

DISTRIBUCIÓN DESIGUAL DEL CUIDADO LIMITA LA MOVILIDAD SOCIAL EN MÉXICO

- 76 % de las personas cuidadoras en México son mujeres.
- 73 % de las personas cuidadoras que nacen en hogares con menos recursos permanece en esa condición, frente a 64 % de quienes no realizan labores de cuidado.
- Ser cuidador principal aumenta el riesgo de afectaciones en la salud mental, como sentir que todo representa un gran esfuerzo o tener problemas de concentración.
- Entre personas con origen en hogares con menos recursos, 79 % permanece en esa condición en localidades sin servicios de cuidados, frente a 59 % en localidades donde sí los hay.

Ciudad de México, 12 de marzo de 2026. — En México, la movilidad social es baja, pero lo es aún más para las mujeres. Una de las razones es la distribución desigual de las responsabilidades del cuidado, que recaen de manera desproporcionada en los hogares y, en particular, en ellas. De acuerdo con el Centro de Estudios Espinosa Yglesias (CEEY), 76 % de las personas cuidadoras en México son mujeres.

El *Informe de movilidad social y cuidados: un vínculo inseparable*, con base en los resultados del módulo de cuidados de la Encuesta ESRU de Movilidad Social en México 2023 (ESRU-EMOVI 2023),¹ muestra que esta distribución desigual del cuidado tiene efectos directos en las trayectorias de vida. Las personas cuidadoras tienen menos oportunidades educativas, laborales y de participación política y social, lo que reduce su posibilidad de mejorar la posición socioeconómica respecto a la de sus padres.

La evidencia es clara: entre quienes provienen del 40 % de hogares con menos recursos, el 73 % de las personas cuidadoras permanece en la parte baja de la escalera socioeconómica, frente al 64 % de quienes no realizan labores de cuidados. Esta diferencia refleja cómo la carga desigual de las responsabilidades del cuidado restringe la movilidad social intergeneracional.

Además de limitar las oportunidades educativas y laborales, el trabajo de cuidados también tiene efectos en la salud mental de quienes lo realizan. El informe muestra que

¹ La encuesta ESRU-EMOVI es representativa de hombres y mujeres de entre 25 y 64 años, a nivel nacional y para cinco regiones del país. El módulo de cuidados cuenta con representatividad nacional.

asumir el rol de cuidador principal aumenta la probabilidad de presentar afectaciones emocionales, como sentir que todo representa un gran esfuerzo, tener problemas de concentración o experimentar tristeza.

La disponibilidad de servicios de cuidados en el entorno local también marca una diferencia importante en las trayectorias de movilidad social. Entre las personas con origen en la parte más baja de la distribución socioeconómica que viven en localidades sin servicios de cuidados, 79 % permanece en esa condición. En contraste, en localidades donde sí hay estos servicios, la proporción se reduce a 59 %, lo que implica que la persistencia en desventaja es cerca de un 34 % mayor donde no existen estos servicios.

Estos hallazgos muestran que el cuidado no puede ser una responsabilidad exclusiva de los hogares, y menos aún de las mujeres. Se requiere una organización social corresponsable en la que participen el Estado, el mercado, la comunidad y los hogares, con igualdad entre mujeres y hombres.

Avanzar en la construcción de un Sistema Nacional de Cuidados es clave para garantizar el derecho a cuidar, a ser cuidado y al autocuidado. Incorporar la dimensión de los cuidados en el diseño de las políticas públicas permitiría reducir la desigualdad de oportunidades y ampliar las trayectorias de movilidad social, al liberar tiempo para que las personas cuidadoras puedan invertir en su educación, su salud y su participación social, económica, política y en el mercado laboral. El objetivo no es imponer la participación laboral de las mujeres, sino asegurarles las condiciones necesarias para elegir libremente si desean hacerlo.

Descarga el informe en: <https://ceey.org.mx/informe-de-movilidad-social-y-cuidados-un-vinculo-inseparable>

Contacto para prensa

Rosa Elena Luna 55 2271 5686 | Diana Turner 55 8580 6525



@ceeymx



@ceey_mx



@ceey

El **Centro de Estudios Espinosa Yglesias (CEEY)** es una asociación civil sin fines de lucro, apartidista, fundada en 2005 por la Dra. Amparo Espinosa Rugarcía y auspiciada por la Fundación ESRU. Su misión es generar investigación especializada para proponer políticas públicas y acciones privadas y del sector social que impulsen la movilidad social en México.