades, pues cada una anda como decimos rebuscándose la vida y poder sobrevivir".

(Chilo, comunicación personal, marzo de 2026)

Bajo estas condiciones, el cuidado familiar descansa sobre un solo cuerpo, sin puntos de apoyo externo y sin la corresponsabilidad que el hogar en Nicaragua, con todas sus imperfecciones, distribuía al menos parcialmente entre la familia extendida. El Estado costarricense no compensa esa ausencia. Gatica (2024) documenta cómo los dispositivos de protección social descuidan a las mujeres migrantes ocupadas en trabajos de cuidado y trabajo doméstico remunerado, y reproducen en el país de acogida la misma invisibilización que la economía feminista ha denunciado en los países de origen (Pérez Orozco, 2014; Rodríguez Enríquez, 2015).

Otra entrevistada reorganiza su vida cotidiana en una jornada triple que condensa la injusticia distributiva del cuidado en condiciones de exilio.

"Ahorita estoy, como dicen, full siendo ama de casa, pero también estoy para la tierra, aquí rentamos una finca con otros campesinos. Y hay que estar pendiente de ese trabajo, de cuando se levantan las cosechas. También tengo un emprendimiento donde elaboro algunos productos nicaragüenses. Y apoyo a otras personas en la organización campesina y les referimos a otras organizaciones para que les ayuden con la cita migratoria, renovación de citas y otras gestiones. La verdad que a veces el día ni le da a una para tantas cosas".

(Ángela Nuriz, comunicación personal, marzo de 2026)

Molinier y Legarreta (2016) establecen que los cuidados como trabajo material implican esfuerzo físico, tiempo concreto y recursos disponibles o ausentes, y que producen valor económico aun cuando no sean remunerados. La cartografía de esa jornada demuestra empíricamente que el trabajo de cuidados, sin sistema de corresponsabilidad, destruye el tiempo disponible para cualquier otra cosa. Rodríguez Enríquez (2012) refuerza ese punto: se trata del eslabón perdido del análisis económico, un trabajo que produce valor y que, sin embargo, es expulsado de las categorías con las que se mide la economía y la ciudadanía.

El cuidado a distancia introduce una dimensión específica de la crisis nicaragüense que no se reduce a las categorías generales de la migración internacional. Cuidar desde el exilio a personas que permanecen en Nicaragua implica gestionar la vulnerabilidad propia y la ajena bajo condiciones de vigilancia, persecución y miedo. Para dos de las entrevistadas ese cuidado a distancia adquiere formas extremas, incluida la imposibilidad de acompañar duelos familiares.

"Yo quiero salir a buscar trabajo para poder ayudar más a mi mamá que está en mi comunidad en Nicaragua, pero no puedo porque con los niños, no puedo... no hay quien los cuide... hablo por celular con mi mamá todos los días, está enferma, y sé que lo que le mando [dinero] es muy poco, entonces me hace falta bastante el trabajo".

(Luz, comunicación personal, marzo de 2026)

"Estando aquí fallecieron... En 2021 falleció mi papá, en 2022 mi mamá, después tenía un tío que era como un segundo padre, y también falleció en el 2023. Entonces parte de las redes que más me apoyaban en Nicaragua se terminaron, desaparecieron y no pude siquiera estar para acompañar".

(Ángela Nuriz, comunicación personal, marzo de 2026)

El exilio impone la imposibilidad de acompañar a las personas queridas en los procesos de enfermedad y muerte. Ahmed (2015) lee las emociones como prácticas culturales y políticas que circulan entre los cuerpos y producen adhesiones y exclusiones colectivas. En estos testimonios, el duelo excede lo personal: nombra el duelo de una generación de mujeres nicaragüenses exiliadas que perdieron a familiares y referentes afectivos sin poder despedirse ni acompañar. Ese duelo no procesado se inscribe en los cuerpos y en las subjetividades, de modo que cualquier análisis sobre el autocuido debe interrogar los muchos duelos retenidos (Cabnal, 2010; Ramírez Domínguez, 2025; Batthyány, 2024).

Una entrevistada señala que los roles de cuidado también se han invertido. Durante más de cuatro décadas sostuvo económica y emocionalmente a cientos de mujeres en los albergues de protección frente a la violencia machista; ahora, en el exilio, depende de una pequeña red familiar para sobrevivir.

"Si no ha sido por mi pequeña familia aquí, yo pude haber muerto, producto de la enfermedad que tuve; si ellos a mí no me han mantenido durante mis primeros dos años de exilio, yo no hubiera podido sobrevivir solita en este país con semejantes barbaridades de salud que tuve; no hubiera podido ni con la vida diaria".

(Eugenia, comunicación personal, marzo de 2026)

Esa inversión, que la entrevistada narra con lucidez política, también constituye un dato estructural. El exilio no distribuye sus impactos de manera uniforme. La posición de las mujeres adultas mayores con trayectoria política intensa las expone a vulnerabilidades específicas que las políticas de protección social y humanitaria rara vez contemplan (Silva et al., 2025). Para quienes no disponen de familia en el país de acogida, el aislamiento se convierte en amenaza para la salud y la vida, como muestra la experiencia que la misma entrevistada relata sobre cuatro compañeras defensoras nicaragüenses exiliadas que organizan llamarse entre sí cuando llevan horas sin hablar con nadie.

La intersección entre exilio, género, clase y posición generacional produce, en el ámbito familiar, posiciones radicalmente distintas (Crenshaw, 1989; Hill Collins, 1990). Sólo una de las entrevistadas logró reagrupar a su familia nuclear en Costa Rica y cuenta con una red familiar inmediata que opera como soporte real del cuidado cotidiano. Aun en esa condición relativamente más favorable, la acumulación de trabajo durante el período de mayor sobrecarga le produjo un abandono de sí que ella misma documenta en sus palabras. La presencia de la familia extensa mejora las condiciones materiales del cuidado familiar pero no resuelve la feminización de la carga ni la invisibilización de la sujeta cuidadora cuando el trabajo no se redistribuye.

La crítica que una entrevistada formula sobre la ONGización de la solidaridad completa el panorama desde otro ángulo. Señala los límites de una institucionalización del cuidado que, cuando opera con lógicas burocráticas y estatales, puede inhibir las prácticas que sostienen la vida de personas en movilidad forzada e irregular producto de la represión en Nicaragua. Lo cuenta desde una comprensión del cuidado como solidaridad familiar: *"El cuidado es un acto de amor, y así recibí a una abuela con sus nietos; cuando busqué ayuda con ACNUR, me dijeron que era delicado porque no tenían documentos, obvio, no los tenían porque salieron de manera irregular, huyendo del régimen, pero yo no podía dejarles, es como dejar a la familia en soledad"* (Violeta, comunicación personal, marzo de 2026). Esa tensión entre institucionalidad humanitaria y cuidado comunitario revela los puntos ciegos de una arquitectura de protección que, al codificar la regularidad migratoria como condición de acceso, produce nuevos circuitos de desprotección precisamente donde el cuidado se vuelve más urgente (Gatica, 2024).

El cuidado colectivo: redes desmanteladas y nuevas formas para sostener la vida

La fragmentación de las redes de cuidado colectivo es uno de los impactos políticos más deliberados y sistemáticos de la represión Ortega-Murillo. El tejido que sostenía y articulaba los cuidados más allá del hogar, organizaciones de mujeres, espacios comunitarios, colectivos feministas y redes territoriales, fue desmantelado mediante la cancelación de personerías jurídicas, la criminalización de los liderazgos femeninos y el exilio forzado de quienes los animaban. Esta destrucción no es colateral al autoritarismo: integra una contrapedagogía de la crueldad (Segato, 2018) que enseña, habitúa y programa a los sujetos a transmutar lo vivo en cosa, y cuya eficacia depende de quebrar los tejidos donde la vida se sostenía.

El Registro Mesoamericano de Agresiones a Defensoras de Derechos Humanos de IM-Defensoras (2026) documenta entre 2018 y el 31 de julio de 2025 un total de 347 desplazamientos de activistas y defensoras feministas en Nicaragua: 95

corresponden a desplazamientos internos y 252 a internacionales. Se trata de mujeres vinculadas con acciones de los cuidados en el contexto de la represión política. El registro contabiliza también 84 casos de desplazamiento de familiares de activistas por riesgo de detenciones inminentes, desapariciones forzadas y criminalización por ser consideradas opositoras al gobierno. Silva et al., (2025) sistematizan ese patrón sostenido de persecución desde una lente de género y reconocen el activismo de los cuidados como categoría política perseguida y criminalizada. Lo que las narrativas documentan es la destrucción deliberada de las infraestructuras colectivas de redes de cuidado, gestionadas por mujeres y feministas, como estrategia de control político (Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas, 2025).

Las consecuencias de esa destrucción se expresan de manera diferenciada según el país de acogida y la trayectoria organizativa de cada mujer. Una entrevistada exiliada en Honduras sin comunidad nicaragüense de referencia nombra la pérdida de la red excediendo la descripción de una ausencia.

"El carecer de tendido, de la pérdida de tu red, es fuerte. Ese es un asunto que no padecen los que están en Costa Rica, porque tienen o han construido amistades, sostienen reuniones, encuentros, cenas, pero yo no tengo nada de eso, mi red, mi tejido no se solo se fragmento es que desapareció".

(Violeta, comunicación personal, marzo de 2026)

Las redes no se debilitaron: fueron destruidas. La única figura de arraigo cotidiano en el país de acogida de la entrevistada es doña Jessica, una mujer vendedora de frutas del barrio con quien comparte agua de coco y conversaciones largas que permiten intercambiar historias de vida y construir tejido desde las emociones cotidianas. No es una compañera política ni una profesional del sector: es una mujer que escucha y comparte la vida. Esa amistad transversal, que cruza clase, actividad y mundo político, es una forma de arraigo renovado que opera fuera de las redes formales del activismo. Las redes afectivas informales forman parte constitutiva de las economías del cuidado que sostienen la vida cuando las estructuras formales han desaparecido (Pérez Orozco, 2024).

En Costa Rica, la reconstrucción de redes de cuidado colectivo es posible aunque no automática. Una de las entrevistadas describe el mecanismo por el que la solidaridad se vuelve escasa: las personas disponibles también están absorbidas por las mismas demandas de supervivencia.

"Aquí es difícil colectivizar el cuidado porque cada quien anda en su supervivencia, en sus asuntos. Yo tengo amistades, pero ellos también tienen sus familias, también tienen sus hijos, también tienen que moverse para ver cómo sobrevivir, cómo estar aquí, cómo pagar la renta y la comida".

(Ángela Nuriz, comunicación personal, marzo de 2026)

Odette, en el grupo focal, agrega la dimensión del tiempo como condición estructural limitante: ***"...en Costa Rica, existe la necesidad de sostener múltiples fuentes de ingreso para sobrevivir y eso consume tiempo que en ocasiones impide dedicar a la atención y acompañamiento de los cuidados de lo colectivo, es difícil quedar con otras"*** (Odette, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026).

La solidaridad no desaparece: se vuelve eventual, dependiente de las posibilidades del tiempo y del margen mínimo que la precariedad permite. La organización campesina emerge como espacio de cuidado colectivo. Cuando uno de sus miembros llega al exilio en Costa Rica sin recursos ni documentos, el colectivo le busca alojamiento, le ofrece alimentación y le acompaña en la gestión del refugio. El trabajo organizado se activa como dispositivo de acceso a servicios humanitarios y como práctica de sostener la vida en clave comunitaria (Cabnal, 2010; Santillana Vallejo, 2026).

Una entrevistada exiliada en una zona rural de Costa Rica ilustra una forma elaborada de reconstrucción del cuidado colectivo. Un grupo de mujeres nicaragüenses ha logrado construir desde cero una infraestructura de vida compartida: casas propias, seguridad alimentaria, compra y crianza de ganado, siembra de tubérculos y vegetales.

"La presión de tener hijos te hace crear tantas alternativas, como crear más soluciones que desafíos. Al menos nosotras, el grupo de catorce mujeres campesinas, ya tenemos nuestras casas. Y ver a nuestros hijos que ahora bajan del autobús orgullosos de sus casas cuando vienen de la escuela, te alegra, te motiva, porque vas viendo que el esfuerzo va permitiendo cambios colectivos".

(Teo, comunicación personal, marzo de 2026)

Esa construcción colectiva de condiciones materiales de vida es una forma de cuidado que excede largamente el apoyo emocional mutuo. Crea infraestructuras de sostenibilidad de la vida a través del trabajo organizado en comunidad (Pérez Orozco, 2018, 2024; Cabnal, 2010). La entrevistada resignifica el exilio como práctica de cuidado colectivo para quienes han llegado después de 2018: *"Si alguien viene y no tiene dónde quedarse, ahora puede venir a dormir y comer a mi casa, al menos se quita un pesito de encima. Ahora es distinto; en 2018 o 2019, no teníamos espacios dignos, eso cambió y es muy importante"* (Teo, comunicación personal, marzo de 2026).

El andamiaje no termina en quien lo construyó: se extiende hacia quienes llegan al exilio. Esa reconfiguración del sentido que provoca el exilio, que pasa de ruptura a continuidad del cuidado en otro territorio, opera como agencia colectiva y resistencia política desde mujeres que han logrado construir condiciones mínimas para la vida digna y, al hacerlo, hilan con otros hilos el tejido social y político transnacional (Magallón, 2012; Santillana Vallejo, 2026).

Dentro de Nicaragua, las redes de cuidado colectivo no desaparecieron: se modificaron y se hicieron clandestinas. El cuidado colectivo bajo represión extrema adopta formas cifradas de organización, con recursos que operan en los márgenes de lo que la vigilancia del Estado permite, sosteniendo casos de violencia contra las mujeres y situaciones de crisis. Las metodologías de seguridad digital que las organizaciones feministas y defensoras habían desarrollado se adaptan y se practican desde dentro del país como acto de ingeniería política bajo condiciones extremas, recuperado desde la agencia colectiva en clandestinidad (Díaz Reyes, 2021; Silva, Silva et al., 2025).

"Nos reunimos dos veces al mes, porque eso nos sostiene, tenemos la necesidad de juntarnos, y saber qué está pasando hoy y qué hacer mañana, no es fácil lo que nos ha pasado, porque el cuerpo colectivo ha sido flagelado y roto, por eso es necesario juntarnos para hablar, discutir y acompañar a otras mujeres, ahora lo hacemos diferente, pero tenemos la esperanza viva, porque seguimos sosteniendo una propuesta política colectiva que seguirá viva".

(Feminista en Nicaragua, comunicación personal, marzo de 2026)

La reflexión sostenida en el grupo focal planteó que autocuidado y cuidado colectivo operan uno como condición del otro, en una relación bidireccional y contextualmente determinada para cada mujer. Algunas de las intervenciones condensan esa articulación.

"Mi historia siempre ha estado marcada por las cargas, y ahora aquí en el exilio, estoy más sola, y sí me ha dado el espacio de encontrar cosas que me gustan, con las que puedo conectar y permitirme sentir tranquilidad y no culpa. Eso, me ha dado cierta estabilidad en el exilio, antes buscaba como estar cargada para no pensar tanto, pero ahora he podido recuperar la respiración y eso me da identidad".

(Valeria, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026)

"El autocuidado es un acto político y de resistencia ante el sistema que nos quiere quebradas y explotadas constantemente, que nos roba el derecho del ocio, y nos genera culpas. Es un acto político defender la propia humanidad, pero también el poder colectivo y como activistas a veces nos cuesta pensar en nosotras y si bien el autocuidado es un asunto autónomo, no se puede separar que es acompañado por otras, que te apoyan. En el exilio he tenido el apoyo de compañeras... y si no fuera por ellas, posiblemente no hubiera podido salir de Nicaragua a tiempo y tampoco ahora estar en Costa Rica".

(Mey Peyote, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026)

Ese efecto, presente también en las entrevistas como humanización involuntaria del exilio, no debe romantizarse: el aislamiento tiene costos materiales y emocionales reales. Importa, eso sí, leerlo como dato analítico. El sistema que esperaba destruir la subjetividad política de las activistas al desplazarlas o silenciarlas produjo, paradójicamente, condiciones de mayor reflexividad crítica sobre sí mismas y sobre las redes de cuidado colectivo que por años construyeron y que, en medio de la crisis y la represión, sostienen y arman desde nuevos mecanismos de acción (Ahmed, 2015; Cadahia, 2024).

Las transformaciones en los cuidados cotidianos no se leen como respuestas individuales a circunstancias personales adversas. Son el efecto político de una crisis que destruyó deliberadamente las condiciones del cuidado colectivo y cargó sobre los cuerpos de las mujeres, desde la situación migratoria, el exilio, la generación, la clase y la trayectoria política, el peso de sostener la vida sin corresponsables (Segato, 2018; Silva et al., 2025).

El autocuido postergado, el cuidado familiar reorganizado desde la precariedad y las redes colectivas desmanteladas o reconstituidas en formas más frágiles son expresiones de un mismo proceso. Dan cuenta de la feminización intensificada de los cuidados en un contexto donde el Estado nicaragüense rompió activa y deliberadamente los tejidos relacionales y afectivos que durante mucho tiempo compensaron su ausencia en el bienestar de las mujeres, sus familias y sus comunidades (Rodríguez Enríquez, 2012; CEPAL, 2022; IM-Defensoras, 2026).

Los cuidados como trabajo material, subjetivo y político (Molinier y Legarreta, 2016; Tronto, 1993) se expresan en cada narrativa en triple dimensión: tarea concreta que agota el cuerpo de las mujeres, acto que moviliza disposiciones afectivas y relacionales, y práctica con consecuencias directas sobre la capacidad de participación política. La perspectiva interseccional (Crenshaw, 1989; Hill Collins, 1990; Valenzuela et al., 2020) reconoce experiencias diferenciadas: la mujer-madre miskita en exilio precario, la mujer-madre mestiza costeña, las defensoras en exilios fuera de Costa Rica, las mujeres-madres campesinas, las urbanas, la mujer-madre sin comunidad de referencia, la feminista que permanece en Nicaragua bajo represión activa y las mujeres

jóvenes feministas que no maternan pero cuidan desde redes colectivas. Todas producen experiencias articuladas por el género y la crisis y, a la vez, diferenciadas por las condiciones materiales, la generación y la posición identitaria.

Comprender los niveles de transformación cotidiana por los que atraviesan los cuidados es condición para acceder a los significados, sentidos subjetivos y transformaciones de identidad que las mujeres atribuyen a lo que viven. Esas narrativas revelan que los cuidados, en el contexto de la crisis nicaragüense 2020-2025, han operado también como espacio de producción de subjetividad política, de elaboración del duelo colectivo y de construcción de nuevas epistemologías de resistencia y memorias (Jelin, 2020; Ahmed, 2015; Cadahia, 2024). Esa producción de sentidos es el suelo desde el cual se abren las dos dimensiones siguientes del análisis, dedicadas a las economías informales del cuidado en el exilio y a la constitución política de las cuidadoras.



La reconfiguración de las prácticas de cuidado y las economías informales del exilio

Las narrativas reunidas confirman que la crisis sociopolítica nicaragüense no produjo una interrupción transitoria de los cuidados sino una reconfiguración estructural de sus condiciones de posibilidad. El exilio forzado desarticuló las redes familiares y comunitarias que sostenían la reproducción cotidiana de la vida, trasladó las responsabilidades de cuidado a territorios sin infraestructura de apoyo y colocó a las mujeres ante la exigencia simultánea de sostener a los suyos y reorganizar desde cero los sistemas materiales y simbólicos que hacían viable ese sostenimiento. La crisis abrió, con altísimos costos, espacios de

reconfiguración política: los cuidados, en el exilio y bajo la represión, se convirtieron en práctica de resistencia, en lenguaje de demanda y en plataforma de constitución subjetiva (Pérez Orozco, 2024; Molinier et al., 2016). Esta sección examina la reconfiguración material de las prácticas de cuidado y las economías informales que emergen en el exilio, junto con la articulación entre cuidados, crisis sociopolítica y demanda de derechos.

De la red al aislamiento: lo que el exilio destruye

El contraste que las mujeres señalan entre el cuidado en Nicaragua y el cuidado en el exilio rebasa lo geográfico y lo económico, y distingue dos formas radicalmente distintas de organizar y sostener la vida. En Nicaragua los cuidados descansaban sobre arquitecturas relacionales afectivas construidas a lo largo de años. Redes de parentesco donde la madre, la hermana o la cuñada cubrían los huecos que dejaba el trabajo y el activismo feminista. Sistemas de reciprocidad vecinal que reducían la carga individual. Colectivos feministas que funcionaban como plataforma de sostenimiento político y emocional. El exilio desmanteló esas arquitecturas sin ofrecer ningún reemplazo institucional y dejó a las mujeres ante la exigencia de cuidar desde condiciones desfavorables: soledad, territorios desconocidos, recursos mínimos, agotamiento y ausencia de las redes socioafectivas que hacían posible los cuidados (Carcedo et al., 2011; Gatica, 2024).

La formulación con que una de las entrevistadas describe el pasaje al llegar a Costa Rica condensa lo que la economía feminista identifica como economía moral del cuidado, organizada sobre la reciprocidad colectiva (Molinier et al., 2016...). Al comparar su vida en Nicaragua, donde vivía con sus padres, tenía tierra familiar, emprendimientos propios y redes de apoyo sólidas, con su llegada al exilio, la entrevistada se encuentra con "...un país totalmente extraño, con otra cultura, y una fuerte carestía de la vida". El adverbio "totalmente" nombra la ruptura entre dos mundos que comparten algunos modos de comprender la vida pero no los sistemas sociales y culturales desde los que ella sabía sostener

la vida cotidiana suya, de su hija y de su hijo. Para otra entrevistada, esa misma ruptura se expresa con precisión incómoda al referirse a la diferencia entre cuidar en Nicaragua y cuidar en Costa Rica.

"Aquí creo y veo que es más difícil porque allá yo tenía el cuidado de mi familia, de mi mamá o de mi hermana, pero aquí yo sola es difícil. Cuando está lloviendo yo no puedo ir con los dos chiquillos a retirar a mi otro hijo de la escuela, ese es un problema para mí y la otra cosa es que yo con los dos niños pequeños no puedo salir y dejarlos al cuidado de nadie, no puedo ir a comprar las comidas que me faltan, a veces me falta aceite o se termina el gas, y yo no puedo ir, no los puedo dejar solos, y tengo que esperar hasta que venga mi marido y resolver, y he pasado a veces todo el día sin comer nada, y eso es un enorme problema".

(Luz, comunicación personal, marzo de 2026)

Cuando la entrevistada dice "sola", nombra la ausencia de infraestructura, antes que soledad emocional. No poder moverse con hijos pequeños cuando llueve, no poder comprar sin quien cuide a las niñeces, pasar el día sin comer mientras se espera que el marido llegue, ilustran en su dimensión más concreta la brecha de tiempo de trabajo no remunerado que Valenzuela et al., (2020) documentan como uno de los efectos sistemáticos de las cadenas globales de cuidado. Las horas no agotan la cuestión; lo central es quién queda atrapada en el espacio doméstico cuando la infraestructura de cuidado no existe. La vecina que "a veces" busca al niño mayor en la escuela es el único punto de apoyo externo que aparece en ese relato, y su disponibilidad es intermitente.

La situación adquiere una dimensión interseccional adicional cuando la misma entrevistada señala que la barrera idiomática del español, para los trámites, los servicios y el mercado laboral, la coloca en una posición de exclusión imbricada: "yo no hablo bien el español, es una cosa muy importante, porque tenemos que hablar bien el español y hablar con otras personas, y cuando queremos buscar trabajo no podemos porque no entendemos nada de aquí". La traducción emocional de esa exclusión estructural aparece con igual precisión: "no hablar bien el español me hace sentir menos". Ahmed (2015) sostiene que las emociones de desvalorización operan como respuestas estructurales que

producen inelegibilidad. Sentirse "menos" emerge de un sistema y de un Estado, antes que de una debilidad personal, que, en este caso, no reconocen la lengua miskita, la etnia y la condición migratoria como diversidad con derecho a ser protegida en condiciones de equidad e igualdad (Hill Collins, 1990; Cabnal, 2010).

Frente a la ausencia de servicios institucionales de cuidado accesibles y a la precariedad económica del exilio, las mujeres que cuidan han desarrollado lo que el marco identifica como economías informales del cuidado, sistemas de intercambio y reciprocidad no monetarizados que operan en los márgenes del mercado y del Estado y que garantizan la reproducción cotidiana de la vida a través del trabajo colectivo y la solidaridad situada (Rodríguez Enríquez, 2015; Pérez Orozco, 2018). Estas economías no se eligen libremente: responden con agencia y resistencia colectiva a condiciones de exclusión estructural.

Los casos que se aproximan a esos cuidados de intercambio no monetarizado se sitúan en historias de vida de algunas familias campesinas. Desde la articulación sostenida por las mujeres se construyen sistemas de producción y cuidados que protegen la vida comunitaria.

"En la comunidad rural en la que vivimos las mujeres y hombres campesinos ahora tenemos vacas y huertos, eso lo hemos logrado en comunidad y eran cosas que no esperábamos tener aquí en el exilio, ha sido como ver una línea de tiempo y las transformaciones que vamos haciendo para nuestras familias, y eso nos anima a seguir cuidando de la comunidad, y crear espacios de cuidados con las otras mujeres".

(Teo, comunicación personal, marzo de 2026)

"Hay familias que les ha tocado ingresar aquí al país, y desde la comunidad ahora somos referencia para ellas, espacios de acogida, incluso acompañamos a algunas personas líderes durante los primeros meses, las primeras semanas y mientras ellas se adaptan a la vida acá en Costa Rica, a la moneda y las formas de gestiones, desde nuestra comunidad les apoyamos y sostenemos la organización".

(Ángela Nuriz, comunicación personal, marzo de 2026)

El proceso no se reduce a la mejora material: construye una infraestructura de sostenibilidad de la vida a través del trabajo organizado entre una comunidad de mujeres campesinas. Desde Pérez Orozco (2018, 2024) y los feminismos comunitarios (Cabnal, 2010; Paredes, 2011; Santillana Vallejo, 2026), esta práctica corresponde a lo que la economía feminista del cuidado propone como alternativa a la privatización, la mercantilización y la precarización: redes comunitarias que hacen posible la vida porque comparten recursos, saberes y trabajo. La línea de tiempo que trazan las entrevistadas describe los esfuerzos colectivos orientados a mejorar condiciones de vida ante la ausencia de garantías por parte del Estado de acogida (Gatica, 2024).

Las redes de cuidado transnacional constituyen otra dimensión de estas economías informales. Muchas entrevistadas sostienen vínculos de cuidado a distancia con familiares que permanecen en Nicaragua, madres enfermas, hijas e hijos que no pudieron traerse, hermanas en zonas de pobreza extrema, mediante llamadas constantes y envíos de remesas económicas gestionadas con recursos escasos.

Esta cadena de cuidado transnacional, que Carcedo et al., (2011) identificaron tempranamente para el caso nicaragüense en Costa Rica y que Valenzuela et al., (2020) sitúan en la arquitectura global de las cadenas de cuidado, impone una carga moral específica. La responsabilidad no se suspende con la migración y el exilio: se transforma en una obligación que se sobrepone a las exigencias del país de acogida y produce sensaciones ambivalentes en las mujeres que cuidan, en ocasiones expuestas a riesgo adicional.

Todas las entrevistadas explican que siguen cuidando en la distancia a sus familiares y amistades a través de plataformas digitales. Tres de ellas explicitan la ambivalencia de sostener, desde el exilio, a madres y compañeras atravesadas por la falta de recursos o por enfermedades crónicas: *"Mi mamá necesita muchas cosas porque está enferma, y no siempre puedo ayudarla, eso me hace sentir mal porque sé que en mi comunidad hay mucha pobreza"* (Luz, comunicación personal, marzo de 2026).

"Mi mamá vivió un proceso de cáncer. Y sí, eso fue lo más horrible que pude experimentar estando exiliada, porque ellos [gobierno Ortega-Murillo] me quitaron el derecho de acompañar a mi mamá, de cuidarla de cerca, y exigir estar con ella; también sentía temor de que le quitaran [a ella] su derecho de recibir atención médica simplemente por ser quien soy y estar donde estoy".

(Chilo, comunicación personal, marzo de 2026)

"Estoy atenta a lo que pasa con la familia que todavía tengo en Nicaragua, mi tía, una mujer mayor, y una hermanita. También en la medida de mis posibilidades, colaboro con una expresa política que es de mi pueblo, que está constantemente asediada por gente del gobierno, a ella no la dejan trabajar, ni poner una fritanga, ni vender lotería, nada. Y cuando ella necesita, incluso por salud, ella me hace una señal [celular] y yo le hago llegar algún dinerito".

(Violeta, comunicación personal, marzo de 2026)

Otra entrevistada plantea que cuidar a su familia y a su comunidad desde el exilio durante la pandemia de COVID-19, negada por el régimen Ortega-Murillo, fue complejo y estresante porque hablar del tema dentro del país puso en riesgo a su familia.

"Asumí desde mi exilio un rol activo de cuidado colectivo durante la pandemia, no solo con mi familia en Nicaragua, sino difundiendo información epidemiológica a través del programa de radio de mi papá en Bluefields, pero eso produjo represalias directas de la policía hacia mi familia y hacia él, ya que comenzaron a asediar el hogar de mi familia y hasta mandaron a cerrar la radio, ahora mi familia también está en el exilio conmigo".

(Nydia Elisa, comunicación personal, marzo de 2026)

Cuidar en contextos de carencias y represión es un acto de resistencia con costos políticos reales, distribuidos de manera desigual entre quienes cuidan desde el exilio, en ocasiones desde la propia precariedad, y quienes reciben esos cuidados desde la represión y el hostigamiento del aparato estatal. La distancia física no protege a unas ni a otras; al contrario, agudiza la frustración, la

impotencia, la vigilancia emocional constante y la exposición al riesgo de las personas queridas que permanecen en el territorio. Los cuidados transnacionales se despliegan dentro de un continuum de violencia política que atraviesa fronteras (Feldmann et al., 2024; Silva et al., 2025).

Tensiones y sobrecargas: dimensión interseccional de la reconfiguración

La reconfiguración de las redes de cuidado no produce los mismos efectos en todas las mujeres entrevistadas, y las diferencias son irreducibles a una sola variable. La perspectiva interseccional que Crenshaw (1989) y Hill Collins (1990) proponen captura la heterogeneidad de las experiencias documentadas. Las condiciones más agudas de aislamiento y sobrecarga corresponden a las mujeres madres con hijas e hijos pequeños bajo cuidado exclusivo, sin redes familiares en el país de acogida y en zonas con escaso acceso a servicios.

Muchas entrevistadas están desarrollando emprendimientos dentro de economías informales donde los cuidados emergen desde la lógica de la flexibilidad para generar ingresos sin desatender la responsabilidad que imponen los cuidados. Esa flexibilidad deja a las cuidadoras sin márgenes para garantizar descanso o dedicación a actividades que consoliden su autonomía: ***"Tengo un emprendimiento de productos nicaragüenses, pero también tengo a cargo el cuidado de la casa y los niños, me levanto, y hay que hacerles su desayuno, luego bañarlos, alistarlos para la escuela, no hay tiempo"*** (Ángela Nuriz, comunicación personal, marzo de 2026).

"Tenemos ingresos con las vacas y las siembras que hacemos en las fincas, hemos intentado que algunas mujeres campesinas que están aquí cuiden de sus hijos y otros niños y niñas, pero se vuelve una sobrecarga para ellas, yo estoy entre los cuidados de mis hijas, los estudios universitarios y la organización y el trabajo que emprendimos y es una carga difícil, a veces me siento entre la espada y la pared... con muy poco tiempo y algunas sobrecargas, es difícil tener equilibrio y poder beneficiarnos todas".

(Teo, comunicación personal, marzo de 2026)

Dos entrevistadas señalan que los primeros meses en el exilio en Costa Rica les produjeron agotamiento. Una aborda la sobrecarga asumida "en automático", administrando recursos, cocina y cuidado colectivo. Otra nombra el cuidado como agotamiento específico de su condición de migrante exiliada.

"Al inicio del exilio yo administraba las cosas de la casa, ninguno de ellos [compañeros exiliados] sabía ni quería cocinar, así que yo tenía que cocinar para todos [...], yo peleaba porque yo era la única mujer y a ellos les valía el orden y los cuidados de la casa en general, era un estrés para mí, y me tocaba casi que quitarles el dinero de las chambas que hacían, porque si no les quitaba [...] no comíamos. O sea, era como tener cuatro maridos, pero sin la función afectiva sexual".

(Nydia Elisa, comunicación personal, marzo de 2026)

"Estas situaciones [exilio] me cambiaron toda la vida, estoy aquí de migrante exiliada en Costa Rica, siento que no tengo derecho de hacer nada, es como que solo debo dedicarme a mis hijos, sin apoyo eso es cansado, en mi comunidad y mi familia sería otra cosa, aquí no tengo apoyo".

(Luz, comunicación personal, marzo de 2026)

Las imágenes de las mujeres cuidando "en automático" y con sobrecargas que agotan sus cuerpos en situaciones de crisis y exilio condensan los roles que asumen por mandatos de género y que se actualizan en dimensiones primarias de sobrevivencia. No hay mandato explícito ni coacción visible: aparece la disposición subjetiva construida en la socialización de género que Molinier y Legarreta (2016) leen en la dimensión subjetiva del cuidado y que Cadahia (2024) describe como mandato del ser-para-otros internalizado como parte constitutiva de la identidad. Las entrevistadas reconocen los roles asumidos, la precariedad del exilio y la falta de herramientas y oportunidades, y aun así no pueden renunciar a los cuidados porque ello supondría una ruptura ética con ellas mismas que no están dispuestas a sostener (Tronto, 1993).

Frente a esa continuidad de los mandatos de género, el exilio puede producir, de forma no intencionada y con costos evidentes, reorganizaciones domésticas

más equitativas que las existentes en Nicaragua. Tres entrevistadas apuntan a este hallazgo paradójico: la ausencia de redes externas al hogar, que históricamente cubrieron parte del trabajo de cuidado, obliga a redistribuirlo hacia las parejas o las hijas y los hijos mayores. Una de ellas describe que su pareja y ella son "un buen equipo" porque en la zona rural donde viven no existe otra forma viable de que ambos trabajen o estudien.

Una segunda entrevistada cuenta que con sus hijos varones ejerce conscientemente una pedagogía del cuidado compartido: **"soy feminista y no voy a estar en mi casa reforzando que solamente yo haga las cosas del hogar, estoy enseñando a mis hijos que ya son mayores de edad a que ellos también deben cuidar"** (Chilo, comunicación personal, marzo de 2026).

La tercera entrevistada lo formula desde otra posición: **"Mayoritariamente el cuidado recae en mí, solamente somos dos personas en la casa, sigo preparando los alimentos, y voy a dejar a mi hijo a su trabajo y en ocasiones lo busco, pero él está encargado de la limpieza de su habitación los fines de semana y la limpieza de su ropa [...] yo he decidido que quiero cuidarle y que coma de mi comida"** (Violeta, comunicación personal, marzo de 2026).

En el exilio se han desactivado violentamente las redes de cuidado y lo que antes se distribuía socialmente hacia afuera del núcleo doméstico-familiar regresa hacia adentro. La ausencia de alternativas, por condiciones de precariedad económica y de redes, obliga a negociar la distribución de los cuidados entre quienes conviven en una misma unidad familiar. En ese vacío estructural emerge, para algunas entrevistadas, una participación masculina que antes no existía o era marginal.

La equidad que aparece en esos hogares no descansa sobre la justicia estructural ni sobre una transformación cultural consolidada de los cuidados desde una perspectiva de género: son las ausencias de redes, recursos, territorios, familias y comunidades las que fuerzan la redistribución, no la vigencia de un orden social más equitativo. Esa reorganización es frágil, contingente y potencialmente reversible si cambian las condiciones materiales o si se reconstituyen las redes externas.

Registrar la reorganización de los cuidados desde la participación masculina obliga a reconocer su valor real y sus efectos concretos en la distribución de las cargas; obliga también a decir que el exilio no es un dispositivo de justicia de género respecto de los cuidados. Puede producir, bajo ciertas circunstancias, fisuras en la división sexual del trabajo que conviene documentar y comprender sin confundirlas con un horizonte de transformación consolidado (Comas-d'Argemir, 2019).



Cuidados en contextos de crisis sociopolítica y demanda de derechos

Cuidar como acto político: cuando el Estado es el perpetrador

Una contribución analítica relevante de esta investigación, a partir de la documentación de la experiencia vivida por las entrevistadas, es la confluencia entre cuidado, acción y resistencia política en el contexto nicaragüense posterior a 2018. Cuidar y cuidarnos excede las prácticas y destrezas aprendidas en la vida cotidiana y no atañe únicamente a la persona o a las familias. Sostener

la vida implica desnaturalizar constructos históricos reproducidos por estructuras de poder que plantean los cuidados como expresión de una esencia o vocación individual femenina y los desconocen como práctica política de incidencia que remueve memorias de violencias, dolor, duelos y heridas (Paredes, 2011; Cabnal, 2010).

Cuidar en condiciones de violencia estatal trasciende la esfera de la supervivencia inmediata y se convierte en práctica política (Tronto, 1993; Pautassi, 2007). Ahmed (2015) permite leer ese tránsito como economía afectiva resituando el rol de las madres y reconfigurando sus identidades. Díaz Reyes (2021), en su análisis sobre las feministas frente a la cultura patriarcal de la Revolución Sandinista y la Rebelión de Abril, propone: *"recolocar a las mujeres desde la lucha por las injusticias de la dictadura"*. Son mujeres convocadas, desde el discurso y la acción, hacia un cambio de paradigma que sitúa los cuidados como respuesta política frente a las violaciones de los derechos humanos. Jelin (2007; 2020) advierte de los riesgos de reducir la agencia política de las cuidadoras a su posición materna, porque ello reproduce el mandato patriarcal que naturaliza el cuidado como destino femenino.

Las entrevistas confirman que la transición de los cuidados de la esfera privada hacia el espacio político no fue abstracta ni discursiva. Fue concreta, cotidiana y, en muchos casos, puso en riesgo la integridad física de quienes cuidan y de quienes son cuidadas.

Los cuidados durante la pandemia de COVID-19 no se limitaron a aplicar medidas y protocolos sanitarios: implicaron refutar la narrativa oficial del gobierno Ortega-Murillo que negó la existencia de la pandemia. Cualquier acto de cuidado orientado a proteger a la familia o a la comunidad contradujo esa narrativa y colocó a las mujeres en riesgo frente al aparato estatal. Algunas entrevistadas describen haber asumido riesgos al difundir información sanitaria, coordinar acciones de protección en sus comunidades e instruir a sus familiares para contrarrestar la desinformación gubernamental.

"Hacía transmisiones en vivo en Facebook para un programa de radio conducido por mi papá en Bluefields para que la gente mirara que la cosa era seria con la COVID-19, que aquí en Costa Rica la gente no salía a la calle, que había toque de queda. También llamé a todas mis tías y les pedí que protegieran a mi abuelita, porque al ser una familia cristiana evangélica, creían que el culto de oración y pedirle a Dios iba a evitar el contagio, tuve mucho miedo por ellas y mi abuelita".

(Nydia Elisa, comunicación personal, marzo de 2026)

"En el 2020, cuando fue la pandemia de la COVID-19, formamos unas redes de cuidados enormes porque como la pandemia era negada en Nicaragua decía el gobierno que no existía. Vimos necesario como feministas dedicar esfuerzos y montamos un centro de monitoreo en mi casa, y desde ahí recopilamos información. Teníamos gente en los barrios, en todos lados para que nos dijera que estaba pasando con los contagios y empezamos a colaborar con la parte nacional que llevaba el monitoreo alterno al discurso negacionista del gobierno, pero eso trajo asedio y hostigamiento a mi persona y otras compañeras".

(Eugenia, comunicación personal, marzo de 2026)

La experiencia de cuidar desde el exilio durante la crisis sanitaria, negada por el gobierno Ortega-Murillo, representó un desafío y un riesgo para algunas colectivas feministas que, desde la clandestinidad, seguían apoyando a las mujeres en el país bajo represión y asedio, transformando el cuidado colectivo en práctica de resistencia política. La negación oficial de la pandemia no fue mera negligencia sanitaria: fue un acto de violencia estatal que desplazó la responsabilidad del cuidado hacia los cuerpos y las redes de las mujeres organizadas, que produjeron y distribuyeron información veraz y kits de protección en condiciones de alto riesgo político. Lo relata así una participante del grupo focal:

"Parte de las acciones de autocuidado y cuidado colectivo no solo fue entregar kits con alcohol, cloro, etcétera, fue empezar a hacer círculos de saberes, con otras compañeras en otros países de la región como Honduras, fortalecer el tejido social en la región fue clave y nos colocamos como feministas centroamericanas ocupadas de la pandemia".

(Mey Peyote, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026)

Muchas colectivas feministas mantuvieron una estrategia de sostenibilidad política apoyada en saberes situados y en articulaciones con experiencias regionales, creando plataformas transnacionales para sostener el trabajo dentro de Nicaragua y entretejiendo redes de comunidad como práctica política ante la ausencia de un Estado garante de derechos.

La red de mujeres organizadas para atender la pandemia, desde la entrega de insumos de protección hasta la divulgación de campañas de prevención y la articulación de acciones de monitoreo, se inscribe en la política afectiva de las emociones que Ahmed (2015) y Fernández Poncela (2011) teorizan. Las redes de mujeres nicaragüenses se articularon como sujetas políticas activas que resisten la fragmentación y el agotamiento que la triple crisis, sociopolítica, sanitaria y del exilio, acumula sobre sus cuerpos. La continuidad de la lucha se sostiene en una premisa que las narrativas enuncian con claridad: sin cuerpos cuidados no hay lucha sostenida; sin lucha sostenida no hay condiciones para cuidar.

La dimensión política del cuidado aparece también en los relatos sobre acompañamiento a personas en situación de riesgo o persecución política. Algunas entrevistadas narran que recibieron y siguen recibiendo en sus casas a compañeras y compañeros perseguidos por el gobierno Ortega-Murillo, gestionan casas seguras clandestinas para mujeres en situación de violencia cuando fueron cerradas de forma arbitraria las organizaciones feministas, y acompañan a personas nicaragüenses que huyen del país sin documentación hasta puntos de seguridad fronterizos. Esas siguen siendo prácticas de alto riesgo.

Una entrevistada sintetiza su posición ante esas prácticas con una formulación simultáneamente ética y política: *"el cuidado es un acto de amor y de solidaridad, pero también es una acción política y de resistencia ante la perversidad del Estado, y me hago parte de un andamiaje de acompañamiento, que cuida para seguir sosteniendo la fuerza y resistencia"* (Violeta, comunicación personal, marzo de 2026). Cuidar exige, en esos casos, asumir la vulnerabilidad de las otras personas como propia, en conciencia del riesgo y sin romantizar la transgresión (Silva et al., 2025).

En el exilio, las personas se están organizando y desde esos espacios cuidan de quienes se exilian en Costa Rica a causa de la violencia, el asedio y la persecución política en Nicaragua, como cuenta una de las entrevistadas.

"El año pasado tuvimos el ingreso a Costa Rica de un señor campesino que era de mi territorio/comunidad, y hemos estado apoyándole, lo ubicamos en una finca de acá, se le ha facilitado alimentación y apoyo para regular su situación de refugio, o sea, hacemos un trabajo importante con cada persona que viene huyendo del régimen. Nosotros nos hacemos cargo de las personas, a veces cuando son hombres exiliados hay algunas limitaciones en los apoyos porque se prioriza a las mujeres, y entonces la organización se hace cargo, pues como podemos y los recursos que tenemos".

(Ángela Nuriz, comunicación personal, marzo de 2026)

Las entrevistadas coinciden en que asumir la vulnerabilidad de la otra persona como propia produce temor por los riesgos que conlleva para quien cuida y para quienes son cuidadas: ***"Allá en el país de origen [Nicaragua], sentía mucho temor por el riesgo que asumía yo, pero también por lo que yo podría implicar para esa persona, incluso ayudándola, y sí sentí temor allá en el país por cuidar"*** (Chilo, comunicación personal, marzo de 2026).

El cuerpo que cuida bajo represión absorbe los efectos del miedo como práctica de control. Una entrevistada que cuida desde dentro de Nicaragua describe, con precisión corporizada, lo que significa vivir en estado de alerta permanente.

"Ha habido varias crisis. Desde 2018 al 2020, la crisis fue terrible, fue de sangre y de llanto. En 2020 vino la COVID-19 y la crisis se multiplicó, ya no era solamente el miedo a la represión, fue la ausencia de los que se me murieron en la emergencia sanitaria. A las mujeres nos ha tocado poner el cuerpo y las emociones para seguir aguantando, pero no es fácil sobre todo con la intensidad que nos ha pasado a unas y a otras, los miedos siguen en el cuerpo, un cuerpo que se agota y que tiembla por el terror al que está sometido".

(Feminista en Nicaragua, comunicación personal, marzo de 2026)

La imagen del estado de alerta constante, que multiplica los efectos sobre los mismos cuerpos, es analíticamente precisa y constituye en sí misma una categoría de análisis. El miedo es práctica política (Ahmed, 2015) producida deliberadamente para que las personas se autolimiten y autocensuren, de modo que la censura externa ya perpetrada se sostenga desde dentro mediante amenazas. El cuerpo que tiembla ante el terror impuesto no expresa un trastorno individual: registra en su materialidad el impacto de una política de represión criminal sostenida que el gobierno Ortega-Murillo dirige contra las feministas y defensoras de derechos humanos que permanecen dentro del país. Ese terror no exime tampoco a las feministas y defensoras que tuvieron que migrar de manera forzada hacia Costa Rica o terceros países (Fernández Poncela, 2011; Bellelli, Leone y Curci, 1999). Leída con Segato (2018), esta materialidad del miedo forma parte de una contra-pedagogía de la crueldad que enseña, habitúa y programa los cuerpos a transmutar lo vivo en cosa, en una espectacularización de la crueldad que naturaliza la expropiación de la vida.

El desmantelamiento de las redes de cuidado como instrumento de represión

Uno de los hallazgos más consistentes de la investigación, reiterado caso a caso, es que la destrucción de las redes de cuidado no fue efecto colateral de la represión Ortega-Murillo sino uno de sus instrumentos deliberados para romper el tejido social. El cierre sistemático de organizaciones feministas y de derechos

humanos, documentado por Silva et al., (2025) en el informe Ni silencio ni olvido, no solo clausuró espacios de incidencia política. Destruyó los sistemas de atención, acompañamiento y protección que sostenían a las mujeres en situación de violencia machista, a las familias de personas presas políticas y a las comunidades bajo represión y violencia paraestatal (IM-Defensoras, 2026; Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas, 2025).

El impacto sobre los sistemas de información que permitían monitorear la violencia de género y los femicidios en Nicaragua ha sido devastador. Han desaparecido las redes de apoyo y acompañamiento que sostenían la atención ante la violencia machista. Dos entrevistadas describen, desde su activismo, los impactos del desmantelamiento de las redes construidas y sostenidas por el movimiento feminista en el país hasta antes de 2018.

"No sabemos cuántas mujeres desde 2018 para acá han muerto o han sido asesinadas por femicidio, no sabemos si eran jóvenes o adultas, no sabemos cuántos niños han quedado en orfandad, o si murieron por temas relacionados con la salud, es decir, no sabemos nada. No conocemos cuáles son los índices de violencia en el país, o sea, no sabemos cuáles son los niveles de la violencia machista en el país, y eso nos está pasando factura".

(Feminista en Nicaragua, comunicación personal, marzo de 2026)

"Tuvimos el primer albergue en Nicaragua, ahí se refugiaban mujeres y niñas que vivían situaciones de violencia machista y abuso sexual [...] y logramos fundar dos albergues más, que eran de referencia para Centroamérica. Acompañábamos a las mujeres y niñas de forma integral, cubríamos sus necesidades, pero todo eso desapareció con la represión del régimen, cerraron las organizaciones de mujeres, nos persiguieron, criminalizaron y enviaron al exilio, destruyeron las redes".

(Eugenia, comunicación personal, marzo de 2026)

La destrucción de los sistemas de información y monitoreo, del acompañamiento y de los albergues para mujeres víctimas de violencia machista no fue accidental. Forma parte de una estrategia política orientada a invisibilizar la denuncia del fracaso estatal en la atención de la violencia contra las mujeres y sus efectos directos sobre sus cuerpos, sus familias y sus comunidades. Recuperar las capacidades técnicas en monitoreo y atención especializada en materia de violencia machista figurará entre las tareas más urgentes de cualquier proceso de transición democrática en Nicaragua (Silva et al., 2025; Magallón, 2012).

El régimen utilizó también la maternidad como instrumento de tortura y control político sobre las mujeres que participaron activamente en las protestas cívicas de 2018. Las defensoras, feministas, activistas y ciudadanas indignadas que luego fueron encarceladas narran que fueron cuestionadas y culpabilizadas de manera sostenida por no cumplir con su rol materno. Una entrevistada refiere sentir culpa por haber tenido que traer a sus hijos al exilio y por las implicaciones que ello tiene para sus vidas.

"Hay un montón de mujeres activistas que se vinieron con sus hijos siendo menores de edad, niños, y esas situaciones son bastante complicadas, sobre todo aquí [Costa Rica], lejos de nuestras redes, y una va cargando con todo y hasta con culpas que tenemos porque nos tuvimos que traer a los hijos, sometiéndolos a muchas dificultades e incluso a la discriminación".

(Chilo, comunicación personal, marzo de 2026)

"Producto de la presión del exilio, yo tuve dos intentos de suicidio, primero porque venía muy mal de la violencia del gobierno a mi persona y porque la presión económica fue super difícil, y no sabía cómo funcionaban las cosas aquí [Costa Rica], en esta zona rural... tuve varias crisis que no fueron atendidas en el hospital, ahí me estigmatizaron como drogadicta y me sentía mal, ahora he podido disfrutar de mis hijas, pero con el primer embarazo me preocupé mucho, porque no sabía cómo íbamos hacer... ahora con apoyo de las redes feministas en el exilio, he podido recuperarme con tratamiento psicológico y disfrutar de mí y de mis hijas".

(Teo, comunicación personal, marzo de 2026)

La culpa materna que emerge en los testimonios forma parte de un continuum de violencia estatal que opera a través de los vínculos afectivos más íntimos. Ahmed (2015) nombra ese fenómeno como política afectiva de la culpa: la culpa no expresa una fragilidad personal, registra el efecto calculado de una política de persecución que actúa sobre los lazos de cuidado y convierte el amor en vector de sometimiento. El segundo relato muestra que la violencia sostenida en Nicaragua y recibida en el país de acogida no termina en un quiebre definitivo: termina en una recuperación sostenida colectivamente. Ambos testimonios describen un tránsito de la culpa y la crisis hacia la recuperación que requirió comunidad, acompañamiento psicológico y político desde las estructuras de cuidado que el Estado negó y que el movimiento feminista en el exilio ha tenido que construir desde sus propios márgenes (Ramírez Domínguez, 2025; Magallón, 2012).

La demanda de derechos: exigencia de reconocimiento del trabajo de cuidado

La investigación articula historias de vida de mujeres que dan cuenta de sus trayectorias políticas, sus prácticas concretas de cuidado y los derechos que buscan ver garantizados. Pautassi (2007) establece que el cuidado es una cuestión social que exige ser abordada desde un enfoque de derechos que reconozca simultáneamente el derecho a recibir cuidados y el derecho de quienes cuidan a hacerlo en condiciones de equidad, igualdad y dignidad. La Opinión Consultiva OC-31/25 de la Corte Interamericana de Derechos Humanos (2025) avanzó en ese reconocimiento al definir los cuidados como derecho humano autónomo, universal e ineludible, en continuidad con las observaciones escritas que la CIM-OEA (2023) presentó al proceso consultivo y la arquitectura normativa que la CEPAL (2022) sistematizó en el documento sobre el derecho al cuidado en América Latina y el Caribe. Las narrativas revelan la distancia abismal entre ese reconocimiento normativo y las condiciones materiales en que se ejerce el trabajo de los cuidados.

Esa distancia se articula con particular agudeza en los relatos sobre la ausencia de infraestructura de cuidado en el país de acogida. Las entrevistadas describen sus dificultades como situaciones de "acorralamiento" entre sus responsabilidades de cuidado, su derecho a la educación y su derecho al trabajo.

"No tengo redes de apoyo, eso es muy complicado porque ya sea para estudiar o trabajar, siempre necesito de apoyo para los cuidados de mis hijas. Vivimos en una zona rural, y la mayoría trabajamos, acá hay muchos niños y niñas, y conformar una red de cuidados es necesaria, pero no es sencillo. Las otras mujeres refugiadas campesinas tienen varios hijos/as propios y ya cargan con demasiado, incluso pagar por los cuidados de otra mujer no es sencillo por sus propias ocupaciones, y los servicios de cuidado infantil estatales no nos alcanzan a nosotras las exiliadas campesinas".

(Teo, comunicación personal, marzo de 2026)

"Aquí como refugiada me siento como que yo no tengo derecho a nada, y me falta el apoyo de mis hermanas y de mi mamá, no puedo salir a buscar trabajo, ni a cosechar como lo hacía allá [Nicaragua], aquí tampoco puedo estudiar, bueno solo los domingos podría porque es mi día como de descanso, porque el papá cuida de los niños, pero para mí es difícil".

(Luz, comunicación personal, marzo de 2026)

La interdependencia entre derechos que la OC-31/25 (Corte Interamericana de Derechos Humanos, 2025) reconoce como principio jurídico aparece en los relatos como techo concreto que limita la vida de las mujeres en condición de refugio. Sin infraestructura de cuidados, el derecho a la educación, al trabajo, a la salud y cualquier derecho de quienes cuidan queda suspendido. Gilligan (2009) y Camps (2021) sostienen que los cuidados deben colocarse en el centro de las democracias contemporáneas, reconociéndonos como seres interdependientes y vulnerables y, desde ahí, reconocer derechos y deberes compartidos. Para que el derecho a ser cuidado o cuidada sea efectivo, alguien debe cuidar, y ese cuidar no puede seguir recayendo exclusiva ni

mayoritariamente sobre los cuerpos de las mujeres, ni impedirles el ejercicio de sus derechos y el fortalecimiento de sus autonomías (Pautassi, 2007; Valenzuela et al., 2020).

La demanda de reconocimiento específico de las mujeres madres como sujetas políticas de derechos aparece, en una de las entrevistas, como señalamiento de agenda investigativa. La entrevistada plantea que es necesario seguir investigando sobre las realidades de las mujeres madres nicaragüenses en condición de exilio y sobre cómo sus derechos deben ser reivindicados, poniendo en el centro el trabajo de los cuidados y visibilizando su importancia como derecho.

"Yo siempre dije en la colectiva feminista en la que colaboro que hay que hacer investigaciones que tomen en cuenta a las mujeres madres y los cuidados, que además es importante analizar esas realidades, teniendo en cuenta que sus hijos también vinieron al exilio para proteger sus vidas. Es importante saber qué y cómo se hacen los cuidados en condición de exilio, y no solo el cuidado de la familia, sino el cuidado de una misma como activista y defensora feminista, o los cuidados que hacemos en colectivo. Y también pienso cómo en el exilio crecen las niñas y se hacen adultas, es una vida que cambió y nosotras con ella".

(Chilo, comunicación personal, marzo de 2026)

"Esta entrevista me ha dado la oportunidad de volver a ver muchas cosas que en el exilio han sucedido, y hablar de los cuidados es, por ejemplo, ver que ahora mi hijo y yo compartimos más, nos hemos reído más, ha sido difícil estar solos aquí, pero estar solos también nos ha acercado, es una hermosa oportunidad, unos días atrás estaba pensando en eso y se me paraban los pelos, mi hijo vino al exilio conmigo siendo menor de edad y ahora ya es un hombre, y verlo crecer es como ver cuando se abre una flor... ¿me entendés? Platicamos de su día, aporta en la casa y en los cuidados, ha sido difícil pero también la oportunidad de verlo crecer, y no sé si en Nicaragua hubiese podido por mi trabajo y activismo".

(Violeta, comunicación personal, marzo de 2026)

Los testimonios documentan experiencias de cuidado en condiciones de exilio e interpelan la agenda investigativa y política sobre los derechos de las mujeres madres feministas y defensoras. Reclaman colocar en el centro los cuidados en todas sus dimensiones, el cuidado de la familia, el autocuidado de las activistas y defensoras, y el cuidado colectivo que sostiene al movimiento, junto con las realidades específicas de las niñas y juventudes que crecieron y se hicieron adultas fuera de su país. Esa demanda es un señalamiento político: las mujeres nicaragüenses madres en el exilio son sujetas políticas de derechos cuyas experiencias exigen marcos interpretativos propios, capaces de dar cuenta de la complejidad de sostener la vida, la militancia y la identidad en condiciones de destierro (Jelin, 2020; Díaz Reyes, 2021).

Reconocer desde la investigación la cotidianidad de los cuidados y su trascendencia política y de derechos no cancela el dolor del destierro de las entrevistadas. Revela que en los intersticios de la represión y la precariedad los cuidados siguen siendo el territorio donde la vida se rehace. Investigar los cuidados en contextos de exilio político equivale a investigar cómo las mujeres sostienen y transforman la vida cuando el Estado ha hecho todo lo posible por destruirla (Pérez Orozco, 2024; Cabnal, 2010).

Analizar los cuidados y las condiciones materiales obliga a analizar cómo sostener la resistencia feminista en contextos de persecución política. Desde ese lugar, el reconocimiento político del autocuido deja de leerse como banalidad o lujo accesorio, o como práctica individual de bienestar que cada activista resuelve en su fuero privado, acá opera como condición estructural que posibilite las luchas de mujeres y ética exigible a los espacios y organizaciones.

Pensar los cuidados en tiempos de desprotección y crisis de derechos implica, como propone Bagnato (2024), recuperar su dimensión política más sustantiva, aquella que devuelve la pregunta por lo común y que interpela las condiciones materiales de existencia desde las cuales el movimiento feminista construye su proyecto de transformación. Rodríguez Enríquez (2012) insiste en que una sociedad justa no puede eludir la pregunta sobre quién cuida y a quién se cuida; esa crítica a la injusta organización social del cuidado es plenamente aplicable

al interior de las propias organizaciones cuando reproducen, con sus activistas, la misma lógica extractivista que denuncian hacia afuera.

El análisis de los testimonios revela, con precisión incómoda, esa paradoja. Las organizaciones que en Nicaragua diseñaron los primeros programas de autocuido feminista para defensoras, que integraron espacios de descanso y recomposición como componentes de sus presupuestos y planes de seguridad, sostuvieron simultáneamente una cultura del sacrificio que exige resultados al ritmo de los donantes internacionales, mientras las propias activistas acumulan agotamiento, trauma y enfermedad (Ramírez Domínguez, 2025). Dos testimonios del grupo focal nombran esa tensión con crudeza.

"No hay una conciencia de que se necesita el autocuido, o sea, no la hay en muchos espacios. Vos decís: No, hoy no quiero participar de esa reunión y ya sos, bueno te lo digo desde mi lenguaje: "una boluda", o se piensa que no tenés disciplina. No lo sé, hay algo en el activismo nicaragüense que es como una carga militar y rígida. Y también, pasa cuando toca hablar con los donantes y decirle: muy bien ustedes hablan de autocuido en sus redes sociales, pero a nosotras nos exigen como que fuéramos una ONG y somos colectivas pequeñas con muchas dificultades, y ahora más en el exilio".

(Mey Peyote, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026)

"Yo creo que parte de los retos que tenemos las activistas y feministas es desaprender esta idea de que todo se gestiona a través de una transacción, es decir, valorar los costos del pasaje para hacer efectivo el encuentro con otra y pensar válidamente que una tiene límites y que puede entonces pospone los encuentros. Y ahí siento que aparece el tema de financiamientos del autocuido, no siempre se da prioridad al cuidado y autocuido de una, como activista, siento que la autopreservación ha venido antes que el autocuido, ahora más en el exilio, y eso es un problema para todas porque el cuidado no se piensa como prioridad".

(Olguita, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026)

Estas tensiones y contradicción expresan cómo el sistema patriarcal-capitalista penetra las lógicas organizativas y convierte la sobreexplotación de los cuerpos de las mujeres en condición normalizada del activismo, incluso dentro de los espacios que en teoría lo cuestionan. Molinier (2005) y Molinier y Legarreta (2016) plantean que politizar el cuidado consiste en atacar de frente esa estructura en sus dimensiones materiales e ideológicas, incluida la naturalización del sacrificio como virtud de las mujeres que resisten.

El autocuido recupera así su dimensión política más radical cuando deja de entenderse como gestión personal del estrés y se instala en el centro de la arquitectura organizacional como derecho efectivo, financiado, sostenido colectivamente y protegido de presiones extractivistas. Construir comunidad, hilar para tejer redes de confianza y crear espacios donde el cuerpo pueda relajarse, sanar y reconfortarse no son concesiones que el activismo hace a sus integrantes: son prácticas políticas de sostenibilidad de la vida colectiva y comunitaria sin las cuales ningún horizonte de transformación resulta alcanzable (Ramírez Domínguez, 2025; Pérez Orozco, 2024).

En este sentido Patricia Lindo, señala que: ***“En el contexto de las mujeres nicaragüenses en exilio, el autocuido deja de ser individual y pasa a articularse con luchas sociales-colectivas y son los feminismos jóvenes, los que vienen a producir nuevas formas y prácticas políticas alejadas del martirio militante”*** (Comunicación personal, abril de 2026) es justamente ese gesto práctico de cuidarse a sí misma sin renunciar a la vida colectiva lo que va a desplazar la figura del martirio militante y lo va a instalar en el deseo de vivir como horizonte ético-político de resistencia feminista frente a las violencias estatales.

Para las mujeres entrevistadas, cuidar y cuidarse, cuando existen las condiciones para hacerlo, es un acto de rebeldía y resistencia frente a un sistema que las quiere aisladas, incomunicadas, agotadas, enfermas y sumisas. Para las participantes del grupo focal, el autocuido es político: "Es un tejido que ha sido deliberadamente destruido, pero que tiene la capacidad de volver a tejerse, porque está hecho de vínculos afectivos y colectivos que sostienen la vida en

comunidad". Los cuidados como derecho reafirman, desde esa voz, que requieren condiciones prácticas y genuinamente sostenibles para que la vida pueda seguir sosteniéndose con dignidad (Pérez Orozco, 2018; Tronto, 1993).

En un contexto donde el gobierno Ortega-Murillo ha empleado sistemáticamente el desmantelamiento de las organizaciones feministas como estrategia deliberada de represión, desarticulando los ecosistemas de protección que las mujeres habían construido durante décadas, garantizar el autocuido en el seno del movimiento de mujeres y feministas es también un acto de resistencia política. Es negarse a que la violencia estatal complete, desde adentro, el trabajo de destrucción que no pudo terminar con la persecución, el aislamiento, la cárcel, el destierro o la cancelación de la personería jurídica de las organizaciones (Silva et al., 2025; Segato, 2018).



Los cuidados como lugar de constitución política: subjetividad, incidencia y violencia

Esta dimensión constituye el momento analíticamente más denso y políticamente relevante del capítulo. Las dimensiones anteriores documentaron lo que el exilio y la crisis hicieron con las prácticas de los cuidados de las mujeres nicaragüenses. Esta examina lo que las mujeres hicieron y hacen con esa experiencia: cómo los cuidados, históricamente confinados al ámbito doméstico como obligación naturalizada, se convierten en el exilio en práctica política, en lugar de constitución subjetiva y en plataforma de demanda de derechos.

La categoría que organiza el análisis es la de ciudadanía política del cuidado, tal como la define el marco teórico. En escenarios de violencia estatal, las prácticas de cuidado trascienden la supervivencia inmediata y se convierten en plataforma de constitución política de las mujeres que cuidan, activada mediante diversas estrategias para exigir derechos (Rodríguez Enríquez, 2015; Pautassi, 2007). Batthyány (2015) precisa que las mujeres utilizan la asignación de los cuidados como lugar de enunciación legítimo para exigir derechos y reparar el tejido social. Díaz Reyes (2021) documenta, en el caso nicaragüense, cómo las mujeres han desarrollado formas particulares de subjetividad política que desbordan los marcos androcéntricos de la organización política tradicional. Magallón (2012) y Cabnal (2010) añaden una clave imprescindible, las mujeres que sostienen la vida en contextos de violencia colectivizan la memoria, el cuerpo y el territorio como campos de resistencia.

Del hogar a la demanda: genealogías de una politización que viene de antes

Una constatación significativa de la investigación es que el proceso de constitución de la subjetividad política de las entrevistadas no comenzó en 2018 ni en el exilio. Precede a las crisis. Lo que las crisis y el desplazamiento forzados hicieron fue transformar las condiciones en que esa subjetividad se ejerce, los espacios donde se activa y los recursos con los que se sostiene. Comprender esa continuidad evita reducir el empoderamiento político de las mujeres que cuidan a un efecto de las crisis cuando, en realidad, se trata de una forma de agencia que las crisis reconfiguran pero no producen (Díaz Reyes, 2021; Kirkwood, 1985).

La precarización generada por el exilio fragmenta las posibilidades de organización. Algunas feministas que durante años estuvieron activas en la organización de mujeres y facilitaron que otras potenciaron sus vínculos con el movimiento feminista han tenido que poner en pausa su activismo, ya sea por el agotamiento o por ausencia de redes. Una entrevistada lo nombra así: ***"El aislamiento y las dificultades económicas nos han desorganizado, te***

desempodera porque te hacen perder identidad, te hacen perder recursos y cosas de tu vida que ya tenías hechas, es agotador porque es como volver a empezar" (Eugenia, comunicación personal, marzo de 2026).

Otra entrevistada, desde Honduras, narra los efectos de la fragmentación sobre el tejido social organizativo: ***"... el exilio en Honduras es complejo y solitario, porque no hay liderazgo de la oposición nicaragüense, del feminismo o de organizaciones sociales, y tengo una historia personal, marcada por la revolución, por los noventa, por el feminismo, y marcada por abril, y estoy muy sola aquí"*** (Violeta, comunicación personal, marzo de 2026). Lo que ambas feministas nombran con claridad son los efectos silenciosos y devastadores de la represión sostenida por el gobierno Ortega-Murillo. Acumulan agotamiento sobre los cuerpos y erosionan la capacidad de articularse y de reconstruir redes en exilios despoblados de capital social conocido (Feldmann et al., 2024; Silva et al., 2025).

Las entrevistadas más jóvenes, exiliadas en Costa Rica, describen trayectorias políticas sostenidas por redes y organizaciones que se reorganizan en el exilio costarricense. Relatan inicios tempranos en el activismo feminista y en la defensa de la tierra, el agua, la soberanía alimentaria y los derechos colectivos, orientados a recuperar la dignidad de sus comunidades. Ni el exilio ni el agotamiento producido por la represión transnacional las han desarticulado, aunque reconocen que sostener la articulación y rearmar el tejido no es sencillo porque atraviesa factores que empujan hacia la desesperanza y la sobrevivencia.

Una entrevistada señala que la instalación de tranques campesinos en 2018 se ha prolongado en el exilio mediante redes de apoyo comunitario, formación en derechos y articulación con organizaciones sociales y de derechos humanos:

"Soy fundadora del movimiento campesino anti canal, éramos una comunidad afectada y en 2018 decidimos también hacer tranques, hicimos más de 100 marchas y activamos a los territorios, nos unimos al estallido social de abril, y ahora seguimos resistiendo el exilio, es difícil, pero somos referentes para otros, también estamos acá sosteniendo luchas como en los tranques".

(Teo, comunicación personal, marzo de 2026)

Otras entrevistadas coinciden en que sus activismos las vinculan con expresiones organizadas, feministas, campesinas y artísticas, con intereses situados en equilibrar la balanza de derechos y oportunidades para las mujeres en su diversidad. Se reconocen como referentes jóvenes que trabajan por cambios concretos para Nicaragua, incluso desde el exilio, en una labor difícil pero continuada.

"Cuando sos activista feminista, toca poner el bienestar de otros encima del de una, no por una elección personal, sino por un asunto colectivo, además porque siendo líder, tenés una responsabilidad de ser ejemplo, te admiran y respetan, y además, estamos en situaciones de alta vulneración que impiden que te rompas delante de tus compañeras/os, es válido romperse, pero no queremos que la fuerza se pierda o que se pierda el sentido colectivo y de pertenencia".

(Teo, comunicación personal, marzo de 2026)

"Mi activismo es desde la acción, de la promoción artística, cultural y gastronómica es recuperar en el exilio nuestro derecho a la identidad, es la defensa cotidiana y diaria que me propongo, hoy tengo más conciencia del valor de nosotras las mujeres, hemos tenido un cúmulo de lecciones desde la universidad llamada exilio, migración forzada y maternidades, es decir, nos seguimos desafiando ante las dificultades, nos estamos preparando porque el país necesita personas buenas, comprometidas para hacer cambios profundos".

(Nydia Elisa, comunicación personal, marzo de 2026)

Las entrevistadas reconocen que la articulación entre los cuidados y sus prácticas políticas sostenidas desde sus activismos forma parte del continuum de sus vidas cotidianas. Nombran el agotamiento y la fragilidad que la sobrevivencia en el exilio introduce en esa articulación, y sostienen la convicción consciente de merecerse una Nicaragua en democracia que reconozca la importancia de sus cuidados y de la vida digna que merecen ellas y sus comunidades. Desde Díaz Reyes (2021), el desplazamiento de los cuidados del ámbito doméstico al espacio público revela que siempre fueron la misma

práctica, antes que una ruptura entre dos esferas separadas, diferenciada solo por la escala y la visibilidad que el sistema decide otorgarle (Kirkwood, 1985; Di Giorgi, 2023).

Cuidar de la tierra, del agua, de la soberanía alimentaria y de la identidad cultural son actos de cuidado político de la misma naturaleza, sostenidos por la misma ética de la responsabilidad hacia la vida que Tronto (1993) coloca en el centro de la ciudadanía del cuidado y que Santillana Vallejo (2026) documenta en las mujeres mayas de Calakmul al mostrar que defender el territorio y sostener la vida constituyen la misma práctica. Que las entrevistadas declaren su derecho a ver el cambio al que han aportado afirma políticamente que los cuidados abarcan lo que se da y lo que, después de tanto dar, se tiene derecho irrenunciable a recibir (Corte Interamericana de Derechos Humanos, 2025; Pautassi, 2007).

Cuidar a las otras como escuela política: el reconocimiento mutuo como condición del empoderamiento

Batthyány (2015) sostiene que las mujeres utilizan la asignación de los cuidados como lugar de enunciación legítimo para exigir derechos. El proceso de reconocerse como sujetas políticas no ocurre en el aislamiento individual sino en el contacto con otras que atraviesan condiciones semejantes y que nombran lo que se estaba viviendo sin saber cómo llamarlo. El grupo focal lo documenta con precisión: las redes de cuidado entre mujeres, visitas en casa, conversaciones sin programa ni viático, el café y las tortillas palmeadas como protocolo de la confianza, son el espacio donde la conciencia política de lo común se produce y donde la demanda colectiva se gesta (Molinier y Legarreta, 2016; Bellelli, Leone y Curci, 1999).

Una participante del grupo focal articula esa elaboración: "**... cuidarnos es tener amigas a quienes vos podés decirles mira, no me estoy sintiendo bien, podemos hablar, y ocho minutos de conversación te pueden hacer cambiar la manera en la que viste un problema, que te pudo haber llevado una**

semana, dos semanas, un mes" (Olguita, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026). El cuidado de sí misma depende también de la presencia de otras: la comunidad que tejen las mujeres se vuelve condición estructural del bienestar, no complemento ocasional. Camps (2021) sostiene que la ética del cuidado exige flexibilidad, adaptación a los contextos y actuación desde las diferencias, porque somos seres interdependientes y vulnerables antes de ser sujetos abstractos y autónomos.

La necesidad de las y los otros aparece con nitidez en el relato de Valeria, otra participante del grupo focal, que cuenta cómo el exilio comenzó por aislarla y cómo, al comprender con apoyo psicológico el valor de la articulación, recuperó su identidad: **"Al conocer a otras personas en el exilio, pude volver a comunicarme y conectar, ahora puedo hablarlo con gente que está cerca de mí, ya no me siento rara, me doy cuenta de cómo han cambiado las cosas y sé que necesito cuidarme con otras y estar en el momento presente. Esos espacios me han dado soporte en el exilio"** (Valeria, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026).

Para las entrevistadas, construir comunidad en el exilio es un acto de resistencia. Como señala otra participante del grupo focal, cuidarse mutuamente ya hace política: **"...es un acto de rebeldía y resistencia ante un sistema que aísla, desarticula y enferma"**. Todas las participantes del grupo comprenden que los cuidados superan las definiciones individuales, que no se agotan en el bienestar privado, que no son consumo ni gestión personal del estrés, y que constituyen resistencias colectivas frente a sistemas que explotan los cuerpos de las mujeres o los cuerpos feminizados.

Becerra (2013) advierte sobre la trampa del maternalismo político; Jelin (2007; 2020) insiste en la misma dirección al mostrar que reducir el empoderamiento de las cuidadoras a su rol materno reproduce el mandato patriarcal que naturaliza el cuidado como destino femenino. La investigación sostiene esa tensión sin disolverla: reconoce la potencia política del rol materno cuando es politizado por las propias mujeres, como sucede con las Madres de Soacha que documenta Mateo (2014) o con las Madres de Abril en Nicaragua, y rechaza la

lectura que agota la agencia política de las cuidadoras en esa posición. Camps (2021) invita a desnaturalizar el cuidado como atributo exclusivo del género femenino y a reconocerlo como actividad que concierne a todos los sujetos, como valor público universal y obligación cívica. Sólo desde allí la democracia puede evolucionar hacia lo que la autora nombra democracia cuidadora.

Para algunas entrevistadas, la maternidad no ha sustituido su motivación política; sus convicciones siguen sostenidas en la continuidad de la resistencia colectiva, y lo cuentan así: "**...antes era una chavala que luchaba por el cambio de mi comunidad, y mi país para que mis hermanas, y sobrinas tuvieran oportunidades, pero ahora mis hijas también me motivan a seguir trabajando por la democracia en Nicaragua, es por mí, pero también lo hago por todas**" (Teo, comunicación personal, marzo de 2026). La maternidad no estrechó su horizonte político: lo densificó al convertir la abstracción de la lucha colectiva en algo urgente, sin cancelar la dimensión colectiva.

Otra entrevistada relata que la maternidad no construyó su subjetividad política, sino la convicción de que debía cambiar la condición de vida de las mujeres violentadas por el machismo: "**... para mí siempre fue importante tratar de cambiar el mundo de las mujeres y eliminar la violencia machista, fue como... mi meta**" (Eugenia, comunicación personal, marzo de 2026). Su práctica política se sitúa en el cuidado colectivo con las mujeres sobrevivientes de violencia machista, un itinerario que permite leer la propuesta de Camps (2021) en clave de cuidado que construye ciudadanía y empodera.

Aunque los mandatos de género asignados a los cuidados parecen formar parte del destino privado de las mujeres, en las entrevistadas ese destino se transforma en apropiación política subversiva del mandato. Cadahia (2024) señala que el reconocimiento que hacen las mujeres de su propio cuidado es una práctica de subjetivación política para con ellas mismas y sus mundos. La investigación documenta que las entrevistadas nombran lo que hacen como acción política, se reconocen como sujetas políticas que exigen derechos y construyen, desde la práctica de los cuidados, una posición política pública desde la cual demandan y acompañan.

La demanda de derechos como extensión pública del cuidado

La ciudadanía política del cuidado no permanece en el ámbito de la conciencia ni en el espacio de la conversación entre amigas. Se traduce en formas concretas de incidencia política que la investigación documenta en distintas escalas. Desde el acompañamiento individual en trámites migratorios hasta la articulación con organizaciones regionales para revocar medidas administrativas discriminatorias, pasando por el testimonio ante organismos internacionales y la construcción de agendas que nombran las necesidades de las mujeres, esta ciudadanía se ejerce desde la acción política. Una entrevistada acuña la categoría "activismo de acción" para describirse a sí misma: ***"toda mi vida yo he tenido el chip de ¿derecho que no se defiende, es derecho que se pierde!, hago mía esa acción y trato de reconocer y defender todos mis derechos, quizás no soy una activista de pancartas, pero soy una activista de acción en la calle"*** (Nydia Elisa, comunicación personal, marzo de 2026).

Los trabajos de acompañamiento que realizan las entrevistadas, a familias que recién transitan por el exilio o que están asentadas en algunos países de acogida, ofrecen una perspectiva situada de la defensa de derechos para transformar la vida de otras personas. La acción cotidiana que una de las entrevistadas desarrolla desde la organización campesina en el exilio ilustra lo que Rodríguez Enríquez (2015) identifica como ciudadanía del cuidado que se activa para exigir derechos. Es una estrategia sostenida de defensa, no remunerada, que activa la extensión del cuidado como garantía de derechos para quienes integran la comunidad.

"Ahorita tengo un caso en el que voy a dar acompañamiento a un campesino a realizar gestiones en el banco, porque no le quieren abrir cuenta, y es porque él no puede expresarse bien. También lo voy a acompañar para las gestiones de su seguro médico, y que lo puedan atender. Es validarle en sus derechos para que después no le cobren factura. Hay que hacer todo ese tipo de acompañamiento porque la vulnerabilidad es alta y no siempre los sistemas son fáciles de comprender".

(Ángela Nuriz, comunicación personal, marzo de 2026)

Otra entrevistada narra que en Honduras los cuidados son prácticas políticas desde las que recibe a nicaragüenses que huyen de la represión, les acompaña en su tránsito y movilización para la documentación y atiende a personas en situación de vulnerabilidad y violencia estatal. Describe su posición desde la imagen del andamiaje: **"Soy parte de un andamiaje, acompaño para que ellos y ellas no sientan que están viviendo todo esto solos, para mí es parte de mi lucha como feminista que mueve los sistemas"** (Violeta, comunicación personal, marzo de 2026).

Las redes de cuidado colectivo en el exilio obligan a reconocer dificultades estructurales que atraviesan la posibilidad de sostenerlas. Para una participante del grupo focal, demandar derechos no solo extiende los cuidados: es lucha de reivindicaciones que permite posicionar y nombrar las violencias tanto del Estado de Nicaragua como las que se viven en los países de acogida:

"Trabajar desde la organización implica reivindicar colectivamente derechos de las mujeres, pero también nombrar y visibilizar violencias estructurales y cotidianas, es innovar estrategias para seguir demandando lo valioso que son los cuidados para lo propio y lo colectivo".

(Alejandra, grupo focal Los Cuidados, comunicación personal, marzo de 2026)

La continuidad entre la práctica concreta de los cuidados y la demanda política estructural se hace visible también en los relatos sobre incidencia colectiva. La acción conjunta de las organizaciones nicaragüenses en el exilio construye en el país de acogida su agencia política. La comprensión compartida de los derechos permite identificar vulneraciones, articular respuestas y obtener resultados concretos. Esa incidencia, descrita por las entrevistadas, ocurre con frecuencia en los márgenes, no siempre es visible y resulta efectiva para sostener la acción política y la agencia (Silva, et al., 2025).

Las agendas de derechos que las entrevistadas sostienen dan cuenta de un conjunto de demandas situadas que convergen en algunos puntos y divergen en otros según la posición desde la que cada una habla. Cada relato evidencia demandas que surgen de la experiencia individual y colectiva, dirigidas tanto al

Estado de Costa Rica como al de Nicaragua. Esa heterogeneidad confirma que la ciudadanía política del cuidado se construye desde posiciones específicas y produce demandas específicas que ninguna agenda única puede contener sin invisibilizar a alguna (Crenshaw, 1989; Hill Collins, 1990).

La tensión entre la urgencia del cuidado cotidiano y los tiempos de la incidencia política es uno de los obstáculos más consistentes documentados en la investigación. Siguiendo a Pautassi (2007) y a la arquitectura normativa de la Opinión Consultiva OC-31/25 (Corte Interamericana de Derechos Humanos, 2025), los cuidados como cuestión de derechos requieren reconocer la interdependencia entre el derecho a recibir cuidados y los derechos de quienes cuidan a hacerlo en condiciones que no interrumpen su participación política (CIM-OEA, 2023; CEPAL, 2022).

La represión que actúa a través de los vínculos: persecución, culpa e institucionalización del miedo

La violencia política que el gobierno Ortega-Murillo ejerció y sostiene sobre las defensoras y lideresas no ha seguido un patrón único. Opera como violencia silenciosa y sostenida que atraviesa los vínculos afectivos, convierte la cercanía con una feminista y defensora en riesgo para quienes la rodean y produce en ellas la culpa de ser un peligro para las personas que aman. El Estado nicaragüense ha implementado una persecución sistemática dirigida a la identificación de activistas y líderes feministas a quienes criminaliza y considera amenaza política, desplegando contra ellas leyes que criminalizan, estigmas, presión económica, persecución transnacional y ataques a sus redes afectivas (IM-Defensoras, 2026; Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas, 2025; Silva et al., 2025).

Algunas entrevistadas narran experiencias de persecución a sus familias con consecuencias directas en las condiciones de vida. Luz refiere que su familia ha experimentado la persecución y la exclusión laboral por ser identificada como simpatizante de un partido político de oposición: **"...no les dan trabajo y los apartan porque dicen que somos de Yatama y opositores"** (Luz,

comunicación personal, marzo de 2026). Esa situación aceleró su decisión de migrar. La violencia económica es utilizada por el gobierno Ortega-Murillo como instrumento de represión política: **"... al ser reconocida como feminista y opositora tuve que salir de Nicaragua para preservar mi seguridad y la de mi hijo, el exilio me ha limitado, no tengo salario formal, ni organización de respaldo inmediato... vivo con cuatro trapitos"** (*Violeta, comunicación personal, marzo de 2026*).

La represión y la persecución impulsadas dentro y fuera del país contra las feministas y activistas exiliadas han trasladado el miedo también a la seguridad de las personas a quienes ellas cuidaron antes de su salida o siguen cuidando en la distancia. Una entrevistada relata que su miedo no estaba relacionado solo con su activismo, sino con lo que este podía provocar en su familia y en sus redes cercanas: **"Tuve miedo de provocar alguna situación de represión en mi familia o personas que estuviesen relacionada conmigo. Eso te hace cargar con culpas, siento culpas del riesgo que yo podía representarles"** (*Chilo, comunicación personal, marzo de 2026*).

Otra entrevistada añade que el miedo por la represión no se relacionaba solo con la situación de asedio que vivía su familia en Nicaragua por parte de la policía, sino también con el riesgo que en el exilio en Costa Rica existía para las personas exiliadas que habían sido muy visibles en las protestas de 2018.

"Yo era muy visible y tenía que tener ciertas medidas de seguridad aquí [Costa Rica], temía también por quienes estaban en el exilio conmigo y también tuve miedo por mi familia, la policía empezó a asediarles, había hasta antimotines cerca de la casa de mis padres y mi mamá, me llamaba y me decía: amorcito no te asustes, no te preocupes, pero la policía está en nuestra casa por las transmisiones de radio de tu papá, y claro sentí mucho miedo por ellos y su seguridad".

(Nydia Elisa, comunicación personal, marzo de 2026)

La política afectiva de la culpa (Ahmed, 2015) opera como mecanismo de control. Las emociones de culpa que las estructuras represivas producen en las personas perseguidas operan como efectos calculados de una política represiva y

criminal deliberada. Cuando las activistas feministas y defensoras comienzan a alejarse de sus seres queridos para protegerles, el gobierno está aislándolas y dejándolas sin redes. Con Segato (2018), esa operación forma parte de una pedagogía de la crueldad que enseña a transmutar los vínculos en amenazas.

El aislamiento progresivo de las defensoras y feministas figura entre los efectos más persistentes de la persecución sostenida: pierden redes, se autorrestringen y quedan en un aislamiento que puede vulnerarlas más. La estrategia de "bajar el perfil", que varias entrevistadas describen como mecanismo de protección de quienes las rodean, opera, desde el punto de vista del régimen, como dispositivo de desmovilización eficaz porque reduce la visibilidad, limita la acción e incidencia y produce autocensura sin necesidad de censura directa (Fernández Poncela, 2011).

La violencia política sobre las cuidadoras en el exilio no proviene solo del gobierno nicaragüense. Existen formas de violencia institucional en el país de acogida que afectan específicamente a las mujeres con responsabilidades de cuidado. Una entrevistada describe la respuesta que recibió en un servicio de salud costarricense cuando llegó en crisis de salud mental.

"Cuando tuve los dos intentos de suicidio [...] y llegué al hospital lo primero que me preguntaron es que si yo era drogadicta, me dijo una enfermera: ¿sos drogadicta? Y luego me dijo es que aquí han venido un montón de nicaragüenses drogados y fumados de marihuana. No solo me pareció cruel, sino que no hay comprensión del estrés de la violencia que hemos vivido y con la que venimos al exilio".

(Teo, comunicación personal, marzo de 2026)

La experiencia de esta entrevistada combina el estigma, la falta de comprensión de los niveles de violencia y terror que el gobierno Ortega-Murillo ha inscrito en los cuerpos de las activistas feministas y los niveles adicionales de estigma que opera el sistema sanitario del país de acogida. Esas experiencias se describen como efectos de estructuras que ubican a determinados cuerpos como inherentemente sospechosos. En el momento de mayor vulnerabilidad, las instituciones que debían protegerlas tampoco fueron efectivas. Allí se activa la

intersección de género, origen nacional, clase y condición de refugiada que Crenshaw (1989) y Hill Collins (1990) teorizan como punto ciego de las políticas que solo abordan una dimensión de la exclusión (Gatica, 2024).

El impacto del miedo, la culpa, el agotamiento y el aislamiento como efectos acumulados de esa violencia sobre la capacidad de sostener la participación política constituye un hallazgo importante. Una entrevistada que permanece en Nicaragua lo describe en los términos más corporales: su fortaleza viene de no haber estado sola, de juntarse con otras y compartir lo que pasan dentro del país, y reconoce que su debilitamiento viene de la imposibilidad del miedo.

Que la entrevistada continúe recibiendo en su casa a personas en situación de peligro, sabiendo que no tiene plan de escape claro y que no ha dormido tranquila, describe lo que la resistencia de largo aliento significa en condiciones de represión activa. La entrevistada finaliza enunciando la apuesta que sostiene su permanencia: ***"Cuando esta tempestad caiga, vamos a juntarnos y las feministas vamos a seguir peleando, porque nos sostiene la convicción de que la rendición no es opción"*** (Feminista en Nicaragua, comunicación personal, marzo de 2026).

La ciudadanía política del cuidado en tres movimientos

En la investigación, el empoderamiento político a través del cuidado nombra el origen: mujeres que llegaron a la política desde el cuidado del territorio, del cuerpo colectivo y de las redes comunitarias, y que en el exilio continuaron ese proceso desde condiciones más adversas y con recursos más escasos. La incidencia y la demanda de reconfiguración de agendas nombra el despliegue, la traducción de esa subjetividad politizada en formas concretas de acción: el acompañamiento, la denuncia, la articulación y los testimonios que exigen al Estado de Nicaragua y a la comunidad internacional responder ante las violaciones y crímenes de lesa humanidad. La violencia política dirigida a las mujeres que cuidan nombra la respuesta del gobierno Ortega-Murillo como dispositivo deliberado orientado a desmovilizar, aislar, quebrar y agotar a quienes cuidan e inhibir la demanda de derechos (Segato, 2018; Silva et al., 2025).

La categoría de ciudadanía política del cuidado, tal como el marco teórico la define (Rodríguez Enríquez, 2015; Batthyány, 2015; Díaz Reyes, 2021), es una ciudadanía construida desde el cuidado mismo, que hace de la práctica de sostener la vida de las otras el lugar desde el cual se habla en público, se exige en política y se resiste a la represión y persecución del gobierno nicaragüense.

El hallazgo político relevante reside en que las mujeres cuidan como forma de hacer política, no en que participen en política mientras cuidan. La comunidad entre mujeres se construye en el compartir espacios íntimos que florecen en la acción colectiva. La resistencia se ejerce tanto en las acciones estratégicas desde las organizaciones como en las acciones cotidianas al recibir a personas que siguen huyendo de la represión en Nicaragua. Reconocer esas acciones como ciudadanía política y no como abnegación, vocación o naturaleza femenina desplaza conceptualmente los cuidados hacia la acción política, la ciudadanía y la construcción democrática (Pérez Orozco, 2024; Magallón, 2012; Cabnal, 2010).



PISTAS PARA FUTURAS

ESTRATEGIAS

Pistas para futuras estrategias

Este apartado constituye un insumo de trabajo. Organiza sugerencias en tres bloques temáticos derivadas de los hallazgos y fundamentadas en el marco conceptual, situadas en la exigibilidad política, no en el auxilio. La propuesta articula dos premisas: las mujeres cuidadoras nicaragüenses son sujetas políticas y titulares de derechos, no beneficiarias de asistencia, y la reconstitución de los ecosistemas de cuidado funciona como demanda al Estado y como proyecto propio del movimiento feminista, registros que deben sostenerse sin sustituirse.

Bloque 1. Recomendaciones para organizaciones feministas y redes de cuidado en Nicaragua y en el exilio

Este bloque se dirige a las colectivas, organizaciones feministas, redes de defensoras y articulaciones territoriales que sostienen, en Nicaragua y en el exilio, la trama organizativa que la represión busca dismantelar (Pérez Orozco, 2018, 2024; Ramírez Domínguez, 2025).

Instalar el autocuidado como infraestructura financiada y estructural, no como beneficio secundario

Las activistas reconocen el autocuidado como derecho y acto político pero acceden a él solo en los márgenes que la precariedad permite. Se recomienda adoptarlo como línea presupuestaria permanente, protegida de presiones extractivistas que lo reduzcan a rendición de cuentas (Ramírez Domínguez, 2025).

Construir redes de acompañamiento psicosocial sostenidas, no de emergencia

La salud mental es el núcleo más exigente del autocuidado y el que el exilio sistemáticamente niega: ansiedad, duelo no procesado, intentos de suicidio, estigma sanitario. Se recomienda sostener dispositivos psicosociales

especializados en exilio forzado, con disponibilidad sostenida y clínica feminista que reconozca la raíz estructural (Ahmed, 2015; Fernández Poncela, 2011).

Desarticular la cultura del sacrificio en las propias organizaciones

Las organizaciones feministas reproducen una cultura del sacrificio que exige resultados al ritmo de los donantes mientras las activistas acumulan agotamiento, trauma y enfermedad. Se recomienda incorporar como política explícita la desnaturalización del sacrificio (Molinier, 2005; Molinier y Legarreta, 2016) y colocar la sostenibilidad de las activistas como criterio no negociable.

Articular redes transnacionales de mujeres campesinas, feministas e indígenas nicaragüenses

Las infraestructuras colectivas de mujeres campesinas exiliadas y las redes clandestinas dentro de Nicaragua deben reconocerse como sujetos políticos de la reconstitución, no como beneficiarias de programas (Santillana Vallejo, 2026; Cabnal, 2010).

Protocolos de protección específicos para mujeres con trayectoria política larga en exilio

Las mujeres adultas mayores con trayectoria política intensa que llegan al exilio sin acceso a recursos requieren protocolos diferenciados (salud, vivienda adaptada, redes) que reconozcan su posición como sujetas de memoria del movimiento feminista (IM-Defensoras, 2026).

Sostener el vínculo con las feministas que permanecen en Nicaragua

La práctica de resistencia clandestina de articula encuentros periódicos, acompañamiento a casos de violencia machista y propuesta política bajo asedio extremo. Se recomienda diseñar formas de sostener ese vínculo sin exponer a las compañeras que permanecen, mediante seguridad digital, canales cifrados, apoyos discretos y reconocimiento que no comprometa su seguridad.

Desarrollar dispositivos de memoria política feminista anticipada

Se recomienda desarrollar dispositivos de archivo y memoria política que documenten las prácticas de cuidado como resistencia, las agresiones contra cuidadoras y las estrategias de sostenimiento del período (Jelin, 2020; di Giorgi, 2023; Silva et al., 2025).

Bloque 2. Recomendaciones para la exigibilidad de derechos ante el Sistema Interamericano y otros marcos normativos

Este bloque se dirige al litigio estratégico y a la incidencia ante el Sistema Interamericano, el Sistema Universal y las instancias del país de acogida, apoyado en la OC-31/25 (Corte Interamericana de Derechos Humanos, 2025), las observaciones de la CIM-OEA (2023) y CEPAL (2022), leídos críticamente desde la advertencia decolonial (Cabnal, 2010; Paredes, 2011).

Incorporar el cuidado como derecho humano autónomo en informes y peticiones

La OC-31/25 reconoce cinco atributos indelegables del derecho al cuidado: recibir cuidados adecuados, cuidar en condiciones dignas, autocuidarse, distribución justa a cargo del Estado y prohibición de discriminación. Se recomienda incorporarlos como marco explícito en informes ante la CIDH y mecanismos universales (CEDAW, EPU, relatorías), documentando la violación de cada uno en el contexto nicaragüense y del exilio forzado (CIM-OEA, 2023; CEPAL, 2022).

Documentar la persecución específica contra cuidadoras como patrón de violencia de género

Silva et al., (2025) identifican el cuidado como categoría política perseguida; IM-Defensoras (2026) registra 347 desplazamientos de defensoras entre 2018 y julio de 2025. Se recomienda incorporar la categoría “persecución a cuidadoras” como patrón específico de violencia de género en informes ante la CIDH, la

Corte IDH y mecanismos universales, condición para futuras medidas de protección, sanción y reparación.

Activar la exigibilidad sobre el Estado costarricense de acogida

Las mujeres exiliadas enfrentan en Costa Rica desprotección específica: ausencia de cuidado infantil para refugiadas, barreras lingüísticas, estigma en salud mental y trabas para alojamiento sin documentación (Gatica, 2024). Se recomienda activar exigibilidad ante la Defensoría de los Habitantes, la Sala Constitucional y, si procede, peticiones ante la CIDH contra Costa Rica por incumplimiento de la OC-31/25.

Litigio estratégico sobre la desnacionalización como forma de violencia política de género

La desnacionalización masiva desde 2023 ((Silva et al., 2025; Feldmann et al., 2024) afecta de manera diferenciada a las cuidadoras al romper vínculos jurídicos, familiares y de propiedad. Se recomienda litigio que tipifique la desnacionalización como violencia política de género articulada con el derecho al cuidado, y que solicite restitución de nacionalidad, acceso a propiedades confiscadas y reagrupación familiar.

Documentar para el eventual proceso de verdad, justicia y reparación

Sin registro sistemático, las violencias asociadas a la represión y sus efectos sobre los cuidados quedarán fuera de procesos futuros de transición democrática. Se recomienda incorporar los impactos sobre las prácticas de cuidado (destrucción de albergues, clausura de monitoreos, persecución de redes, maternidad como tortura) como categoría de análisis para una eventual comisión de la verdad o mecanismo de justicia transicional (Jelin, 2020; Feldmann et al., 2024; Silva et al., 2025).

Articulación con mecanismos universales y relatorías temáticas

Se recomienda articular la denuncia regional con mecanismos universales: Relatoría Especial sobre Nicaragua, Grupo de Expertos, Relatoría sobre defensores, Relatoría sobre derechos de las mujeres, Comité CEDAW y Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas, movilizándolo los estándares de la OC-31/25 y la categoría “persecución a cuidadoras” en cooperación con IM-Defensoras (2026) y la red de defensoras en el exilio.

Bloque 3. Líneas estratégicas para la sostenibilidad de la vida y la reconstitución de redes de cuidado como práctica política

Este bloque se dirige al horizonte político más amplio del movimiento feminista nicaragüense en el exilio y dentro del país. La reconstitución de redes construye una arquitectura nueva, antes que restaurar lo previo a 2018, que aprenda del pasado organizativo y responda a las condiciones específicas del exilio y la represión sostenida (Pérez Orozco, 2024; Magallón, 2012; Cabnal, 2010).

Construir infraestructuras colectivas de vida compartida

La experiencia de catorce mujeres campesinas exiliadas que construyeron casas, seguridad alimentaria, crianza compartida y acogida demuestra que la reconstitución colectiva es posible cuando se sostiene sobre infraestructuras materiales. Se recomienda adoptar ese modelo replicable en otras zonas del exilio nicaragüense (Costa Rica, Honduras, México, España), articulando sostenibilidad económica, política del cuidado y reconstrucción de ciudadanía en destierro.

Recuperar la memoria organizativa previa a 2018 como archivo vivo

Los testimonios documentan décadas de trabajo organizativo feminista previo a 2018 (albergues, monitoreo de femicidios, programas de autocuidado, redes de acompañamiento). Se recomienda recuperación sistemática de esa memoria como archivo vivo del saber feminista nicaragüense, infraestructura estratégica

para la reconstitución democrática y formación política de nuevas generaciones (Kirkwood, 1985; Di Giorgi, 2023).

Financiamiento feminista del cuidado colectivo como proyecto político

Frente a la tensión entre la retórica del autocuidado y la exigencia extractivista de los financiadores, se recomienda negociar un financiamiento que cubra el cuidado colectivo como línea programática central, flexibilice cronogramas e indicadores y reconozca la memoria, el duelo y el cuidado psicosocial como financiables con el mismo rango que la incidencia (Pérez Orozco, 2018).

Rearticular alianzas feministas mesoamericanas y latinoamericanas

Se recomienda rearticular formalmente las alianzas mesoamericanas y latinoamericanas con protagonismo de las defensoras nicaragüenses exiliadas, alrededor de tres ejes: agenda regional sobre el derecho al cuidado, documentación compartida de la persecución por motivo de género y construcción de infraestructuras regionales de autocuidado colectivo (IM-Defensoras, 2026).

Politizar lo afectivo como práctica organizativa cotidiana

Las emociones politizadas (duelo como alianza, rabia como denuncia, esperanza contra la lógica sacrificial) requieren dispositivos organizativos explícitos: círculos de saberes, contención emocional, rituales feministas de duelo (Ahmed, 2015; Fernández Poncela, 2011; Bellelli, Leone y Curci, 1999; Ramírez Domínguez, 2025).

Disputar el sentido público del cuidado como ciudadanía democrática

Se recomienda una línea sostenida de disputa por el sentido público del cuidado en los países de acogida y en la futura reconstrucción democrática, con materiales de divulgación, articulación con agendas sindicales y comunitarias, presencia académica y pedagogía pública que desnaturalice el cuidado como atributo exclusivamente femenino (Camps, 2021; Pautassi, 2007; Tronto, 1993).

Sostener una apuesta de largo plazo por una Nicaragua cuidadora

Se recomienda inscribir como horizonte explícito la apuesta por una Nicaragua cuidadora, con propuestas programáticas para una eventual transición democrática: política nacional de cuidados, sistema integral de atención a la violencia, mecanismos de memoria, verdad, justicia y reparación con enfoque de género, y garantías de no repetición que reconozcan el cuidado como derecho humano autónomo (Paredes, 2011; Cabnal, 2010; Corte Interamericana de Derechos Humanos, 2025).

Reflexiones finales

La investigación documenta que el período 2020-2025 reconfiguró los cuidados de las mujeres nicaragüenses, en su mayoría en condición de exilio, como campo de batalla, plataforma de subjetivación política y archivo de la memoria corporal de la resistencia y su activismo político. Las narrativas evidencian la articulación entre la destrucción deliberada de las infraestructuras de cuidados, la emergencia de economías informales que sostienen la vida desde la agencia colectiva y la constitución política de las cuidadoras como sujetas titulares de derechos. Estas conclusiones sintetizan los hallazgos por dimensión, articulan los nudos transversales que la lectura cruzada hace pensables y formulan la lectura política de fondo del proceso documentado.

La fractura cotidiana del cuidado y la postergación estructural de la sujeta cuidadora

La primera dimensión examina las transformaciones simultáneas en los tres niveles del cuidado: individual, familiar y colectivo. El autocuidado aparece como aspiración nombrada, derecho reconocido y práctica sistemáticamente postergada; ninguna entrevistada lo describe como práctica estable y sostenida. Luz formula desde su posición de mujer miskita en exilio el grado más radical del mandato del ser-para-otros: *“para mí misma no tengo tiempo”*. El cuerpo de la cuidadora se convierte en el recurso más disponible y el menos protegido. La salud mental emerge como núcleo más exigente, atravesado por crisis de ansiedad graves, autolesiones, estados de alerta permanente y duelos retenidos por la imposibilidad de acompañar enfermedades y muertes a distancia.

El cuidado familiar se reorganiza desde la precariedad: la figura de la madre sola en el exilio sin red de apoyo expresa la forma más aguda de esa reconfiguración. El cuidado colectivo no se debilitó, fue desmantelado mediante el cierre sistemático de organizaciones feministas, la cancelación de personerías jurídicas y el exilio forzado de los liderazgos. La exigibilidad se dirige al Estado

nicaragüense en clave de verdad, justicia, reparación y no repetición conforme a los estándares de la OC-31/25, y al Estado costarricense en términos de cumplimiento sustantivo de las obligaciones derivadas de la Convención sobre el Estatuto de los Refugiados, la Convención Americana y la CEDAW.

La reconfiguración material de los cuidados y las economías informales como agencia colectiva

La segunda dimensión documenta la transformación material de las prácticas y la emergencia de economías informales como respuesta a la ausencia de infraestructura institucional en el país de acogida. El contraste entre cuidar en Nicaragua y cuidar en el exilio marca dos formas radicalmente distintas de organizar la vida: en Nicaragua los cuidados descansaban sobre arquitecturas relacionales construidas a lo largo de años; el exilio dismanteló esas arquitecturas sin ofrecer reemplazo institucional. Luz registra esa ruptura cuando la palabra “sola” no nombra soledad emocional sino ausencia de infraestructura, profundizada interseccionalmente por la barrera idiomática miskita-español.

Las economías informales del cuidado emergen como respuestas de agencia colectiva frente a la exclusión estructural, demostrando empíricamente, como en el caso de las catorce mujeres campesinas de Teo, que la organización comunitaria genera infraestructuras de sostenibilidad vital. Bajo la violencia estatal, cuidar se politiza y conlleva costos tangibles: la negación oficial de la pandemia trasladó la responsabilidad sanitaria a las redes de mujeres (Nydia Elisa), mientras que el cierre de espacios mediáticos, el acoso policial y el dismantelamiento sistemático de albergues, sistemas de monitoreo de femicidios y organizaciones feministas (Eugenia) evidencian que el cuidado es una categoría política perseguida por dispositivos represivos estatales nicaragüenses.

Los cuidados como ciudadanía política y la violencia dirigida a las cuidadoras

La tercera dimensión examina los cuidados como lugar de constitución subjetiva, plataforma de incidencia y blanco específico de la violencia política. La subjetividad política de las entrevistadas no comenzó en 2018 ni en el exilio: precede a las crisis. Nydia Elisa acuña la categoría **“activismo de acción”**: **“derecho que no se defiende, es derecho que se pierde”**. La construcción colectiva de los tranques anti-canal, el activismo feminista de larga data y el trabajo con sobrevivientes de violencia machista son trayectorias políticas que el exilio reconfigura sin clausurar. La maternidad opera como palanca política y como trampa simultáneamente: Teo, Ángela Nuriz y Chilo afirman que las maternidades densificaron sus horizontes políticos; Eugenia construye su subjetividad desde el cuidado colectivo, no desde la posición materna.

La práctica del cuidado se traduce en formas concretas de incidencia: acompañamiento en trámites migratorios, articulación con organizaciones regionales, testimonios ante organismos internacionales, casas seguras clandestinas. La violencia política contra las cuidadoras incluye la del Estado nicaragüense (persecución transnacional, asedio a familias, desnacionalización) y la institucional del país de acogida (estigma sanitario que la Teo describe al ser preguntada en el hospital costarricense si era “drogadicta” tras dos intentos de suicidio, o la experiencia de Luz al “sentirse menos” por no hablar español). El testimonio de una feminista en Nicaragua condensa el costo corporal: **“los miedos siguen en el cuerpo, un cuerpo que se agota y que tiembla por el terror al que está sometido”**: inscripción corporal de la contra-pedagogía de la crueldad que enseña a transmutar lo vivo en cosa.

Articulaciones entre dimensiones

La lectura cruzada hace pensables nudos que ninguna dimensión por separado puede formular: (i) la simultaneidad de destrucción y creación ; la mujer campesina que narra la construcción de una red que atiende a personas recién llegadas al exilio costarricense, es también, confundadora del movimiento anticanal, y la mujer campesina que señala la construcción de casas (14) en compañía de otras mujeres del movimiento campesino. Agencia y vulnerabilidad se sostienen en la misma respiración, lo que obliga a abandonar las figuras victimista y heroizante; (ii) la operación de la interseccionalidad como análisis de relaciones de poder: la identidad miskita, la barrera idiomática, la precariedad rural sin servicios de cuidado, la posición generacional en exilios despoblados y la ausencia o presencia de reagrupación familiar producen experiencias diferenciadas que el cuerpo-territorio del feminismo comunitario lee como inscritas simultáneamente en cuerpos y territorios; (iii) la temporalidad superpuesta del período 2020-2025: el tiempo de la sobrecarga cotidiana, del exilio prolongado, de la pandemia, del cuidado a distancia, de los duelos no procesados y del miedo instalado en el cuerpo se imbrican en las mismas biografías, atravesados por la memoria política feminista anterior a 2018; (iv) la articulación entre exigibilidad jurídica y perspectiva decolonial-comunitaria: la OC-31/25 abre exigibilidad ante el Estado y la tradición decolonial advierte que el reconocimiento jurídico puede absorber la demanda feminista sin transformar la organización social del cuidado; las narrativas confirman la tensión sin resolverla; (v) la memoria corporal como archivo: cada cuerpo de las entrevistadas registra las temporalidades superpuestas como inscripción material, archivo y memoria política feminista que el régimen busca borrar.

Cierre analítico-político

Los cuidados, en la Nicaragua del período 2020-2025, operan simultáneamente como campo de batalla, lugar de subjetivación política y archivo corporal de la resistencia. Sustener juntas las tres operaciones constituye la apuesta política y epistemológica de la investigación. El régimen Ortega-Murillo desplegó una

estrategia deliberada de destrucción de las infraestructuras feministas y de los sistemas de cuidado construidos durante décadas: la cancelación de personerías jurídicas, el cierre de albergues que fueron referencia para Centroamérica, la clausura de los sistemas de monitoreo de femicidios, la criminalización de los liderazgos y la desnacionalización masiva configuran la persecución política por motivo de género; el cuidado deviene en categoría política perseguida.

La reconstitución de redes en el exilio y la clandestinidad constituye un acto de resistencia ante una política criminal que busca consumir, desde adentro, la destrucción iniciada con la persecución externa. Las mujeres entrevistadas se posicionan como sujetas políticas titulares de derechos y productoras de saberes situados sobre los cuidados; su condición de refugio les otorga una ventaja epistémica para interpretar el destierro y exigir las obligaciones incumplidas por los Estados de origen y de acogida. La sostenibilidad de la resistencia feminista nicaragüense depende de transformar el reconocimiento del cuidado autónomo y mutuo, y considerarlo como condición material del activismo, financiable, sostenible y exigible tanto dentro como fuera de las organizaciones.

La continuidad de la lucha se funda en la interdependencia entre cuidado y resistencia: sin cuerpos cuidados no hay lucha sostenida, ni viceversa. La convicción de que **"la rendición no es opción"** se erige como archivo, lenguaje de denuncia y horizonte democrático. Documentar los cuidados entre 2020 y 2025 desde una investigación feminista situada permite validar esa postura y restituir el cuidado como una condición pública y política ineludible para la resistencia.

Referencias bibliográficas

- Ahmed, S. (2015). La política cultural de las emociones. Universidad Nacional Autónoma de México, Programa Universitario de Estudios de Género.
- Bagnato, M. L. (2024). Politizar los cuidados para repensar lo común. *Bordes*, 9(34), 151-162.
- Batthyány, K. (2015). Las políticas y el cuidado en América Latina. Una mirada a las experiencias regionales. CEPAL.
- Batthyány, K. (2024). Desafíos y oportunidades de la sociedad del cuidado en América Latina y el Caribe. En K. Batthyány, J. A. Pineda Duque y V. Perrotta (Coords.), *La sociedad del cuidado y políticas de la vida* (pp. 19-37). CLACSO.
- Batthyány, K., Pineda Duque, J. A. & Perrotta, V. (Coords.). (2024). *La sociedad del cuidado y políticas de la vida*. CLACSO. <https://tinyurl.com/5ffkf3w4>
- Becerra, T. (2013). Mujeres víctimas de la represión política en Argentina: resignificación del rol materno y demandas ciudadanas.
- Bellelli, G., Leone, G. y Curci, A. (1999). Emoción y memoria colectiva: el recuerdo de acontecimientos públicos. *Psicología Política*, 18, 101-124.
- Blanco Rivero, J. J. (2012). La historia de los conceptos de Reinhart Koselleck: conceptos fundamentales, Sattelzeit, temporalidad e histórica. *Politeia*, 35(49), 1-33.
- Cabnal, L. (2010). Acercamiento a la construcción del pensamiento epistémico de las mujeres indígenas feministas comunitarias de Abya Yala. En L. Cabnal y Asociación para la Cooperación con el Sur (Eds.), *Feminismos diversos: el feminismo comunitario* (pp. 11-25). ACSUR-Las Segovias.
- Cadahia, L. (2024). El cuidado de sí misma como práctica de subjetivación política. En L. Cadahia y P. Biglieri (Eds.), *El futuro en reversa: claves para una república de los cuidados* (pp. 181-205). Prometeo.
- Camps, V. (2021). *Tiempo de cuidados. Otra forma de estar en el mundo*. Arpa.
- Carcedo, A., Chaves Groh, M. J. y Lexartza, L. (2011). Cadenas globales de cuidados: el papel de las migrantes nicaragüenses en la provisión de cuidados en Costa Rica. ONU Mujeres.

- Cejil. (2024). Informe sobre el acceso seguro al territorio y la libertad de circulación en Centroamérica. Centro por la Justicia y el Derecho Internacional.
- CEPAL. (2022). El derecho al cuidado en América Latina y el Caribe: avances normativos. Observatorio de Igualdad de Género de América Latina y el Caribe. Comisión Económica para América Latina y el Caribe.
- CIM-OEA. (2023). Observaciones escritas de la Comisión Interamericana de Mujeres sobre el contenido y alcance del cuidado como derecho humano y su interrelación con otros derechos. Solicitud de Opinión Consultiva OC-2-2023. Comisión Interamericana de Mujeres, Organización de los Estados Americanos.
- CIRC [Comité Internacional de la Cruz Roja]. (2025). Informe sobre personas afectadas por la violencia armada en las Américas. CIRC.
- Comas-d'Argemir, D. (2019). Cuidados y derechos: el avance hacia la democratización de los cuidados. *Política y Sociedad*, 56(3).
- Comas-d'Argemir, D. y Soronellas, M. (2019). Men as carers in long-term caring: doing gender and doing kinship. *Journal of Family Issues*, 40(3), 315-339.
- Comelin-Fornés, A., Leiva-Gómez, S. y Garcés-Estrada, C. (2024). Trabajo doméstico y de cuidado migrante. Culturas emocionales en tensión. En K. Batthyány, J. A. Pineda Duque y V. Perrotta (Coords.), *La sociedad del cuidado y políticas de la vida* (pp. 189-215). CLACSO.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL]. (2023), *Panorama Social de América Latina y el Caribe, 2023* (LC/PUB.2023/18-P/Rev.1), Santiago.
- Comisión Interamericana de Derechos Humanos [CIDH]. (2019). Resolución 2/2019: Migración forzada de personas nicaragüenses. OEA.
- Corte Interamericana de Derechos Humanos. (2025). Opinión Consultiva OC-31/25: Derecho al cuidado. <https://www.corteidh.or.cr>
- Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A Black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. *University of Chicago Legal Forum*, 1989(1), 139-167.
- Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A Black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. *University of Chicago Legal Forum*, 1989(1), 139-167.

- Di Giorgi, A. L. (2023). Lo personal es político: recepción y resignificación desde el feminismo uruguayo posdictadura. En *Notas para la memoria feminista. Uruguay 1983-1995* (pp. 161-192).
- Díaz Reyes, M. J. (2021). Feministas frente a la cultura patriarcal de la Revolución Sandinista y la Rebelión de Abril. *Canadian Journal of Latin American and Caribbean Studies*, 46(3), 1-25.
- Echeverría, R. y Fernández, A. (2024). Condiciones socioeconómicas y pobreza en Centroamérica en el período pospandemia. Documento de trabajo. CEPAL.
- Feldmann, A. y Sturino, F. (2024). Autocratización y migración forzada en Nicaragua: patrones, destinos y consecuencias para los derechos humanos. *Latin American Politics and Society*.
- Feldmann, A. y Sturino, F. (2024). Autocratización y migración forzada en Nicaragua: patrones, destinos y consecuencias para los derechos humanos. *Latin American Politics and Society*.
- Fernández Poncela, A. M. (2011). Antropología de las emociones y teoría de los sentimientos. Versión. *Estudios de Comunicación y Política*, 26, 1-24.
- Gatica López, G. A. (2024). (Des)cuidando a las que cuidan: el olvido en Costa Rica a mujeres migrantes ocupadas en trabajos de cuidados y trabajo doméstico remunerado. *Revista Rupturas*, 16(1).
<https://doi.org/10.22458/rr.v16i1.6373>
- Gilligan, C. (2009). Le care, éthique féminine ou éthique féministe? *Multitudes*, 37-38, 76-79.
- Guzmán, A. (2019). Descolonizar la memoria, descolonizar los feminismos. *Feminismo Comunitario Antipatriarcal*. <https://www.biodiversidadla.org>
- Hill Collins, P. (1990). *Black feminist thought: Knowledge, consciousness, and the politics of empowerment*. Routledge.
- IM-Defensoras. (2026). Registro Mesoamericano de Agresiones a Defensoras de Derechos Humanos 2018-2025. Iniciativa Mesoamericana de Defensoras.
- IM-Defensoras. (2026). Registro Mesoamericano de Agresiones a Defensoras de Derechos Humanos 2018-2025. Iniciativa Mesoamericana de Defensoras de Derechos Humanos.
- Jelin, E. (2007). Víctimas, familiares y ciudadanos/as: las luchas por la legitimidad de la palabra. *Cadernos Pagu*, (29), 37-60.
- Jelin, E. (2020). *Las tramas del tiempo. Familia, género, memorias, derechos y movimientos sociales*. CLACSO.

- Julián-Vejar, D. (2021). Sociedades precarias. Sobre la relevancia de la precariedad en las sociedades contemporáneas. *Estudios Políticos*, (61), 179-203. <https://doi.org/10.17533/udea.espo.n61a08>
- Kirkwood, J. (1985). Feministas y políticas. *Nueva Sociedad*, (78), 62-70.
- Magallón, C. (2012). *Mujeres en pie de paz*. Siglo XXI.
- Mancillas, M. A. (2014). Memoria colectiva. Procesos psicosociales [reseña de Juárez Romero, J., Arciga Bernal, S. y Mendoza García, J. (Coords.)]. *Región y Sociedad*, 26(59), 243-250.
- Mateo Medina, R. (2014). La politización de la maternidad ante la impunidad en Colombia: el caso de las madres de Soacha.
- Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas. (2025). Informe mensual: mujeres defensoras y lideresas en Nicaragua. Noviembre de 2025.
- Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas. (2025, noviembre). Informe mensual: mujeres defensoras y lideresas en Nicaragua. Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas.
- Molinier, P. (2005). Le care à l'épreuve du travail: vulnérabilités croisées et savoir-faire discrets. En P. Paperman y S. Laugier (Eds.), *Le souci des autres: éthique et politique du care* (pp. 299-316). EHESS.
- Molinier, P. y Legarreta, M. (2016). Subjetividad y materialidad del cuidado: ética, trabajo y proyecto político. *Papeles del CEIC*, 2016(1), 1-14. <https://doi.org/10.1387/pceic.16084>
- OIT [Organización Internacional del Trabajo]. (2022). *Recuperación del empleo femenino en América Latina y el Caribe*. OIT.
- ONU Mujeres y CEPAL. (2024). *Las mujeres en América Latina y el Caribe: pobreza, autonomía e igualdad de género*. ONU Mujeres/CEPAL.
- ONU Mujeres. (2021). *Encuestas sobre la distribución del trabajo de cuidados durante la pandemia en Chile, Colombia y México*. Entidad de las Naciones Unidas para la Igualdad de Género y el Empoderamiento de las Mujeres.
- ONU Mujeres. (2021). *Encuestas sobre la distribución del trabajo de cuidados durante la pandemia en Chile, Colombia y México*. ONU Mujeres.

- Ortiz-Ledesma, R. (2020). Prácticas de cuidado en el movimiento feminista universitario: un estudio de caso de las morras universitarias mexicanas. *Intersticios Sociales*, (20), 219-248.
- Paredes, J. (2011). Plan de las mujeres: marco conceptual y metodología para el Buen Vivir. *Berkeley Planning Journal*, 15-17. <https://doi.org/10.5195/bsj.2010.9>
- Pautassi, L. (2007). El cuidado como cuestión social desde un enfoque de derechos. *Serie Mujer y Desarrollo*, N.º 87. CEPAL.
- Pérez Orozco, A. (2014). Subversión feminista de la economía. Aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida. *Traficantes de Sueños*.
- Pérez Orozco, A. (2018). Politizar los cuidados: mojarlos, des-entramarlos y emanciparlos para tejer común. *Devenir. Revista de Estudios sobre Reconocimiento y Ciudadanía*, 5(9), 11-30.
- Pérez Orozco, A. (2019). Subversión feminista de la economía: Aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida. *Traficantes de Sueños*.
- Pérez Orozco, A. (Comp.). (2024). *Economías feministas: arraigo, vínculo, subversión*. *Traficantes de Sueños*.
- Pineda, J. y Perrotta, V. (2024). Introducción. En K. Batthyány, J. A. Pineda Duque y V. Perrotta (Coords.), *La sociedad del cuidado y políticas de la vida* (pp. 7-15). CLACSO.
- Piper, N. (2005). *Gender and migration. A paper prepared for the Policy Analysis and Research Programme of the Global Commission on International Migration*. Global Commission on International Migration.
- PNUD y OIM [Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo y Organización Internacional para las Migraciones]. (2023). *Informe regional sobre movilidad humana en Centroamérica y el Caribe*. PNUD/OIM.
- Precarias a la deriva. (2008). *A la deriva por los circuitos de la precariedad femenina*. *Traficantes de Sueños*.
- Ramírez Domínguez, E. (2025). Autocuidados socioemocionales y cuidados colectivos: una experiencia de vida desde la psicoterapia corporal y el ecofeminismo. *Revista Estudios*, (50). <https://doi.org/10.15517/edsf0e87>
- REDLAC [Red de Agencias Humanitarias para América Latina y el Caribe]. (2025). *Informe humanitario regional 2024-2025*. REDLAC.

- Rodríguez Enríquez, C. (2012). La cuestión del cuidado: ¿el eslabón perdido del análisis económico? *Revista de la CEPAL*, (106), 23-36.
- Rodríguez Enríquez, C. (2015). *Economía feminista y economía del cuidado. Aportes conceptuales para el estudio de la desigualdad*. Nueva Sociedad, (256), 30-44.
- Rostica, J. y Herrera Mejía, C. (2025). *Desigualdades estructurales en Centroamérica: una lectura comparada del desarrollo humano en el istmo*. CLACSO.
- Santillana Vallejo, P. (2026). *Defender el territorio, sostener la vida: los cuidados en la construcción de subjetividades políticas de las mujeres de Calakmul, Campeche*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Segato, R. (2018). *Contra-pedagogías de la crueldad: actos y prácticas que enseñan, habitúan y programan a los sujetos a transmutar lo vivo y su vitalidad en las cosas*. Prometeo Libros.
- Silva, D. A., Lindo, P., Suárez, A. y Recinos, E. (2025). *Persecución política por motivo de género en Nicaragua: ni silencio ni olvido*. IM-Defensoras y Guernica 37.
- Silva, M. J. et al. (2026). *Represión, género e interseccionalidad en la Nicaragua de Ortega-Murillo*. *Canadian Journal of Latin American and Caribbean Studies*.
- Tobón, O. (2003). El autocuidado: una habilidad para vivir. *Hacia la Promoción de la Salud*, (8), 37-49.
- Tronto, J. (1993). *Moral boundaries: A political argument for an ethic of care*. Routledge.
- Valenzuela, M. E., Scuro, M. L. y Vaca Trigo, I. (2020). *Desigualdad, crisis de los cuidados y migración del trabajo doméstico remunerado en América Latina*. Serie Asuntos de Género, N° 158 (LC/TS.2020/179). CEPAL.
- Valenzuela, M. E., Scuro, M. L. y Vaca Trigo, I. (2020). *Desigualdad, crisis de los cuidados y migración del trabajo doméstico remunerado en América Latina*. Serie Asuntos de Género, N.º 158. CEPAL.
- Zacharias, A., Antonopoulos, R. y Masterson, T. (2012). *Why time deficits matter: Implications for the measurement of poverty*. Levy Economics Institute of Bard College.



www.cetcam.org

