

Consecuencias psicosociales de las medidas COVID-19 en mujeres mayores y madres trabajadoras en Chile

Psychosocial consequences of COVID-19 measures on older women and working mothers in Chile

Paulina Osorio-Parraguez^{1*}, Catalina Arteaga Aguirre², Caterine Galaz Valderrama³, Isabel Piper-Shafir³

1 Núcleo de Estudios del Curso de la Vida y Longevidad, Universidad de Chile, Santiago, Chile

2 Departamento de Sociología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile, Santiago, Chile

3 Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile, Santiago, Chile

* posorio@uchile.cl

Recibido: 30-junio-2021

Aceptado: 05-noviembre-2021

RESUMEN

La pandemia de Covid-19 y la crisis sanitaria en Chile han evidenciado y acentuado ciertas desigualdades socioeconómicas, de edad y género. En este artículo de carácter cualitativo, nos preguntamos por las transformaciones y las diversas prácticas desarrolladas por dos grupos de mujeres de distintas edades ante las políticas y medidas adoptadas en Chile durante la pandemia de Covid-19. Desde una aproximación cualitativa, se trabajó con entrevistas semiestructuradas a mujeres madres trabajadoras y mujeres mayores y se llevó a cabo un análisis orientado por la teoría fundamentada. Los resultados muestran que las medidas COVID-19 produjeron diversas disrupciones en la vida cotidiana de ambos grupos de mujeres, especialmente en sus rutinas, usos de espacios y sus tiempos; la reconfiguración y reducción de sus redes sociales y de apoyo para enfrentar la crisis, y afectaciones corporales y emocionales producidas por la sobrecarga de diversas labores reproductivas, de cuidados y productivas. Concluimos que fueron las propias mujeres quienes generaron diversas estrategias para enfrentar la crisis vivida en pandemia, sin una actuación del Estado que atendiera las desigualdades de género y edad.

Palabras clave: COVID-19, cuidados, desigualdades, mujeres madres trabajadoras, mujeres mayores, pandemia

ABSTRACT

COVID-19 pandemic and the health crisis have highlighted and accentuated certain socioeconomic, age and gender inequalities in Chile. In this qualitative article, we ask ourselves about the transformations and diverse practices developed by two groups of different ages women in response to the policies and measures adopted in Chile during the COVID-19 pandemic. From a qualitative approach, we worked with semi-structured interviews with working mothers and older women and carried out an analysis guided by grounded theory. The results show that COVID-19 measures produced several disruptions in the daily lives of both groups, especially in their routines, use of space and time; the reconfiguration and reduction of their social and support networks to cope with the crisis, and bodily and emotional effects caused by the overload of various reproductive, care and productive tasks. We conclude that women themselves generated diverse strategies to confront the crisis experienced in the pandemic, without any action by the State to address gender and age inequalities.

Keywords: care, COVID-19, elderly women, inequalities, pandemic, working mothers

Agradecimientos: A las estudiantes en práctica de REDIGER, Rocío Briceño, Sol Illanes, Camila Marchant y Carolina Martínez, por su colaboración en parte del trabajo de campo y preparación del documento.

Financiamiento: Red de Investigación en Interseccionalidad, Género y Prácticas de Resistencias REDIGER, Fondo U-REDES Consolidación 2018 Incentivo a la consolidación de redes, Vicerrectoría de Investigación y Desarrollo, Universidad de Chile.

Cómo citar este artículo: Osorio-Parraguez, P., Arteaga Aguirre, C., Galaz Valderrama, C., & Piper-Shafir, I. (2021). Consecuencias psicosociales de las medidas COVID-19 en mujeres mayores y madres trabajadoras en Chile. *Psicoperspectivas*, 20(3). <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol20-issue3-fulltext-2426>



Publicado bajo licencia [Creative Commons Attribution International 4.0 License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Desde el año 2020, el mundo está siendo afectado por la pandemia del COVID-19. Para disminuir la propagación del virus y resguardar a la población, muchos países Latinoamericanos adoptaron medidas restrictivas que disminuyeron la movilidad. Éstas incidieron de manera diferenciada en la población de acuerdo con su situación socioeconómica, género y edad, entre otros, destacando el impacto en las mujeres de diversa condición laboral (Bahn et al., 2020). Este artículo profundiza en las consecuencias que las medidas socio-sanitarias implementadas en Chile tienen en las vidas (transformaciones cotidianas; reconfiguraciones de redes de apoyo y, cambio en cuerpo y bienestar subjetivo) de mujeres de dos grupos generacionales específicos: mujeres mayores y madres trabajadoras con hijos/as pequeños/as. Su condición laboral, socioeconómica, género y edad las lleva a experimentar una serie de desigualdades, producto de las restricciones, la sobrecarga al interior de sus hogares y tareas de cuidados, que se vieron transformadas e intensificadas en el contexto de la pandemia de Covid-19 (Bahn, et. al, 2020; MOVID-19, 2020).

En el caso de Chile, desde marzo de 2020, se implementaron medidas sociosanitarias como cordones y aduanas sanitarias, y cuarentenas obligatorias transitorias. Las personas mayores de 80 años, desde fines de marzo debieron permanecer obligatoriamente en sus casas (Olivares, 2020) y/o establecimientos de larga estadía, con prohibición de visitas desde mediados del mismo mes (MINSAL, 2020a). Posteriormente, se unió a este grupo, la población mayor de 75 años (SENAMA, 2020), quienes permanecieron con dicha restricción hasta septiembre de 2020 (MINSAL, 2020c).

La focalización en las personas mayores como población de riesgo, se realiza a partir de una generalización y homogeneización, ignorando tanto las diferencias existentes entre estas personas, como su autonomía y propia capacidad de autocuidado (Torres-Marín en Osorio-Parraguez et al., 2021). Algunas investigaciones señalan que estas acciones significan un aislamiento tanto social como emocional (Pinzado-Hernandis, 2020), así como la dificultad de acceso a servicios básicos, alimentos o medicamentos.

Debido al impacto que tuvo el encierro prolongado en las personas mayores, en 2021 se adoptaron medidas que promovieron mayor actividad física al aire libre, permitiendo a personas mayores de 75 años (posteriormente las mayores de 80) salir a caminar por un máximo de dos horas acompañados/as por su cuidador/a.

En el marco del Estado de Excepción Constitucional de Catástrofe, declarado en Chile en marzo de 2020, se aplican diversas medidas relacionadas con la educación escolar. Se decreta la suspensión de clases presenciales en jardines infantiles y colegios, extendiéndose a casi todo el país hasta el año escolar 2021. Se implementa el Plan de Aprendizaje Remoto, habilitando plataformas virtuales con textos y material educativo (MINEDUC, 2020). A mediados del 2020, el Ministerio de Educación diseñó el Plan de Retorno a Clases, que buscaba volver a la modalidad presencial de forma gradual y flexible, siempre y cuando las condiciones sanitarias lo permitieran. Su implementación no fue masiva lo que impactó de diversas formas a familias con hijos/as en edad escolar, particularmente a las mujeres (madres trabajadoras y abuelas) encargadas de su cuidado. El confinamiento obligatorio y el cierre de colegios inciden de forma específica en las mujeres. Una de sus consecuencias negativas se refiere a una mayor carga de labores de cuidado y trabajo doméstico no remunerado, que ha aumentado durante la pandemia (Gutiérrez et al., 2020), debiendo compatibilizarse con las actividades laborales. Asimismo, se incrementó el tiempo de acompañamiento escolar a los/as hijos/as, a la par que un exceso de actividades laborales en la modalidad de teletrabajo.

Se han establecido una serie de medidas de apoyo en el ámbito económico y laboral (Programa de Apoyo a la Reactivación Impulsa; Bono Clase Media; Programa Semilla Inicia Mujer; Mesa de Reactivación Económica; programa Mujeres Jefas de Hogar 2021; Ley de Protección al Empleo), educacional (Plan de Aprendizaje Remoto), sanitario (Cuarentenas, Plan Paso a Paso, Plan de vacunación) y, de prevención de la violencia doméstica (Plan de Contingencia Covid; Mascarilla 19; Programa online "Contigo Mujer"). Destaca la promulgación de la Ley Crianza Protegida que consiste en una licencia médica parental COVID-19, a la que acceden madres y padres cuyo postnatal haya vencido y, además, permite, acogerse a la Ley de Protección del Empleo (Subsecretaría de Previsión Social, 2020). Durante el 2021, se implementó el Bono Cuidador 2021 enfocado en cuidadores/as de personas mayores y/o en situación de discapacidad o dependencia.

También se implementaron ayudas directas para las familias, como la entrega focalizada de bonos, alimentos y bienes de primera necesidad para hogares con mayores índices de vulnerabilidad (ChileAtiende, 2020). Se promulga la Ley Ingreso Familiar de Emergencia (IFE), que consiste en un aporte mensual por persona y focalizado de acuerdo con el nivel de vulnerabilidad de los hogares

(Annes et al., 2020).

La promulgación de la Ley de Trabajo a Distancia (MINSAL, 2020b) -enfocada a los/as trabajadores/as dependientes-, y otras medidas, han facilitado esta modalidad de empleo. Sin embargo, al no considerar el enfoque de género, no han abordado el impacto negativo en la (re) estructuración de la vida cotidiana a partir de la pandemia, especialmente en el caso de mujeres mayores y madres trabajadoras con hijos/as pequeños/as, que han visto un aumento de la carga laboral y doméstica y el aislamiento de sus redes de apoyo. A partir del confinamiento en los hogares y cierre de las escuelas -entre otras medidas-, se ha producido una reorganización y sobrecarga de las tareas del hogar y los cuidados.

En el actual contexto, se observan evidentes impactos negativos en la dinámica cotidiana de las mujeres (Parada & Zambrano, 2020), causadas por las políticas de confinamiento, cierre de colegios, desempleo, entre otros. Como se desprende de la información disponible, los impactos de la pandemia están marcados por desigualdades de género, situación que es invisibilizada en la mayoría de los análisis sobre este contexto (Castellanos-Torres et al., 2020; Rubilar et al., 2020).

El estudio de las consecuencias de estas medidas es aún incipiente, especialmente en el caso de las mujeres. Análisis en países de Latinoamérica, evidencian que las horas dedicadas a actividades de cuidados, se distribuyen desigualmente entre ambos géneros (Saban & Barone, 2020). También se da cuenta de una re-familiarización del cuidado, que recae sobre las mujeres, sobre-cargándolas con trabajo remunerado y no remunerado (Del Río & García, 2020).

La desigualdad de género en la distribución de las tareas domésticas es también una realidad en Chile. Aunque el 47% de los/as chilenos/as declaran que la pandemia ha acrecentado las tareas del hogar, sumando actividades que antes no se hacían con frecuencia, su distribución es muy desigual (Kreutzberger, 2020). Según el informe MOVID-19 (2020), un 63,17% de las personas señala haber aumentado el tiempo diario que dedica a cuidar; un 22% de las mujeres aumentó más de 8 horas su carga diaria de cuidados, v/s 13% de los hombres. Las labores reproductivas y de cuidados altamente generizadas previamente a la pandemia se intensifican durante la crisis sanitaria.

Cuidados, pandemia y género

Estudios realizados en el campo de vejez, cuidados y pandemia, destacan el impacto en el bienestar en las personas mayores que tienen las medidas de aislamiento social y cuarentenas. Scholten et al. (2020) advierten

sobre el riesgo en la salud mental, especialmente por las dificultades que podrían presentar las personas mayores en incorporar nuevos hábitos y rutinas cotidianas producto del encierro por la pandemia. El aislamiento y la soledad podrían incluso potenciar las altas cifras de suicidios en este segmento etario (Rochelle, 2020). El impacto en la salud física también ha sido abordado en estudios con enfoque epidemiológico, destacando el aumento de ciertas enfermedades en población mayor que requieren cuidados permanentes (Armitage & Nellums, 2020).

En el caso de las mujeres que realizan teletrabajo con hijos/as a cargo, la sobrecarga de actividades se ve intensificada por el aislamiento social, dificultando aún más la posibilidad de conciliar los lugares y tiempos de trabajo remunerado y no remunerados. De acuerdo con un estudio sobre la experiencia de académicas que trabajan de manera remota, (Undurraga & Hornickel, 2021), los límites entre el espacio del trabajo remunerado, doméstico, los tiempos personales, familiares y de ocio, conviven a partir de las medidas de confinamiento. Las mujeres han debido desarrollar estrategias para enfrentar estas transformaciones (Arteaga et al., 2021) con un impacto físico y socioemocional. La conjunción de las labores domésticas, de cuidado y el trabajo remunerado, conforman una triple jornada (Rubilar et al., 2020).

En este contexto es relevante analizar la dimensión cotidiana de las desigualdades en pandemia, retomando teorías feministas que han buscado politizar el espacio doméstico en las vidas de las mujeres. Esto permite dar cuenta de las diferencias entre las experiencias vitales femeninas y masculinas, describiendo y criticando los roles domésticos en el interior del hogar, así como las actividades tradicionales asignadas a mujeres en detrimento de la posibilidad de acceso a otras opciones de vida (Blanco, 2011). En este marco, los estudios de cuidados enfatizan la feminización, invisibilización y desvalorización de las actividades desarrolladas en el espacio doméstico, dirigidas a la provisión social y la reproducción física, así como el apoyo emocional de seres humanos, que van desde alimentar, enseñar, vestir, cuidar del hogar, y todo tipo de afectos y preocupaciones por "el otro" (Federici, 2013). Asimismo, investigaciones sobre vejez y curso de vida (Guichard et al., 2013) destacan como un tema pendiente profundizar sobre el género y sus relaciones como eje configurador a lo largo de la vida.

Desde los conceptos de doble jornada (Hochschild & Machung, 2012) y doble presencia (Balbo, 1994), así como la perspectiva que relaciona el tiempo, las actividades y el género (Bessin & Gaudart, 2009), nos

proponemos comprender las complejas dinámicas del espacio doméstico que, en el contexto de encierro, se vuelve un lugar de múltiples interacciones, actividades, relaciones de cuidado, poder y negociación, que reproducen y resignifican las desigualdades de género en contexto de crisis.

Método

La investigación fue de tipo cualitativa e inductiva y se desarrolló entre mayo de 2020 y mayo de 2021, en la Región Metropolitana de Chile. La información fue producida a través de entrevistas semiestructuradas realizadas de forma remota (plataforma zoom, videollamada telefónica, de Whatsapp y llamada telefónica) durante la pandemia por COVID-19 y en periodos de cuarentena. Se trabajó con una muestra intencional que permite conocer, descubrir y describir el fenómeno estudiado en profundidad, eligiendo a las

personas entrevistadas de acuerdo con criterios de representatividad de sus discursos y significados. Se siguieron las orientaciones de muestreo teórico, modalidad de muestreo intencional (Mejía, 2000), considerando el perfil del informante y la calidad de la información entregada, resguardando su conveniencia y pertinencia, y asegurando la validez de los resultados a través de la selección de las participantes que mejor puedan informar sobre el fenómeno estudiado (Mejía, 2000).

Se trabajó con dos grupos de mujeres: mayores y madres trabajadoras con hijos/as pequeños/as. Se trata de dos generaciones de mujeres que presentan particularidades interesantes de observar -como se evidencia en el apartado anterior- a la luz de las consecuencias que las medidas socio-sanitarias implementadas han tenido en la vida cotidiana. Las mujeres madres trabajadoras con hijos/as pequeños/as experimentan una sobrecarga en tareas de cuidados y significativos cambios de sus dinámicas domésticas y laborales; las mujeres mayores

Tabla 1

Características de las participantes

Nombre	Edad (Años)	No. integrantes del hogar	Tipo de familia	Situación ocupacional actual
Mujeres mayores				
Carmen	89	1	Unipersonal	Dueña de casa
Rosario	79	1	Unipersonal	Trabajadora independiente teletrabajo (contadora)
Rita	77	8	Extensa	Trabajadora independiente (peluquera), durante la primera cuarentena no estuvo trabajando y luego retomó cuando hubo más libertades
Úrsula	69	2	Uniparental	Empleada (Personal de aseo). Interrumpe trabajo un periodo durante la cuarentena.
Soledad	64	1	Unipersonal	Dueña de casa y cuidadora no remunerada
Gabriela	62	2	Biparental	Empleada antes y durante la pandemia (Ejecutiva Call Center). Teletrabajo
Verónica	60	2	Monomarental	Empleada (Educadora de párvulos). Teletrabajo
Marcela	60	3	Biparental	Empleada (Docente). Teletrabajo
Madres teletrabajadoras con hijos/as menores de 14 años				
Natalia	51	3	Biparental	Empleada (Profesora)
Erika	43	4	Biparental	Empleada (Docente universitaria)
Pamela	42	2	Monomarental	Empleada (Secretaria)
Laura	42	3	Monomarental	Empleada (Profesional Empresa minera)
Susana	40	3	Biparental	Empleada (Socióloga)
María	37	4	Extensa	Empleada (Profesora)
Sandra	30	3	Biparental	Empleada (Secretaria)
Karla	29	3	Biparental	Empleada (Docente universitaria)
Carola	27	2	Monomarental	Empleada (Profesora)

experimentan restricciones producto de medidas específicas por razón de edad, que las lleva a desplegar estrategias para la continuidad de la red de cuidados con su entorno directo y para afrontar los significativos cambios por el aislamiento en sus hogares. La muestra estuvo conformada por 17 mujeres: nueve de ellas madres trabajadoras, que inician teletrabajo en pandemia con hijos/as de hasta 14 años y ocho adultas mayores, de acuerdo con las características descritas en la Tabla 1.

El corpus de información fue sistematizado con el software Atlas-ti 7.0. El proceso de interpretación comenzó con la lectura de las entrevistas y su codificación, segmentando el texto en citas, incorporando códigos y estableciendo categorías. A través de este procedimiento se sistematizó exhaustivamente la información, realizando un análisis de contenido categorial y axial, es decir, agrupando los códigos en categorías más amplias, estableciendo relaciones entre ellos y definiendo categorías centrales a partir de las cuales se ordenó el conjunto del material. A partir de estas categorías, se hizo la descripción y análisis de resultados, relacionando los relatos de las entrevistadas, con los conceptos teóricos de la investigación. El análisis se basó en una indagación sistemática de los datos (Strauss & Corbin, 2002), orientada por la codificación abierta y axial, destacando categorías centrales para exponer los resultados. Las características sociodemográficas de las participantes alimentan el análisis, pero no son el hilo conductor del mismo.

Las participantes fueron contactadas a través de redes sociales y también de las propias mujeres, bajo la modalidad de bola de nieve. Se les explicó los objetivos de la investigación, su proceso y se le dio a conocer el consentimiento informado. Por tratarse de entrevistas no presenciales, se aplicó un protocolo oral y grabado de consentimiento informado. Se tomaron precauciones de respetar los tiempos de respuesta de las participantes y sus estados anímicos, ya sea deteniendo la entrevista y/o dando un momento para seguir. La información producida sólo fue trabajada por el equipo de investigación y en completa confidencialidad.

Resultados

El análisis permitió identificar tres categorías centrales vinculadas a las consecuencias psicosociales que la pandemia y las medidas sociosanitarias han tenido en las mujeres entrevistadas.

Transformaciones de la vida cotidiana

La primera categoría dice relación con las transformaciones en la vida cotidiana que las mujeres experimentan producto del confinamiento, en la medida que ésta se constituye a partir de las diversas actividades que se realizan para la reproducción diaria, en un contexto específico que la dota de sentido (Heller, 1987). La construcción de esta categoría se basa en cinco sub-categorías, que se describe a continuación.

Rutinas y cambios

Tanto las mujeres mayores como las madres trabajadoras entrevistadas experimentaron una ruptura inmediata de la cotidianidad, que se tradujo en cambios significativos en sus rutinas desde el inicio de la pandemia e implementación de las medidas sociosanitarias. Algunas de estas transformaciones se articulan de manera diferenciada para ambos grupos de mujeres, de acuerdo con diversas posiciones en la estructura social.

En el caso de las mujeres mayores, las medidas de confinamiento han significado la emergencia de estrategias (Bourdieu y Wacquant, 1995) para sobrellevar este nuevo contexto. Entre ellas destacan estrategias de abastecimiento y apoyo social recíproco, para realizar compras básicas, evitando así que las mujeres se expongan a un posible contagio al salir o por las exigencias del teletrabajo durante el encierro. También estrategias de autocuidado:

'tenía cuidado de andar con mascarilla con guantes, cuando llegaba a la casa de mis amigas me echaba spray... y me cambiaba de zapatos, cosa de no llevarle enfermedades, a pesar de que andaba en auto' (Rosario, mujer mayor, 79)

'ahora voy en la mañana temprano... A las 8:30 que abren el supermercado no hay nadie, entonces yo a esa hora voy con tal de cuidarme, de no contagiarme' (Gabriela, mujer mayor, 62)

En las experiencias de las mujeres mayores el aislamiento estricto y prolongado, incluso de la propia familia, es identificado como una estrategia de (auto)cuidado:

'Estuve como dos meses totalmente aislada, digamos, me tuvieron. Veía a mis nietos por las ventanas y me hacían morisquetas, nos reíamos, hablábamos, pero no llegaban a mi departamento por miedo a infectarme' (Carmen, mujer mayor, 89)

En esta nueva cotidianidad también se despliegan acciones de adaptación de espacios en el hogar, y aumento del uso de computadores para mantener

contacto con seres queridos y ocio. Las mujeres mayores que cambian a modalidad teletrabajo a partir de la pandemia (Rosario, Gabriela, Verónica y Marcela), han debido fortalecer su equipamiento y conocimiento tecnológico.

En el caso de las madres teletrabajadoras con hijos/as pequeños/as, la ruptura de su cotidianidad se vio fuertemente atravesada por la educación remota de los/as hijos/as. El colegio online aparece como elemento gatillador de nuevas decisiones, en un intento por encontrar formas de congeniar la triple labor que conlleva el acompañamiento educacional de los/as hijos/as, el teletrabajo y las tareas del hogar:

‘Habían (sic) veces que estaba como libre, que no me llamaban y ahí le decía Ya (al hijo), aprovechemos de hacer una tareita. Ahora ya estamos mucho más organizados y mejor con el tema del colegio y del trabajo, pero, aun así, encuentro que es agotador... porque uno no estaba preparado para estar haciendo clases y más encima el trabajo, ¡más la casa! Entonces, son como tres labores’ (Pamela, madre trabajadora, 42)

‘las tareas las hice todo el año yo, lo que era el acompañamiento, el trabajo, la prueba, estudiar, todo lo hice yo’ (Susana, madre trabajadora, 40)

Se observa que la organización de los tiempos se encuentra fuertemente vinculada a la capacidad de experimentar un nuevo estilo de vida, que se traduce en un aumento desigual y sustancial en la carga de responsabilidades de cuidado y trabajo doméstico asumidas. Esta mayor demanda hacia las madres trabajadoras con hijos/as pequeños/as lleva a desarrollar una rutina en la que la educación remota de los/as hijos/as toma un rol central que lleva a algunas a modificar sus horarios de trabajo:

‘y lo que hacía en ese momento era delegar todo lo que tenía que hacer en el día (laboralmente) a mi tiempo libre que era la noche. Me quedaba en la noche planificando, preparando material, o poniendo las notas, porque era el momento en el que no me interrumpía nadie’ (Carola, madre trabajadora, 27)

Sumado a esta sobrecarga, las madres se ven obligadas a estudiar las materias para poder apoyar a los/as hijos/as, hablar con los/as profesores/as, y mantenerlos/as motivados/as en el quehacer escolar.

Reestructurar los espacios cotidianos

La reestructuración de los espacios domésticos es una importante estrategia de cambio vinculada a las múltiples tareas y funciones que se asumen en el hogar, permitiendo cumplir con las nuevas responsabilidades y necesidades cotidianas.

En el caso de las mujeres teletrabajadoras con hijos/as menores, destaca la multifuncionalidad que adquieren los espacios domésticos. Ante la necesidad de trabajar, acompañar a los/as hijos/as en su aprendizaje escolar y llevar a cabo las labores de cuidados, los espacios que solían ser para descanso o recreación, se convierten en lugares donde se aprende, enseña, trabaja, cuida y descansa:

‘Ocupas el mismo espacio en el que trabajas con tu computador para poder relacionarte también, para poder tener ese momento como de catarsis y botar todo lo que estás viviendo. No es fácil estar encerrado trabajando en el mismo espacio con tantos roles: el rol de profesora, el rol de mamá, el rol de hija, de dueña de casa, de apoderado también’ (María, madre trabajadora, 37 años)

Los diferentes espacios del hogar se reestructuran, en el caso de las mujeres teletrabajadoras, adquiriendo nuevos sentidos, y en ellos confluyen diversas labores que antes se realizaban en el espacio público. Se adaptan el comedor y los dormitorios como lugares estratégicos para estar pendientes del trabajo, los/as hijos/as y el hogar al mismo tiempo:

‘Yo trabajo en mi pieza, di vuelta el escritorio para que se viera la pared cuando mi hijo pasaba por detrás, y también para tener un poco más de privacidad de tu entorno, porque finalmente estás como abriendo tu propia casa a todo el mundo. Habilité mi dormitorio para poder trabajar’ (María, madre trabajadora, 37)

Distinta es la situación para las mujeres mayores que no teletrabajan, donde sus espacios domésticos no suelen restringirlas. La construcción social y sanitaria de la adultez mayor como población de riesgo, ha favorecido en ellas una mayor autonomía espacial, pues mantienen espacios independientes en sus hogares:

‘Estoy pensando en comprarle pilas al computador, ¿pilas se llaman?, no, batería, para así poderlo sacar a la terraza, porque en este tiempo es rica mi mesita. Economicé plata con tanto estar encerrada, así que me compré la terraza que hacía mucho tiempo quería tener’ (Carmen, mujer mayor, 89)

Temporalidades interconectadas

Las temporalidades de la vida cotidiana en pandemia para las mujeres entrevistadas se ven transformadas, adquiriendo nuevas distribuciones diarias, duraciones y significados.

En el caso de las mujeres trabajadoras con hijos/as en edad escolar, la difuminación de los límites entre espacios laborales y domésticos contrasta con la necesidad de planificar y delimitar claramente sus horarios, para llevar

a cabo todas las actividades exigidas. Se observan distintas estrategias de organización, que tienden a articularse en torno al horario del colegio de sus hijos/as y de alimentación, intentando calzar los laborales con los espacios “libres” que dejan las labores de cuidados. En muchos casos, esto las deja sin tiempo de ocio o descanso:

‘tenía que trabajar, tenía que darle la comida a los niños, tenía que cocinar, antes de ya planificarnos, de organizar los horarios, hasta que no hubo esa organización (hubo) un poco de estrés, por no tener un espacio y horarios definidos’ (Laura, madre trabajadora, 42)

En este sentido, se hace necesario establecer límites temporales claros entre las distintas actividades a realizar durante el día, dado que todas las labores que previamente ocurrían en distintos espacios ahora convergen dentro del hogar, en un solo cronotopo:

‘Y también uno saber poner límites, o sea, a las 19:00 no puedo estar en reunión, porque tengo que estar dando la comida a los cabritos, y si no les doy la comida, se me desmorona todo el sistema, hay que decir que no: “pucha a las 19:00 no puedo, mañana”’ (Pamela, madre trabajadora, 42)

Por su parte, las mujeres mayores que no (tele)trabajan y a quienes las políticas de aislamiento les han impedido el contacto social directo, han incorporado rutinas para mantenerse activas, dado que, en muchos casos, ocupaban su tiempo fuera del hogar. En general, su cotidianidad transcurre entre las labores domésticas y una intensificación del tiempo de ocio al interior de la casa, usando la televisión, computador y otras actividades de distracción.

‘Me gusta estar al día, así que veo la televisión. Me había comprado el computador que llegó muy a tiempo, así que ahí me entretuve en aprender a manejarlo y hasta ahora eso me ha llenado el día. No me falta que hacer, no me he aburrido’ (Carmen, mujer mayor, 89)

‘Algunas mañanas hago aseo, paso clorito, pero no todos los días porque si estoy yo sola de dónde va a entrar el virus. Tipo 12 (cocino), almuerzo, limpio la cocina; a veces después de almuerzo trabajo un rato en el asunto de hacer las contabilidades, cuando me canso lo dejo y me pongo a ver tele o a veces me pego una pestañada. Eso es mezclado porque hay días que sí y otros días que no’ (Rosario, mujer mayor, 79)

Trabajo remoto: Dificultades y cambios

En relación con el teletrabajo, se identifican puntos de encuentro entre las madres trabajadoras con hijos/as pequeños y las mujeres mayores que han asumido el

teletrabajo. Esto se vincula con la reestructuración del espacio doméstico para poder realizar su actividad laboral de manera remota, lo que implicó, la adquisición por cuenta propia de elementos materiales y tecnológicos:

‘No, yo tuve que adaptar mi pieza, porque abajo como está mi hijo en el comedor, para no chocar, porque si yo me quedaba en la cocina igual yo voy a estar escuchando todo lo que él habla. Entonces él se quedó abajo y tuve que sacar las cosas de mi cómoda y ponerlos aquí en el computador, tuve que comprarme un baúl como para tener todo mi material. Y si tú ves aquí tengo adaptado ahí los vasitos con los que trabajo, tengo toda llena mi cama de cosas. Es mi pieza y la sala de clases’ (Úrsula, mujer mayor, 69)

En el caso de las madres trabajadoras con hijos/as pequeños/as que son profesoras, la sobrecarga laboral se significa como una gran desventaja del teletrabajo pues implica un trabajo tutorial más individualizado que el que hacían antes de pandemia:

‘La desventaja es lo que el trabajo es dos o tres veces más, en el caso mío como profesora, se triplicó, cuadruplicó mucho. Cosas tan simples como cuando uno está en la sala de clase, detectas un error, para la clase, corriges, los 45 te entienden y listo; ahora no, tienes que ir uno por uno corrigiendo, es demasiado’ (María, madre trabajadora, 37)

Algunas recibieron capacitaciones para enfrentarse a esta nueva modalidad, pero la mayoría de ellas se vio obligada a improvisar. Por ejemplo, son ellas quienes gestionan la compra o el acceso a computadores, así como también el uso de otros aparatos tecnológicos como el celular:

‘Los jefes tuvieron que empezar a ver cómo podían hacerlo para que uno pudiese trabajar, de ahí la ayuda que nosotros podíamos brindar era solamente por teléfono, porque no teníamos computadores. Después de eso, yo me conseguí un computador que me duró unos meses. Ahí estuve un tiempo como que no pude trabajar y también sólo fue por teléfono con ayuda de otra persona que tenían acceso a un computador’ (Pamela, madre trabajadora, 42)

En algunos casos, esto produce emociones negativas por la dificultad de no controlar sus propios tiempos. Además del impacto emocional del teletrabajo, se reconocen malestares, dolores y cansancio generalizado, provocados por las extensas horas sentadas frente al computador:

‘De repente tu cuerpo, que la cervical, los ojos... todo te duele, tu cuerpo se estresa, estar sentada todo el día. Yo en mi sala jamás he estado sentada en mi escritorio... con suerte te sentai(sic) dos minutos para firmar el libro,

pero todo tu recorrido es frente a la pizarra, o dándote la vuelta’ (María, madre trabajadora, 37)

Las madres trabajadoras con hijos/as en edad escolar, también despliegan estrategias frente a la demandante carga laboral y doméstica, estableciendo ciertos límites dentro del trabajo:

‘yo conversé con todos los equipos del departamento y les dije que la hora de colación no podía ser como era antes, que solo es una hora de colación, porque ahora no solo tenías que almorzar, sino que además tenías que preparar el almuerzo. Antes tú comprabas el almuerzo hecho, almorzabas en una hora. Así que el horario de colación se estableció de una a tres de la tarde’ (Susana, madre trabajadora, 40)

Tecnologías: Significados y usos

Se identifican transformaciones en la incorporación y uso de tecnología en la vida cotidiana de las entrevistadas. En ambos grupos se evidencia un incremento importante del uso de aparatos digitales (computadores, tablets y teléfonos móviles). Para la mayoría de las mujeres mayores, existe una adaptación al uso de plataformas como zoom y también de videos. En estos casos y para quienes no teletrabajan, la tecnología se transforma, en tiempos de cuarentena, en fuente de entretenimiento, vinculado a ocupar sus tiempos de ocio, así como para mantener sus vínculos sociales, familiares y de amistad:

‘el año pasado con Netflix, Amazon, viendo películas y series me entretuve montones. Entonces que tenía que atender a mi mamá, a mi esposo y más encima atender la casa, después me daba ese hueco para ver las teleseries, películas y hablando por videoconferencia, con mis hermanas y sobrinos hablábamos por zoom’ (Soledad, mujer mayor, 64)

Las madres de hijos/as menores, se enfrentan a una adaptación tecnológica importante, estrechamente vinculada al teletrabajo. Esto es vivido como un cambio abrupto por la falta de capacitación y herramientas necesarias:

‘Lo complicado vino después cuando teníamos que aprender a ocupar estas mismas herramientas, zoom, meet, el classroom, que fue prácticamente tirarse a una piscina y aprender a nadar ahí mismo’ (Carola, madre trabajadora, 27)

Diversas adaptaciones tecnológicas para el teletrabajo o la educación remota fueron asumidas por las propias mujeres y sus familias, emergiendo una visión crítica frente a los vacíos en las políticas estatales.

(Re)configuración de redes sociales de apoyo

La segunda categoría identificada se refiere a las redes sociales de apoyo de las mujeres entrevistadas, ya sea para ayudar en la casa, las compras o al cuidado y crianza de los hijos/as. Esta categoría presenta dos caras. Por un lado, la reducción o ausencia de la red de apoyo, y por otro, la reconfiguración de ésta en la co-residencia. Los ajustes se viven de manera distinta de acuerdo con la composición familiar. Pese a ser un tema presente en ambos grupos, para las madres teletrabajadoras con hijos/as pequeños/as, las redes de apoyo han estado ligadas a las tareas domésticas y cuidado de hijas/os, resaltando la ayuda de las abuelas, como en el caso de Pamela quien vive sola con su hijo:

‘Entonces ahí en un momento yo tuve harto apoyo porque estuvimos viviendo juntos, en un momento, y ahí ellos, mi mamá me ayudaba con (mi hijo). Yo de repente estaba en reuniones y ahí no podía nadie interrumpirme, entonces me encerraba en la pieza’ (Pamela, madre trabajadora, 42)

En el caso de las mujeres mayores, destaca la figura de continuidad de hijos/as dentro de la red de apoyo. También emergen los vecinos/as y la trayectoria en el barrio como elementos significativos en contexto de aislamiento por pandemia. Éstos colaboran con las compras de víveres y bienes necesarios cuando se prohíbe la movilidad de las personas mayores:

‘Me aprovecho de mis vecinos (...) si necesito salir yo abro la puerta y pregunto (...) ¿a dónde vas?, y me dicen voy al almacén, ya entonces le encargo pan o algo para el pan y verduras que es lo que más hace falta’ (Úrsula, mujer mayor, 69)

Las madres trabajadoras con hijos/as en edad escolar, perciben que la reducción significativa de contacto con familiares, y no poder contar regularmente con su apoyo, les hace sentir más cansadas y estresadas:

‘Al principio nos aislamos de todo porque no sabíamos bien si nos podíamos contagiar con cualquier cosa, fue como mucho el miedo. Después ya nos pusimos un poquito más flexibles y empezamos a ir a la casa de mis papás, con cuidado y todo, pero era porque de verdad que los extrañábamos demasiado, y eso al final como que nos ayudó un poco, porque como nos sentíamos tan solos’ (Pamela, madre trabajadora, 42)

En el caso de las mujeres mayores, esta falta de relaciones interpersonales les ha hecho sentir más solas, como se ha visto en otros estudios de mujeres en pandemia (Parada & Zambrano, 2020) o, por el contrario, el exceso de

compañía y atención les genera agobio, pues no estaban acostumbradas a ello, por lo que sus experiencias resultan heterogéneas.

Cambios en el cuerpo y bienestar subjetivo

Como se ha desarrollado hasta aquí, el impacto de la pandemia en la vida cotidiana y redes de apoyo de mujeres mayores y madres trabajadoras se manifiesta en la incorporación de diversos cambios en sus rutinas, distribución de tareas del hogar, organización de éste, y forma de trabajar, entre otros. El miedo al virus, desconocimiento y temor al contagio, así como las medidas restrictivas de cuarentenas y aislamiento, son identificadas por las entrevistadas como elementos que afectan su bienestar físico y mental, y dificultan la nueva cotidianidad pandémica:

‘emocionalmente uno está como trastocado, yo siento que por cualquier cosa lloro con mucha facilidad, y eso es porque no sé por qué, la sensibilidad está a flor de piel, el mismo hecho de no vernos, de no juntarnos, de no tocarnos’ (Marcela, mujer mayor trabajadora, 60)

El aislamiento, no sólo impacta en las rutinas de quienes deben permanecer en sus hogares luego de que los lugares de trabajos, centros de adulto mayor y colegios cerraran, sino que también les impide contar con apoyo de contención que tenían, o con un ordenamiento temporal que les permita conciliar el sueño y descansar. No poder verse, ya sea con familiares, amigos/as o colegas de trabajo, aumenta el malestar emocional que termina desbordando a muchas personas. La ausencia de medidas de apoyo en salud mental resulta particularmente difícil para las mujeres trabajadoras -incluyendo aquellas mayores que tienen empleo-, a la hora de sobrellevar el malestar ocasionado por el aislamiento y sobrecarga de labores. El estrés propio del trabajo se vuelve inmanejable cuando deja de estar separado del hogar, como expresa Marcela:

‘Ya no podía salir de mi pieza, me sentía acorralada en mi misma casa (...) sentía dolor de cabeza por el encierro, pensando que ya la vida te cambió y que nada es igual a lo que era antiguamente’ (Marcela, mujer mayor trabajadora, 60)

‘hubo un momento en que sí, me sentí super desesperada, no podía dormir, estaba como hasta las 12-1 desvelada, a las 6 de la mañana estaba despierta, o de repente me quedaba dormida temprano, pero me despertaba a las 4 de la mañana y después no volvía a dormir’ (María, madre trabajadora, 37).

‘Yo sentía mucho miedo, ya que yo soy asmática, entonces también sentía miedo y no dormía en las noches pensando en que, como yo era contacto

estrecho, podía ir aumentando este virus, día que pasaba’ (Marcela, mujer mayor trabajadora, 60)

Lo que al principio se muestra como malestar emocional o psíquico, inevitablemente termina encontrando expresión a nivel corporal. El encierro y aislamiento son vividos y padecidos en el cuerpo de las mujeres que -cansados por el teletrabajo, el trabajo doméstico, el encierro y la ausencia o reducción de apoyos y relaciones sociales directas- sufren dolores y pérdidas agotadoras que dejan sin energía. Sin embargo, deben seguir *funcionando* para cumplir con sus labores, de lo contrario, suele aparecer el sentimiento de culpa. Algunas de ellas recurren a medicación específica contra la ansiedad y depresión:

‘Me sentía culpable, sinceramente me siento culpable, de decir... un ejemplo, a ver... viernes, 8 de la noche, no sé, poder leer un libro, poder verte una película’ (María, madre trabajadora, 37)

‘me pasó que de lo emocional pasó a lo físico, que se me caía el pelo, que amanecía sin ganas de levantarme’ (Carola, madre trabajadora, 27)

Las mujeres mayores resaltan la ayuda recibida desde los CESFAM e instancias municipales, sobre todo en torno a los cuidados en casos de contagio, ayuda psicológica y entregas de medicamentos. Sin embargo, el impacto sobre los cuerpos de las mujeres entrevistadas se potencia en el caso de las mujeres mayores que vivían con malestares físicos previo a la pandemia y que aumentaron producto del encierro. Esta abrupta reducción de movilidad, pudiera generar en ellas un mayor riesgo de pérdida paulatina de la autovalencia. Frente a esto, incorporan prácticas cotidianas para su bienestar:

‘como quien dice perdí el modo de andar (...) me doy cuenta que mi autovalencia no está, tengo que estar pensando en que si voy a ir a una parte tengo que ir con alguien, sino simplemente no voy a poder salir (...) eso me afectó el encierro, la falta de desplazamiento (...) y ahora no camino nada’ (Carmen, mujer mayor, 89)

‘A veces son las 5 de la tarde y yo no hallo qué hacer ya y según como esté el día, me pongo un chaleco, la mascarilla y salgo a caminar por el barrio, gracias a dios nunca me han parado (...) y salgo así, porque yo me desespero aquí dentro de la casa’ (Rita, mujer mayor, 77)

Este último relato da cuenta de cómo a veces, no sólo es el encierro en sí mismo el que dificulta que las personas puedan salir, realizar actividad física o mantener las redes de apoyo que tenían, sino como las medidas restrictivas y

su fiscalización, provocan miedo a incumplir la norma, aunque estas generen impacto en sus cuerpos y bienestar.

Discusión y conclusiones

En el presente artículo nos propusimos conocer las consecuencias de las políticas y medidas del gobierno frente a la pandemia, en mujeres mayores y en madres trabajadoras con hijos/as en edad escolar a cargo, que desarrollan empleo en modalidad de teletrabajo. Asimismo, buscamos caracterizar las diversas acciones y prácticas que ellas desarrollan para hacer frente a los desafíos de la pandemia.

En ambos grupos, las medidas de cuarentena y encierro han tenido un impacto relevante, tanto en términos de sus dinámicas cotidianas, como de su salud física y mental y, en las dificultades para mantener sus relaciones cercanas y apoyos. En el caso de las madres teletrabajadoras con hijos/as en edad escolar y mujeres mayores, el confinamiento ha exacerbado los tiempos de trabajos de cuidados, lo que se agudiza con el cierre de colegios y otras medidas restrictivas, obligándolas a desarrollar múltiples tareas. Ello complejiza lo que Hochschild y Machung (2012) señalaron respecto a la doble jornada y, a la doble presencia, desarrollada por Balbo (1994), en relación con mujeres que desempeñan tareas de cuidados y empleo remunerado. En las cuarentenas, la doble jornada se convierte en triple pues deben asumir la educación escolar de sus hijos/as. Esto evidencia los mandatos y desigualdades de género, limitando la capacidad de movimiento y relegando a las mujeres al espacio doméstico.

La carga mental y gestión del tiempo se refiere a más de dos actividades, incorporando las múltiples tareas del trabajo. El ajuste del tiempo remite a la inscripción simultánea de las mujeres en espacios-tiempos generalmente distantes, evidenciando de manera más intensa, la gestión cotidiana de los ritmos temporales de los miembros del hogar por parte de las mujeres (Bessin & Gaudart, 2009). Pareciera que, en el contexto analizado, la organización ordinaria de la vida femenina en varios espacios y tiempos (Haicault, 1984), se multiplica en subespacios y tiempos interconectados.

El análisis desde una perspectiva interseccional del curso de vida (Ferrer, 2017), entrega herramientas para comprender como las experiencias de vida cotidiana en pandemia y el impacto de las medidas implementadas, se insertan en una serie de relaciones entre instituciones sociales (familia, trabajo, ocio, entre otros), procesos

políticos socio-históricos, roles y normas de género establecidas socialmente.

Es interesante observar cómo las medidas sobre un grupo impactan también en el otro. Las redes de apoyo y cuidados que las mujeres mayores proveen a sus hijas y nietos/as se reducen al ver restringida su movilidad, interrumpiendo los vínculos entre ellas. Las mismas medidas llevan a las mujeres a generar estrategias de reciprocidad, trasladándose algunas mujeres mayores abuelas a vivir con sus familias para mantener la continuidad del apoyo entregado a sus hijas madres trabajadoras, que deben asumir el cuidado y educación de hijos/as por el cierre de los colegios. Esta dinámica de desvinculación/ruptura y de continuidad/mantenimiento en la red de apoyo y cuidados se encarna en sus cuerpos (Csordas, 1990) y su salud mental. En el caso de mujeres madres trabajadoras que no cuentan con estas redes de apoyo, los efectos se intensifican. Dichas consecuencias, evidencian la feminización e invisibilización de los cuidados, que recaen casi en su totalidad en las mujeres, colapsando el sistema ante la falta de otros apoyos.

Frente a estas transformaciones que traen las medidas implementadas, las mujeres despliegan distintas prácticas de enfrentamiento. Estas están atravesadas por inscripciones y mandatos de género, lo que profundiza las desigualdades preexistentes, intensificando los esfuerzos mentales y corporales femeninos, para organizar la vida cotidiana doméstica, de cuidados y laboral. Desde una mirada interseccional (Collins & Bilge, 2016) en esta conjunción de roles pesa no sólo la posición de género, sino también otras posiciones. Las mujeres con menos redes y estatus económicos vieron más intensamente afectada su cotidianidad con esta crisis sanitaria. Las trabajadoras deben ajustar sus espacios, acotando su movilidad, rutinas y escasos tiempos libres, para atender las múltiples demandas familiares y laborales. Las adultas mayores, constreñidas en sus viviendas, intentan dar sentido y reacomodar sus vidas, impedidas de circular por el espacio público.

Sin embargo, ambos grupos de mujeres despliegan estrategias para resistir y enfrentar los cambios, buscando el autocuidado, estableciendo límites, negociando tareas domésticas, reservando resquicios temporales para aliviar las demandas y distraerse, o simplemente resistiendo las medidas gubernamentales. Para ello utilizan la tecnología, buscan apoyo a distancia en sus redes o entre vecinos/as, hacen ejercicio físico, desarrollan proyectos personales, recurren a apoyos farmacológicos, haciendo un poco más amable la nueva vida que están experimentando. Ello da cuenta de espacios de agencia, en un contexto que las constriñe.

La investigación muestra la ausencia de medidas y políticas que se enfrenten esta nueva realidad de las mujeres. El Estado y las instituciones no elaboran estrategias de apoyo que atiendan, por un lado, las necesidades ante el aumento de su jornada y la recarga de responsabilidades, y, por otro, que reconozcan la diversidad de experiencias de las mujeres mayores. La preocupación por el cuidado sanitario y la implementación de medidas estandarizadas a nivel nacional no considera las desigualdades del territorio, que afectan específicamente a algunos grupos de mujeres como las que analizamos. La carga de la crisis actual recae en las familias y, dentro de ellas, en las mujeres, aprovechando el trabajo femenino gratuito para enfrentar la crisis y sostener la vida.

Este análisis permite visualizar, por una parte, las raíces androcéntricas y heteronormativas de las medidas sociosanitarias implementadas durante la pandemia, y, por otra, cómo las mujeres resisten estos modos de diferenciación/opresión. Medidas que naturalizan a la vez que oscurecen la centralidad de los trabajos domésticos y de cuidados, los trabajos remunerados, relaciones sociales y familiares como experiencia continua a lo largo de la vida de las mujeres. Género y edad, en este marco de interpretación, son entendidos interseccionalmente como constructos de relaciones sincrónicas, diacrónicas y dinámicas de distintas posiciones sociales durante el curso de vida de las mujeres.

Referencias

- Annes, M., Freytes, C., Kostecki, J., & Montenegro, R. (2020). *Políticas públicas implementadas por el gobierno chileno para sortear los efectos de la pandemia*. (e)laboraciones sociales en tiempos de pandemia. UNCUIYO. <https://elaboraciones.sociales.unc.edu.ar/>
- Armitage, R., & Nellums, L. (2020). COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. *The Lancet Public Health*, 5(5), e256. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(20\)30061-X](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(20)30061-X)
- Arteaga, C., Cabezas, V., & Ramírez, F. (2021, 26-29 may.). *Cuidados en contexto de pandemia: Mujeres trabajadoras en Chile* (Sesión de conferencia). Latin American Studies Association 2021 (LASA; Modalidad virtual).
- Bahn, K., Cohen, J., & Van der Meulen, Y. (2020). A feminist perspective on COVID-19 and the value of care work globally. *Gender, Work and Organization*, 27(5), 695-699. <https://doi.org/10.1111/gwao.12459>
- Blanco, M. (2011). El enfoque del curso de vida: orígenes y desarrollo. *Revista Latinoamericana de Población*, 5(8), 5-31. <https://doi.org/10.31406/relap2011.v5.i1.n8.1>
- Balbo, L. (1994). La doble presencia. In C. Borderías, C. Carrasco & C. Alemany (Comps.), *Las mujeres y el trabajo. Rupturas conceptuales* (pp. 503-514). Icaria.
- Bessin, M., & Gaudart, C. (2009). Les temps sexués de l'activité: La temporalité au principe du genre? *Temporalités Revue de Sciences Sociales et Humaines*, 9. <https://doi.org/10.4000/temporalites.979>
- Bourdieu, P., & Wacquant, L. (1995). *Respuestas. Por una antropología reflexiva*. Grijalbo.
- Castellanos-Torres, E., Mateos, J., & Chilet-Rosell, E. (2020). COVID-19 from a gender perspective. *Gaceta sanitaria*, 34(5), 419-421. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.04.007>
- ChileAtiende. (2020, 3 ago.). *Plan de protección a la clase media*. Fichas. <https://www.chileatiende.gob.cl/>
- Collins, P. H., & Bilge, S. (2016). *Intersectionality. Key concepts*. Cambridge Polity Press.
- Csordas, T. (1990). Embodiment as a paradigm for Anthropology. *ETHOS*, 18(1), 5-47. <https://doi.org/10.1525/eth.1990.18.1.02a00010>
- Del Río, M., & García, M. (2020). Cuidados y abordaje de la pandemia de COVID-19 con enfoque de género. *Gaceta Sanitaria*, 34(3), 217-312. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.05.006>
- Federici, S. (2013). *Revolución en punto cero: trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas*. Traficantes de Sueños.
- Ferrer, (2017). Understanding the experiences of racialized older people through an intersectional life course perspective. *Journal of Aging Studies*, 41, 10-17. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2017.02.001>
- Guichard, E., Concha, V., Henríquez, G., Cavalli, S., & Lalive d'Épinay, Ch. (2013). Reconstrucción subjetiva del curso de la vida en Chile. *Revista Mexicana de Sociología*, 75(4), 617-646. <http://dx.doi.org/10.22201/iis.01882503p.2013.4>
- Gutiérrez, D., Martín, G., & Ñopo, H. (2020). *El Coronavirus y los retos para el trabajo de las mujeres en América Latina*. [#COVID19 Serie de Documentos de Política Pública, 18]. PNUD. <https://www.latinamerica.undp.org/>
- Haicault, M. (1984). La gestion ordinaire de la vie en deux. *Sociologie du Travail*, 26, 268-277. <https://doi.org/10.3406/sotra.1984.2072>
- Heller, Á. (1987). *Sociología de la vida cotidiana*. Península.
- Hochschild, A. & Machung, A. (2012). *The second shift: Working families and the revolution at home*. Penguin Books.
- Rochelle, X. (2020). *Covid-19: An exposition, with a focus*

- on social isolation in the elderly (UK). <https://doi.org/10.6084/m9.figshare.12022632.v2>
- Kreutzberger, S. (2020). *Teletrabajo, género y Covid-19 encifras*. Chile Mujeres. <https://chilemujeres.cl/wp-content/uploads/2020/05/P-Covid-teletrabajo-y-eguidad-FINAL.pdf>
- Mejía, J. (2000). El muestreo en la investigación cualitativa. *Investigaciones Sociales*, 5, 165-180. <https://doi.org/10.15381/is.v4i5.6851>
- Ministerio de Educación de Chile. (MINEDUC, 2020, 15 mar. a). *Plan de aprendizaje remoto: Orientaciones Mineduc COVID-19*. https://www.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/19/2020/03/Orientaciones_Mineduc_COVID19.pdf
- Ministerio de Salud de Chile. (MINSAL, 2020, 15 mar. a). Presidente anuncia suspensión de clases y reduce actos públicos. *Destacados MINSAL*. <https://www.minsal.cl/presidente-anuncia-suspension-de-clases-y-reduce-actos-publicos/>
- Ministerio de Salud de Chile. (MINSAL, 2020, 24 mar.). Presidente Piñera promulga ley que regula trabajo a distancia: "Busca darles más oportunidades y libertad a los trabajadores". *Destacados MINSAL*. <https://www.minsal.cl/>
- Ministerio de Salud de Chile. (MINSAL, 2020, 30 ago.c). Gobierno levanta restricciones para desplazamiento de adultos mayores de 75 años. *Destacados MINSAL*. <https://www.minsal.cl/gobierno-levanta-restricciones-para-desplazamiento-de-adultos-mayores-de-75-anos/>
- MOVID-19. (2020). *¿Cuál ha sido el impacto de la pandemia en las labores de cuidado? Un análisis desde una perspectiva de género*. <https://www.movid19.cl/publicaciones/once-informe/>
- Olives, E. (2020, 22 mar.). Presidente Piñera: "Todos los adultos mayores de 80 años deberán permanecer en sus casas". *Pauta*. <https://www.pauta.cl/politica/presidente-pinera-ordena-todos-adultos-mayores-80-anos-quedarse-en-casa>
- Osorio-Parraguez, P., Jorquera, P., & Araya, M. (2021). Vejez y vida cotidiana en tiempos de pandemia: estrategias, decisiones y cambios. *Horizontes Antropológicos*, 27(59), 227-243. <https://doi.org/10.1590/s0104-71832021000100012>
- Parada, D., & Zambrano, G. (2020). Reinención de la vida cotidiana en mujeres cucuteñas en tiempos de COVID-19. *Psicoperspectivas*, 19(3). <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol19-issue3-fulltext-2046>
- Rubilar, M., Galaz, C., & LaBrenz, C. (2021). Academic and family disruptions during the COVID-19 pandemic: a reflexive from social work. *Qualitative Social Work*, 20(1-2), 587-594. <https://doi.org/10.1177/1473325020973293>
- Saban, M., & Barone, C. (2020, 8 jul.). *100 días COVID: Tareas de cuidado y productividad*: Consejo económico y social de la ciudad de Buenos Aires. <https://www.cesba.gob.ar/acerca-de-100-dias-covid-tareas-de-cuidado-y-productividad-1624>
- Scholten, H., Quezada-Scholz, V., Salas, G., Barria-Asenjo, N., Molina, R., García, J., Juliá, M., Marinero, A., Zambrano, A., Gómez, E., Cheroni, A., Caycho-Rodríguez, T., Reyes, T., Pinochet, N., Binde, P., Uribe, J., Rojas, C., Bernal, J., & Somarriva, F. (2020). Abordaje psicológico del COVID-19: Una revisión narrativa de la experiencia latinoamericana. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 54(1), 1-24. <https://doi.org/10.30849/ripij.v54i1.1287>
- Servicio Nacional para el Adulto Mayor de Chile (SENAMA, 2020, 22 jul.). Nuevo permiso permitirá que adultos mayores salgan durante una hora. *Noticias SENAMA*. <http://www.senama.gob.cl/noticias/senama-valora-medida-que-otorga-permiso-especial-a-personas-mayores-de-75-anos-para-salir-a-caminar>
- Strauss, A., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Contus.
- Subsecretaría de Previsión Social de Chile. (2020, 21 jul.). Congreso aprueba ley "Crianza protegida" que beneficia a 850 mil madres, padres y personas a cargo de niños menores. *Destacado SPS*. <https://www.previsionsocial.gob.cl/sps/congreso-aprueba-ley-crianza-prottegida-que-beneficia-a-850-mil-madres-padres-y-personas-a-cargo-de-ninos-menores/>
- Undurraga, R., & Hornickel, N. (2021). (Des)articuladas por el cuidado: Trayectorias laborales de mujeres chilenas. *Revista de Estudios Sociales*, 75, 55-70. <https://doi.org/10.7440/res75.2021.06>

Sobre las autoras:

Paulina Osorio-Parraguez es antropóloga social, (Univ. de Chile) y doctorada en Sociología (Univ. del País Vasco, España). Profesora del Depto. de Antropología, coordina el Núcleo de Estudios del Curso de la Vida y Longevidad y es miembro de la Red Transdisciplinaria sobre Envejecimiento de la Universidad de Chile.

<https://orcid.org/0000-0002-6438-3712>

Catalina Arteaga Aguirre es magíster y doctorada en Ciencias Políticas y Sociales (FLACSO, México). Profesora del Depto. de Sociología de la Univ. de Chile. Investiga sobre género y familia; trabajos; cuidados, subjetividades e identidad.

<https://orcid.org/0000-0002-0365-5526>

Caterine Galaz Valderrama es licenciada en Com. Social (Univ. de Santiago de Chile), magíster y doctora en

Ciencias de la Educación por la Univ. Autónoma de Barcelona (España). Investiga sobre género, migraciones, políticas e intervención social.

<https://orcid.org/0000-0001-6301-7609>

Isabel Piper-Shafir es psicóloga (Univ. Diego Portales), magíster y doctorada en Psicología (Univ. Autónoma de Barcelona). Docente de la Facultad de Ciencias Sociales, Univ. de Chile.

<https://orcid.org/0000-0001-6795-2573>