

La economía del cuidado.

El trabajo que queda cuando lo demás se automatiza.

1. La paradoja del trabajo que no desaparece.

Durante décadas, el debate sobre el futuro del trabajo ha estado dominado por una pregunta: ¿qué pasará cuando las máquinas puedan hacer casi todo? La respuesta más común es que nos enfrentaremos a un mundo sin empleo, a una sociedad donde el trabajo asalariado, tal como lo hemos conocido, se extinguirá. La automatización, la robótica y la inteligencia artificial eliminarán millones de puestos de trabajo, y la renta básica universal (RBU) se convertirá en una necesidad para garantizar la supervivencia de una población que ya no es necesaria para producir.

Ese escenario tiene algo de liberador y mucho de inquietante. Liberador porque promete el fin de la maldición bíblica: "ya no tendremos que ganarnos el pan con el sudor de nuestra frente". E inquietante porque no sabemos qué haremos con nuestras vidas cuando el trabajo deje de ser el eje que las organiza. Pero hay una pregunta que rara vez se formula en este debate: ¿desaparecerá todo el trabajo?

La respuesta es no. Entre otros servicios, hay un tipo de trabajo que no desaparecerá con la automatización. Es el trabajo que sostiene la vida: criar, cuidar, alimentar, acompañar, consolar o curar. Es el trabajo que realizamos para que otros puedan vivir y para que nosotros mismos podamos vivir. Es el trabajo de cuidados.

La paradoja, sin embargo, es que el trabajo que permanece cuando todo lo demás se automatiza es precisamente el que menos valoramos. Es el peor pagado, el más precario e invisible. Mientras la sociedad se prepara para un futuro sin empleo, el cuidado sigue siendo una actividad devaluada, feminizada y explotada. ¿Por qué? ¿Qué nos dice esta paradoja sobre nuestra jerarquía de valores? ¿Qué nos dice sobre el tipo de sociedad que hemos construido y sobre el tipo de sociedad que queremos construir?

Este ensayo explora esa paradoja. Analiza el cuidado como trabajo, su feminización, precariedad, mercantilización y crisis. Y propone una salida: poner el cuidado en el centro de la organización social, no como un sector residual, sino como el paradigma de una nueva forma de vivir.

2. Qué es el cuidado más allá de la definición doméstica.

El cuidado es una palabra que utilizamos a diario, pero que rara vez definimos con precisión. Decimos que cuidamos a los hijos, a los padres mayores, a los enfermos, a la casa o al jardín. Decimos que nos cuidamos a nosotros mismos. Pero ¿qué significa exactamente cuidar?

El cuidado tiene al menos dos dimensiones. La primera es material. Implica tareas concretas, físicas, que requieren tiempo, energía y atención. Limpiar, cocinar, alimentar, bañar, movilizar, administrar medicamentos o gestionar citas médicas. La segunda es emocional. Supone escuchar, acompañar, consolar, sostener o estar presente. Estas dos dimensiones no siempre se distinguen con claridad, pero ambas son esenciales. No basta con alimentar a una persona mayor, hay que estar con él, hablarle, mirarle y reconocerle como persona.

La economista feminista Nancy Fraser ha señalado que el cuidado es una de las tres actividades fundamentales de la vida social, junto con el trabajo productivo y la participación política. Sin cuidado, no hay trabajadores que puedan producir, ni ciudadanos que puedan participar. El cuidado es la condición que hace posible todo lo demás. Y, sin embargo, es el trabajo más invisible y menos reconocido.

Una de las razones de esa invisibilidad es que el cuidado se ha asociado históricamente con el ámbito doméstico, con la familia y con la "naturaleza femenina". Se ha considerado una obligación moral, un deber de amor, no un trabajo. Pero el cuidado es trabajo, consume tiempo, energía y recursos. Y, como todo trabajo, puede realizarse en condiciones dignas o indignas, puede ser remunerado o no y puede ser reconocido o explotado.

La distinción entre cuidado remunerado y no remunerado es clave. El cuidado no remunerado es el que se realiza en el hogar, sin salario, sin contrato y sin derechos laborales. Es el trabajo que realizan mayoritariamente las mujeres: cocinar, limpiar, criar o cuidar de los enfermos y los mayores. Según datos de ONU Mujeres, las mujeres dedican al trabajo doméstico y de cuidados no remunerado tres veces más horas que los hombres. En España, las mujeres dedican una media de 4 horas y 25 minutos diarias a estas tareas, frente a 2 horas y 32 minutos de los hombres. Esta brecha de género en el cuidado no es una elección libre, es el resultado de una construcción social que asigna a las mujeres la responsabilidad principal del sostenimiento de la vida.

El cuidado remunerado, por su parte, es el que se realiza fuera del hogar, a cambio de un salario. Incluye desde las empleadas del hogar hasta las auxiliares de enfermería y desde las cuidadoras de residencias hasta las trabajadoras de ayuda a domicilio. Es un sector en expansión, pero también un sector precarizado, con salarios bajos, contratos temporales y una alta proporción de economía sumergida.

Ambas formas de cuidado comparten una característica: son invisibles. El cuidado no remunerado no aparece en las estadísticas de empleo, no cuenta para el PIB y no genera derechos de pensión. El cuidado remunerado, aunque aparece en las estadísticas, está mal pagado y socialmente despreciado. Como escribió la socióloga Arlie Hochschild, el cuidado es "el trabajo que nunca termina" y que, sin embargo, "nunca se reconoce".

3. La feminización del cuidado. Género, clase y origen.

El cuidado es trabajo de mujeres. Esa es la primera y más persistente característica del sector. En España, según la Encuesta de Población Activa, el 95,2% de las personas empleadas en el sector de los cuidados son mujeres. En el ámbito del cuidado no remunerado, la proporción es aún mayor. Las mujeres realizan el 76,6% del trabajo doméstico y de cuidados en el hogar.

Esta feminización no es un accidente. Es el resultado de una construcción histórica que ha asociado a las mujeres con la esfera doméstica y a los hombres con la pública. La filósofa Carole Pateman lo explicó con claridad: el contrato social moderno se basó en un "contrato sexual" que excluyó a las mujeres de la ciudadanía plena y las confinó al ámbito de la reproducción. El cuidado quedó así asignado a las mujeres por "naturalidad", como una extensión de su función biológica.

Pero la feminización del cuidado no es solo una cuestión de género, es también una cuestión de clase y de origen. Las mujeres que realizan el cuidado remunerado son, en su mayoría, mujeres de clase trabajadora, con bajos niveles de cualificación formal y, cada vez más, mujeres migrantes. En España, el 69% de las empleadas del hogar son de origen extranjero, principalmente de América Latina y Europa del Este. Son mujeres que han dejado sus propios hogares y sus propias familias para cuidar de los hogares y las familias de otros.

Este fenómeno ha sido descrito como la "cadena global del cuidado". Las mujeres del Sur Global migran al Norte Global para cuidar de los mayores y los niños, mientras sus propios hijos e hijas quedan al cuidado de otras mujeres en sus países de origen. Es una cadena de explotación que reproduce las desigualdades globales. Las mujeres más pobres cuidan de las más ricas y las que se quedan cuidan de las que se van. El cuidado, que debería ser un acto de reciprocidad y de amor, se convierte en una mercancía que se compra y se vende en un mercado global desigual.

La intersección de género, clase y origen crea una doble o triple discriminación. Las mujeres migrantes que trabajan en el cuidado sufren discriminación por ser mujeres, migrantes y trabajar en un sector despreciado.

Sus derechos laborales son con frecuencia inexistentes: contratos verbales, jornadas interminables, salarios por debajo del mínimo y aislamiento en el hogar de los empleadores. La Ley de Extranjería las hace especialmente vulnerables: sin permiso de trabajo, no pueden denunciar abusos sin arriesgarse a la deportación.

Como señala la socióloga Shirin Rai, el cuidado es una actividad que agota a quienes lo realizan. No solo por la carga física, sino por la carga emocional y la falta de reconocimiento. Las cuidadoras se agotan cuidando y ese agotamiento es sistemáticamente ignorado.

4. La precariedad del sector.

El cuidado remunerado es uno de los sectores más precarizados del mercado laboral. Los datos son contundentes.

En España el Salario Mínimo Interprofesional (SMI) para las empleadas del hogar se estableció en 2023 en 1.080 euros mensuales (en 14 pagas), pero muchas trabajadoras cobran por horas, sin contrato, sin vacaciones, sin pagas extras y sin baja por enfermedad. El 36% del trabajo doméstico se realiza de manera informal, según la Inspección de Trabajo. En 2025, la Inspección de Trabajo tramitó 16.341 infracciones por explotación laboral en el sector, la cifra más alta jamás registrada.

Las condiciones laborales en las residencias de mayores no son mucho mejores. Las auxiliares de enfermería cobran salarios que rondan los 1.200 – 1.400 euros al mes, con turnos rotativos, noches, fines de semana y festivos. La ratio de personal por residente es insuficiente, lo que genera sobrecarga y estrés. Un estudio de la Universidad de Valencia encontró que el 72% de las trabajadoras de residencias presenta síntomas de burnout.

La pandemia de COVID-19 puso de manifiesto la precariedad del sector. Las residencias de mayores fueron el epicentro de la tragedia. Más de 20.000 personas mayores fallecieron en residencias durante la primera ola, muchas de ellas sin atención médica adecuada, sin posibilidad de despedirse de sus familias. Las trabajadoras, mal equipadas y pagadas, fueron las primeras en enfermar y las últimas en ser reconocidas.

Pero la precariedad no es solo una cuestión de salarios y condiciones materiales. Es también una cuestión de falta de reconocimiento social. El cuidado se considera un trabajo de segunda categoría, un empleo "de mujeres", poco cualificado, que cualquiera puede hacer.

Otra vertiente de la paradoja es que el cuidado es uno de los trabajos más cualificados que existen. Requiere habilidades técnicas (movilización de pacientes, administración de medicamentos o cuidado de heridas), habilidades emocionales (empatía, paciencia y comunicación) y habilidades organizativas (gestión del tiempo y coordinación con otros profesionales). Sin embargo, la sociedad no lo reconoce como tal. Como escribió la filósofa Martha Nussbaum, el cuidado es una de las capacidades humanas fundamentales, pero es sistemáticamente ignorado en las políticas públicas y en la valoración social.

5. El cuidado como negocio.

En las últimas décadas, el cuidado ha dejado de ser un asunto exclusivamente doméstico para convertirse en un negocio. La externalización del cuidado, impulsada por la incorporación de la mujer al mercado laboral y el envejecimiento de la población, ha creado un mercado en expansión.

Ese mercado incluye residencias privadas, servicios de ayuda a domicilio, centros de día, plataformas digitales de cuidadores y seguros de dependencia. Es un sector que mueve miles de millones de euros y que genera beneficios para las empresas que lo gestionan. Pero la lógica del beneficio es incompatible con la lógica del cuidado.

El cuidado requiere tiempo, paciencia y vínculo. El mercado exige eficiencia, productividad y rentabilidad. Una residencia privada que cotiza en bolsa tiene que generar beneficios para sus accionistas y ello significa reducir costes, aumentar ratios de residentes por trabajador, recortar personal y precarizar las condiciones laborales. El resultado es un cuidado de baja calidad, deshumanizado y que trata a los mayores como algo que hay que gestionar, no como personas que hay que cuidar.

La mercantilización del cuidado también genera desigualdad en el acceso. Quien puede pagar una residencia de lujo, recibe un cuidado de calidad, pero quien no puede, depende de la residencia pública o de la caridad. En España, la Ley de Dependencia de 2006 pretendía garantizar el derecho a la atención de las personas en situación de dependencia, pero su aplicación ha sido desigual.

Las listas de espera son interminables: en 2025, más de 200.000 personas permanecían a la espera de recibir una prestación o un servicio de dependencia. El copago, vinculado a la renta y el patrimonio del usuario, puede alcanzar el 90% del coste del servicio en algunas comunidades autónomas.

El negocio del cuidado también incluye la explotación de las trabajadoras. Las plataformas digitales de cuidadoras, como las que operan en el sector de la limpieza o el cuidado de niños, funcionan con modelos de "falsa autonomía" que eluden las obligaciones laborales. Con frecuencia, las trabajadoras cobran por horas, sin contratos, sin vacaciones y sin protección social. La empresa se queda con una comisión por cada servicio, mientras las trabajadoras asumen todos los riesgos.

La mercantilización del cuidado es una perversión. Convierte una actividad esencial para la vida en una mercancía que se compra y se vende en función de la capacidad de pago.

Como señalaba Karl Polanyi, el mercado autorregulado es una utopía destructiva. Sin la intervención del Estado y de la comunidad, el capitalismo devora todo, incluido el cuidado.

6. La crisis de los cuidados. Demografía, familia y Estado.

La crisis del cuidado no es solo una cuestión de precariedad o de mercantilización, es también una crisis estructural que afecta a los cimientos de nuestra organización social.

La primera causa es el envejecimiento de la población. España es uno de los países más envejecidos del mundo. El 20,7% de la población tiene más de 65 años y se prevé que esa cifra alcance el 30,5% en 2055.

El número de personas en situación de dependencia crece cada año, mientras el número de personas en edad de trabajar se reduce. La tasa de dependencia (personas mayores de 65 años por cada 100 personas en edad de trabajar) pasará del 34% actual al 78% en 2050. Esto significa que cada vez habrá menos personas para cuidar de más personas.

La segunda causa es la incorporación de la mujer al mercado laboral. Durante décadas, el cuidado recayó sobre las mujeres que no trabajaban fuera de casa. Pero las mujeres se han incorporado masivamente al mercado laboral y ya no están disponibles para cuidar a tiempo completo. La tasa de actividad femenina en España ha pasado del 35% en 1980 al 70% en 2025. Eso es un avance histórico en términos de igualdad, pero también ha puesto de manifiesto la insostenibilidad del modelo tradicional de cuidado.

La tercera causa es la insuficiencia de las políticas públicas. La Ley de Dependencia de 2006 fue un paso importante, pero su financiación es insuficiente y su aplicación desigual. El gasto público en cuidados de larga duración en España representa el 0,7% del PIB, frente al 1,6% de la OCDE y el 3,2% de Dinamarca. La inversión en cuidados es la más baja de Europa occidental. El resultado es un sistema sobrecargado, con listas de espera interminables y una calidad de atención deficiente.

La crisis del cuidado afecta especialmente a las familias. La mayoría del cuidado sigue siendo no remunerado y se realiza en el hogar. Las mujeres que cuidan de sus mayores o de sus hijos con discapacidad reducen sus horas de trabajo remunerado, renuncian a sus carreras o abandonan el empleo por completo. La brecha de género en las pensiones (las mujeres cobran un 30% menos que los hombres) es en gran parte consecuencia de las interrupciones en la carrera laboral debidas al cuidado.

Esta crisis no es coyuntural. Es el resultado de un modelo social que ha externalizado el cuidado sobre las familias y, dentro de ellas, sobre las mujeres, sin reconocer su valor ni garantizar su sostenibilidad. Como señala Nancy Fraser, el capitalismo tiene una contradicción interna: necesita el cuidado para reproducirse, pero no lo valora ni lo remunera adecuadamente. Y esa contradicción está llegando a su límite.

7. El cuidado en la era de la automatización.

Llegados a este punto, conviene retomar la pregunta inicial: ¿qué ocurre con el cuidado cuando el trabajo asalariado se automatiza? La respuesta es doble.

Por un lado, el cuidado es difícilmente automatizable. Las tareas de cuidado requieren habilidades que las máquinas aún no pueden replicar: empatía, intuición, capacidad de adaptación, contacto físico y presencia. Un robot puede administrar medicamentos, pero no puede consolar a una persona que llora. Un algoritmo puede gestionar una residencia, pero no puede sostener la mano de un moribundo. El cuidado es, en esencia, trabajo relacional y las relaciones humanas no se automatizan.

Por otro lado, la automatización libera tiempo. Si las máquinas producen los bienes y servicios que antes producíamos nosotros, el tiempo que dedicábamos al trabajo asalariado puede dedicarse a otras actividades: el cuidado, la creación, la participación o el ocio. La reducción de la jornada laboral, la renta básica universal (RBU), la desmercantilización de lo esencial, todas estas medidas apuntan a un mismo horizonte, una sociedad donde el trabajo asalariado deje de ser el eje de la vida.

En ese horizonte, el cuidado adquiere una centralidad nueva. Si ya no tenemos que trabajar para sobrevivir, ¿qué haremos con nuestro tiempo? Cuidar de los demás, de nosotros mismos y del planeta. El cuidado no es un resto que queda después de la automatización, es el sentido de la vida cuando la supervivencia ya no es una lucha constante.

Pero para que eso sea posible, hay que revalorizar el cuidado. No basta con reconocerlo como trabajo, hay que remunerarlo, socializarlo y redistribuirlo. La RBU garantizaría la subsistencia de las cuidadoras no remuneradas. La reducción de la jornada laboral permitiría a los hombres participar en el cuidado. La socialización de los servicios de cuidado (guarderías, residencias o atención domiciliaria) liberaría a las familias de la carga exclusiva. La educación en cuidado y cooperación desde la infancia transformaría los valores culturales.

Esta es la oportunidad que ofrece la automatización: liberar tiempo para cuidar. Pero también es una amenaza. Si la sociedad sigue despreciando el cuidado y considerándolo un trabajo de segunda categoría, la automatización no hará sino profundizar la desigualdad. Las mujeres seguirán cuidando, pero sin reconocimiento ni remuneración, y los hombres seguirán sin cuidar, atrapados en empleos que desaparecen.

8. Los límites de la mercantilización.

Hay una tensión irresoluble entre el cuidado y el mercado. El cuidado requiere tiempo, paciencia y vínculo. El mercado exige eficiencia, productividad y rentabilidad. Son lógicas incompatibles.

Un ejemplo lo ilustra con claridad. Una residencia de mayores gestionada por una empresa que cotiza en bolsa tiene que generar beneficios para sus accionistas. Para ello, reduce costes: menos personal, ratios más altos, turnos más largos y salarios más bajos. El resultado es un cuidado de baja calidad: los residentes pasan horas solos, sin atención, estimulación ni afecto. La empresa gana dinero y los mayores pierden dignidad.

La mercantilización del cuidado también genera selección de clientes. Las residencias privadas prefieren a residentes con capacidad de pago y sin problemas de salud complejos. Los casos más difíciles, los que requieren más atención, quedan para la sanidad pública o para las familias. Es una forma de externalizar costes. El beneficio se privatiza mientras que los costes se socializan.

Frente a esta lógica, la economía feminista ha propuesto la desmercantilización del cuidado, sacarlo del mercado y garantizarlo como un derecho, lo que implica:

- **Servicios públicos universales** de cuidado (guarderías, residencias y atención domiciliaria).
- **Remuneración digna** para las cuidadoras profesionales.
- **Reconocimiento y compensación** del cuidado no remunerado.
- **Permisos iguales e intransferibles** para hombres y mujeres.
- **Educación en cuidado** desde la infancia.

La desmercantilización no significa eliminar el mercado, sino ponerlo en su lugar. El cuidado puede ser prestado por el Estado, cooperativas, organizaciones comunitarias o familias. Lo que no puede ser es una mercancía sujeta a la ley del beneficio. Como escribió Polanyi, hay bienes que no pueden ser tratados como mercancías sin destruir la sociedad. El cuidado es uno de ellos.

9. Hacia una economía del cuidado.

La economía del cuidado no es una utopía. Es una necesidad. El envejecimiento de la población, la incorporación de la mujer al mercado laboral y la crisis del modelo familiar tradicional han creado una crisis del cuidado que exige respuestas urgentes. La automatización, en lugar de resolver el problema, lo agrava. Elimina empleos, pero no la necesidad de cuidar.

La respuesta no puede ser seguir explotando a las mujeres y a las migrantes o mercantilizar el cuidado y dejar que el mercado decida quién recibe atención y quién no. No se puede ignorar el problema y confiar en que las familias, como siempre, se apañen.

La respuesta ha de situar el cuidado en el centro. Reconocerlo como trabajo, remunerarlo, socializarlo, redistribuirlo e integrarlo en el sistema educativo. Convertirlo en un derecho, no en un privilegio. Construir una economía del cuidado, en la que la vida y no el beneficio sea el objetivo.

Esta transformación no es solo una cuestión de justicia. Es también una cuestión de supervivencia. Una sociedad que no cuida a sus mayores, niños, enfermos y dependientes, es una sociedad que no puede reproducirse. Una sociedad que no reconoce el valor del cuidado es una sociedad que se deshumaniza.

Como escribió la poetisa y activista Audre Lorde, "no podemos desmantelar la casa del amo con las herramientas del amo". No podemos resolver la crisis del cuidado con la lógica del mercado. Necesitamos otra lógica: la lógica del cuidado, la lógica de la cooperación, la lógica de la vida.

El cuidado no es una carga, es una oportunidad. No es una limitación, es una liberación. No es un gasto, es una inversión en el futuro de la humanidad. Poner el cuidado en el centro no es debilidad, es la única forma de construir una sociedad que merezca ser llamada humana. La transición hacia una sociedad sin trabajo obligatorio no es solo una necesidad técnica o económica, es una oportunidad para redescubrir lo que nos hace humanos. Y lo que nos hace humanos, en última instancia, es la capacidad de cuidar.