

ANÁLISIS DE LAS CONDICIONES SOCIALES, FAMILIARES Y EMOCIONALES QUE ENFRENTAN LAS AMAS DE CASA DE LA ALDEA CUESTA GRANDE, TATUMBLA; Y LA RELACIÓN CON SUS CAPACIDADES EN EL AÑO 2025

Génesis Lucía Funes Portillo*
Fátima Selenia Barrientos López**

Fecha de recepción: 15/03/2025

Fecha de aprobación: 25/08/2025

RESUMEN

La presente investigación analiza las condiciones sociales, familiares y emocionales que enfrentan las amas de casa de la Aldea Cuesta Grande, municipio de Tatumbula, departamento de Francisco Morazán, Honduras, y cómo estas inciden en el fortalecimiento de sus capacidades. Mediante un enfoque cualitativo y utilizando la metodología de investigación-acción participativa, se realizaron entrevistas semiestructuradas, observaciones no participantes y un grupo focal con mujeres de la comunidad. Los resultados revelan que las amas de casa enfrentan una sobrecarga de trabajo doméstico no remunerado, una escasa corresponsabilidad en las tareas del hogar y falta de reconocimiento de su aporte familiar y comunitario. También se

identificaron factores que afectan su autonomía personal, como la dependencia económica, la falta de

tiempo para sí mismas y los estereotipos de género interiorizados. A pesar de ello, las mujeres mostraron deseo de superación y de participar en espacios de formación y fortalecimiento personal. El análisis se fundamenta en la teoría de género, la teoría feminista y la teoría ecológica de los sistemas, evidenciando cómo las estructuras sociales refuerzan desigualdades de género. Se concluye que el reconocimiento del trabajo doméstico y la creación de espacios de empoderamiento son esenciales para avanzar hacia una mayor equidad social y el desarrollo comunitario desde lo doméstico. La investigación propone una

* Pasante de último año de la carrera de Trabajo Social. Ha trabajado en investigaciones con niñez, jóvenes y adolescentes en conflicto con la ley, así como con familias, comunidades y en el estudio de movimientos sociales. Ha aplicado entrevistas, grupos focales, encuestas y técnicas participativas, lo que le ha permitido conocer diferentes realidades sociales y proponer alternativas de mejora desde el Trabajo Social. glfunes@unah.hn ORCID: 0009-0000-0907-5226

** Pasante de último año de la carrera de Trabajo Social. Ha trabajado en investigaciones con niñas, niños, adolescentes y jóvenes en conflicto con la ley, así como en centros educativos relacionados con la violencia escolar. Ha integrado equipos investigadores en comunidades, proporcionando estrategias de mejora. Ha participado en procesos vinculados a movimientos sociales y poblaciones vulneradas. fsbarrientos@unah.hn ORCID: 0009-0003-3002-1865

mirada transformadora que visibiliza las capacidades de las mujeres que sostienen la vida familiar desde el hogar.

Palabras claves: Amas de casa, Trabajo doméstico no remunerado, Desigualdad de género, Empoderamiento femenino.

ABSTRACT

This research analyzes the social, family, and emotional conditions faced by housewives in the Cuesta Grande village, Tatumbla municipality, Honduras, and how these affect the strengthening of their capabilities. Using a qualitative approach and participatory action research methodology, semi-structured interviews, non-participant observations, and a focus group were conducted with women from the community. The findings reveal that housewives bear an excessive burden of unpaid domestic work, limited co-responsibility in household tasks, and a lack of recognition for their family and community contributions. Factors such as economic dependence, lack of personal time, and internalized gender stereotypes also hinder their personal autonomy. Despite this, the women expressed a desire for self-improvement and participation in spaces for training and personal development. The analysis is based on gender theory, feminist theory, and ecological systems theory, showing how social structures reinforce gender inequalities. The study concludes that recognizing domestic work and creating empowerment spaces are essential for advancing social equity and community development from the domestic sphere. The research offers a comprehensive and transformative perspective that highlights the capabilities of women who sustain family life from home.

Keywords: Housewives, Unpaid domestic work, Gender inequality, Women's empowerment.

| Planteamiento del problema

En la actualidad, se identifican problemas relacionados con las desigualdades de género en el trabajo doméstico no remunerado en el hogar. Esto se manifiesta en una pesada carga de responsabilidades en las mujeres amas de casa, sin que reciben una justa retribución o reconocimiento por el aporte económico y social de sus actividades. Así pues, en muchos casos están excluidas tanto de espacios de toma de decisiones como de oportunidades de generación de ingresos, debilitando así tanto su autonomía como el progreso de toda la comunidad.

En el mundo, hay 75.6 millones de mujeres trabajadoras del hogar con 15 o más años. La inmensa mayoría (82%) vive en países en desarrollo y emergentes, mientras que 13.4 millones viven en países desarrollados. Del total mundial, más de la mitad (55 %) habitan dos regiones: el Este y Sureste de Asia, donde vive la mayor parte, un 36 %, seguida de América Latina y el Caribe, con un 19 %. Esto pone en evidencia una desigual distribución de responsabilidades en el hogar, que perpetúa desigualdades de género en toda la estructura social. (2022, pág. 1)

Esta realidad tiene varias vertientes tanto sociales como culturales. A nivel mundial, el trabajo en el hogar continúa recayendo en mayor proporción en las mujeres, reflejando una desigual distribución de responsabilidades en el manejo del hogar y en el cuidado de la familia. Esto pone en evidencia que el rol de ama de casa enfrenta desigualdad tanto en el acceso al

mercado laboral como en el reconocimiento de su aporte a la sociedad en general. Como señala (Bonnet) En la región, la proporción de mujeres sin ingresos propios asciende al 30% aproximadamente, es decir 1 de cada 3 mujeres en América Latina y el Caribe aún no tiene una fuente propia de ingresos. Esto sin duda es un gran desafío para la autonomía de las mujeres que dependen de otros miembros del hogar para la satisfacción de sus necesidades o las de sus familias. A esto se suma que el 26% de las mujeres mayores de 15 años reciben menos de un salario mínimo resultando que más de la mitad de las mujeres de la región no tengan ingresos propios o reciban sumas mínimas que imposibilitan una verdadera autonomía económica. (2017)

En Latinoamérica y el Caribe la desigualdad de género en el ingreso continúa limitando tanto la autonomía como el progreso de las mujeres. El hecho de que 1 de cada 3 mujeres no tenga fuente de ingreso propio, sumado a que más de la cuarta parte de las que reciben un pago ganen menos de un salario mínimo, evidencia una situación de vulnerabilidad y dependencia económica. Esto significa que más de la mitad de las mujeres en la región están en desventaja para satisfacer sus necesidades, tomar decisiones con libertad o dejar de depender de otros, perpetuando así desigualdades sociales y dificultando tanto el progreso de ellas como el de sus familias, tal como nos lo hacen saber (Bárcena).

“Según el Instituto Nacional de Estadística en Honduras existe un aproximado de 139 mil trabajadoras domésticas a nivel nacional incluyendo menores de edad. El trabajo doméstico todavía no está reconocido como un trabajo formal en la actualidad.” (Edgardo Mancía, 2019) Esta situación evidencia la desigualdad estructural en el mercado laboral en Honduras, en el cual el trabajo doméstico continúa siendo invisibilizado y desvalorado, a pesar de involucrar a más de 139 mil mujeres, incluidas menores de edad. Esto pone en evidencia la falta de reconocimiento jurídico, económico y social de una labor que es indispensable para el mantenimiento de los hogares y de toda la estructura productiva, pero que deja en situación de vulnerabilidad a las mujeres que lo ejercen y a sus familias.

En el departamento de Francisco Morazán, específicamente en el municipio de Tatumbla, el censo de 2013 revela que en la aldea de Cuesta Grande vivían 1,677 habitantes, de los cuales 829 son mujeres, en comparación con 847 hombres (INE, 2013) Esto permite plantearnos interrogantes sobre qué tan reconocido y valorado está el rol de las mujeres en el territorio, así como qué desigualdades puedan estar viviendo en comparación con los hombres en el acceso a recursos, toma de decisiones y participación en espacios comunitarios. Así pues, el problema de la desigualdad de género en el trabajo de cuidados se vuelve importante de analizar en Cuesta Grande, considerando tanto el tamaño de la población femenina como el contexto social en el que están insertas.

| Justificación

La presente investigación tiene como propósito analizar las condiciones sociales, familiares y emocionales que enfrentan las amas de casa de la comunidad de Cuesta Grande, en el municipio de Tatumbla, y cómo estas influyen en sus capacidades. Esta iniciativa surge ante la necesidad de visibilizar una realidad que, aunque ampliamente vivida por las mujeres, poco se habla de la misma. La elección del enfoque fenomenológico permite, no solo conocer la situación en profundidad, sino que también genera procesos de transformación desde la vivencia y participación de las propias mujeres involucradas.

A nivel nacional, esta investigación cobra relevancia porque según el estudio: “Honduras tiene nombre de mujer” (Madrid Rossel, 2020), las mujeres en Honduras dedican un elevado de horas de trabajo doméstico no remunerado en el hogar. Esto revela la sobrecarga de tareas para las mujeres, específicamente en zonas rurales donde el 91.3% de ellas realizan estas labores frente al 40.9 % de los hombres. Estas cifras evidencian la necesidad de reconocer que debe haber una distribución equitativa en estas responsabilidades asumidas por las amas de casa. Aunque no se cuente con datos específicos sobre esta población en el municipio de Tatumbla o en la comunidad de Cuesta Grande, el XVII Censo Nacional de Población y VI de Vivienda (INE, 2013) reporta que Cuesta Grande tiene una población de 1,677 personas, de las cuales 847 son hombres y 829 mujeres, y al menos 532 son niñas y niños

entre 0 y 14 años. Este dato es relevante porque permite reconocer la carga de cuidados que recae sobre las mujeres, ya que, en contextos rurales con alta presencia de niñez, como Cuesta Grande, las amas de casa suelen asumir múltiples responsabilidades en el hogar sin apoyo ni reconocimiento formal.

La investigación contribuye a visibilizar una problemática real que rara vez es abordada desde una visión amplia de la realidad. La carga de trabajo no remunerado no solo implica una injusticia estructural, sino que influye de forma significativa en diferentes situaciones de la vida cotidiana, como la pobreza, la exclusión social, la falta de autonomía económica, y la salud mental de las mujeres. Al abordar estos aspectos desde la perspectiva de las propias afectadas, el estudio va a generar propuestas concretas que ayuden a mejorar la calidad de vida y las oportunidades para las mujeres de Cuesta Grande, municipio de Tatumbla.

Desde el punto de vista teórico, esta investigación busca llenar un vacío de conocimiento sobre la situación de las amas de casa en contextos rurales hondureños. Aunque existen estudios generales sobre trabajo doméstico y desigualdad de género, hay poca información sistematizada que refleje la experiencia cotidiana de las mujeres que, sin recibir remuneración, sostienen la vida familiar y comunitaria desde el hogar. Asimismo, los hallazgos contribuirán a la generación y el fortalecimiento de capacidades en contextos de exclusión, y fomentar la participación ciudadana

desde lo doméstico. La información que se obtenga puede ser utilizada para comparar diferentes territorios, enriquecer programas sociales con enfoque de género y contribuir a una visión más justa del desarrollo comunitario con las mujeres.

| Objetivos

| Objetivo general

Analizar las condiciones familiares, sociales y emocionales que enfrentan las amas de casa de la Aldea Cuesta Grande, Tatumbla y su relación con el fortalecimiento de sus capacidades en el año 2025.

| Objetivos específicos:

1. Identificar las responsabilidades de las amas de casa dentro y fuera del hogar, identificando detalladamente la gestión y distribución de su tiempo en su vida cotidiana.
2. Analizar los roles de género asumidos por las amas de casa en el ámbito familiar y social, y cómo estos influyen en sus relaciones, decisiones y nivel de autonomía personal.
3. Proponer espacios de formación y participación que contribuyan al fortalecimiento de capacidades, así como al desarrollo personal y colectivo de las mismas.

| Preguntas de investigación

| Pregunta general:

¿Cuáles son las condiciones familiares, sociales y emocionales que enfrentan las amas de casa de la Aldea Cuesta Grande, Tatumbla y su relación con el

fortalecimiento de sus capacidades en el año 2025?

| Preguntas específicas:

1. ¿Cuáles son las responsabilidades de las amas de casa dentro y fuera del hogar, identificando detalladamente la gestión y distribución de su tiempo en su vida cotidiana?
2. ¿Cómo son los roles de género asumidos por las amas de casa en el ámbito familiar y social, y cómo estos influyen en sus relaciones, decisiones y nivel de autonomía personal?
3. ¿Cuáles son los espacios de formación y participación que contribuyan al fortalecimiento de capacidades, así como al desarrollo personal y colectivo de las mismas?

| Fundamentación teórica

| Marco contextual

Contextualizar las condiciones sociales, económicas y culturales que han influido en el rol de las amas de casa en la comunidad de Cuesta Grande, municipio de Tatumbla, es importante para comprender cómo se ha construido históricamente esta realidad que permite visibilizar la importancia del trabajo no remunerado realizado por las mujeres en el ámbito doméstico, así como su impacto en la dinámica familiar y comunitaria. Esto resulta esencial para fundamentar acciones participativas que reconozcan y fortalezcan su papel dentro del hogar y la comunidad.

La comunidad de Cuesta Grande, ubicada en el municipio de Tatumbla, departamento de Francisco Morazán, se caracteriza por ser una zona rural

montañosa y clima fresco. La población local enfrenta desafíos comunes en muchas áreas rurales de Honduras, como el acceso limitado a servicios básicos, empleo formal escaso y una economía doméstica sostenida principalmente por el trabajo informal. En este contexto, las mujeres que ejercen el rol de amas de casa, desempeñan una función fundamental y no siempre reconocida en la dinámica familiar y comunitaria.

El Instituto Nacional de Estadística (2023) reporta que más del 63% de las mujeres adultas sin empleo formal se dedican exclusivamente al hogar, esto refleja dependencia económica e invisibilidad social. Estas mujeres desempeñan tales como: administradoras hogar, cuidadoras de la familia, educadoras informales etc., todo esto, sin recibir una remuneración o el reconocimiento institucional o de las organizaciones de base locales. Esta situación no es ajena a Cuesta Grande, donde muchas amas de casa se enfrentan a las limitaciones antes mencionadas.

Paz Perdomo (2015) señala que la jefatura de hogar femenina, pone de manifiesto una realidad que es adyacente a una cultura impregnada de inequidades y desigualdades de género. Es decir, descubre una sociedad que, y fortalece la estigmatización y la exclusión social, cerrando los espacios de oportunidades e invisibilizando las capacidades de las mujeres. (p.63)

Frente a este panorama, es necesario reconocer que la situación de las amas de casa en Cuesta Grande, no se debe únicamente a la falta de empleo o a la

informalidad, sino a un sistema social y que históricamente ha dejado de lado a las mujeres sin valorar su trabajo. Por eso, comprender este contexto, no solo permite identificar las problemáticas, sino también reconocer la importancia de fortalecer las capacidades de estas mujeres para que puedan ejercer sus derechos, mejorar su calidad de vida y ser parte activa del desarrollo comunitario.

Por otra parte, el trabajo doméstico que realizan las amas de casa se desarrolla bajo condiciones rígidas y exigentes, ya que noten límites claros entre las horas destinadas al trabajo y al descanso. Esta falta de separación hace que las mujeres están disponibles prácticamente el tiempo para atender las necesidades del hogar y de la familia. “las condiciones del trabajo doméstico pueden definirse por su rigidez, el límite entre el tiempo de trabajo y el tiempo de ocio o descanso para las amas de casa es difícil de trazar porque está sujeto a las necesidades de la familia.” (Vega Montiel, 2008, p.183). En comunidades rurales como Cuesta Grande, esta realidad forma parte de las condiciones estructurales que afectan su bienestar y limita su participación en otros espacios de desarrollo comunitario o personal.

Para finalizar, se logra ubicar las condiciones sociales, económicas y familiares en las que se desarrollan las amas de casa en Cuesta Grande, dentro de una realidad rural con limitaciones de acceso a servicios y oportunidades. Este contexto aporta elementos necesarios para comprender el entorno en el que se sitúan sus experiencias y desafíos

cotidianos, así como las dinámicas comunitarias que pueden influir en el fortalecimiento de sus capacidades. De esta manera, se establecen las bases para el desarrollo de la investigación acción, orientando el análisis hacia las condiciones que inciden en la vida de estas mujeres y en las posibilidades de transformación de su realidad

| Marco histórico

A lo largo del tiempo, las condiciones sociales, económicas y culturales de las zonas rurales han influido en la manera en que las mujeres participan dentro de sus familias y comunidades, especialmente aquellas que asumen el rol de amas de casa. En contextos marcados por la pobreza, la informalidad laboral y el acceso limitado a servicios básicos como salud, educación y transporte, las mujeres han sostenido la vida del hogar con trabajo no remunerado, cuidados diarios y apoyo en actividades productivas, sin que su aporte sea plenamente reconocido. Estas dinámicas, construidas a lo largo de generaciones, siguen presentes en muchas comunidades rurales de Honduras. En el caso de Cuesta Grande, en el municipio de Tatumbula, se analiza la situación donde las tradiciones familiares y la estructura rural han mantenido un modelo en el que las mujeres, especialmente las jóvenes, enfrentan mayores obstáculos para acceder a la educación, el empleo y la participación activa en los espacios comunitarios.

Para comprender la evolución territorial y administrativa del municipio de Tatumbula, es necesario recurrir a los datos oficiales brindados por el Instituto Nacional de

Estadística, que detallan su origen histórico y distribución actual:

El municipio de Tatumbla fue fundado en 1684, y para el recuento de población de 1791 figuraba como cabecera del curato de Santa Lucía, integrándose en la división política territorial de 1889 como municipio del Distrito de San Antonio. Actualmente, Tatumbla cuenta con una extensión territorial aproximada de 81 km², conformado por seis aldeas y 65 caseríos registrados en el Censo Nacional de Población y Vivienda de 2013, identificándose con el código geográfico 0825 del departamento de Francisco Morazán. (2013).

Esto nos muestra cómo Tatumbla ha evolucionado desde una organización colonial hacia un municipio con estructura política formal. La dispersión de la población en aldeas y caseríos afecta especialmente a las amas de casa, quienes enfrentan mayores dificultades para acceder a servicios básicos como salud, educación y apoyo comunitario, debido a la distancia y falta de conectividad.

Por otra parte, Tatumbla ha sido históricamente un espacio rural de raíces indígenas lencas, cuyo desarrollo estuvo marcado por procesos de colonización, explotación minera y agricultura de subsistencia, actividades que moldearon las estructuras sociales, familiares y económicas de la zona (SEIP & JICA, 2012). Estas dinámicas históricas han influido en la vida de las familias y en el rol de las mujeres dentro de la comunidad, donde las amas de casa han sostenido la

economía del hogar mediante labores de cuidado y participación en actividades productivas, enfrentando limitaciones para acceder a servicios básicos, formación y empleo digno.

Cuesta Grande ha mantenido tradiciones comunitarias que fortalecen la identidad local, pero los cambios económicos y sociales también han impactado las dinámicas familiares y comunitarias, evidenciando los desafíos de las amas de casa para desarrollarse de forma integral y participar activamente en espacios comunitarios, así lo explican SEIP & JICA: A lo largo del tiempo, la infraestructura en Tatumbla ha pasado de caminos de herradura a vías de acceso que conectan comunidades como Cuesta Grande con la cabecera municipal, lo que ha facilitado la llegada de algunos servicios de salud y educación, aunque con limitaciones que siguen afectando principalmente a las mujeres en sus responsabilidades diarias (2012).

Esto nos ayuda a comprender que, aunque los caminos en Tatumbla han mejorado con el tiempo, muchas comunidades aún tienen acceso limitado a servicios importantes. Son las amas de casa quienes más sienten estas dificultades, porque son ellas las que deben salir a buscar atención médica, llevar a sus hijos a la escuela o hacer mandados para el hogar. Cuando los caminos son malos o muy largos, su trabajo se vuelve más pesado y su tiempo más limitado.

Para comprender las condiciones educativas de la población femenina en Tatumbla, el censo nacional de 2013 brinda datos importantes sobre la juventud del municipio:

Según el XVII Censo Nacional de Población y VI de Vivienda, en 2013 el municipio de Tatumbla contaba con una población de 3,587 personas entre 5 y 29 años, de las cuales 1,747 eran mujeres, representando una parte significativa de la población joven de la comunidad. De este total, 933 mujeres asistían a centros educativos, mientras que 814 no lo hacían, reflejando las brechas históricas en el acceso sostenido a la educación para las mujeres en el municipio (INE, 2013).

Esto nos muestra que muchas mujeres jóvenes de Tatumbla no han tenido la oportunidad de seguir estudiando, lo que influye directamente en sus posibilidades futuras. Muchas de ellas, al no continuar con su educación, terminan asumiendo desde temprana edad las responsabilidades del hogar y se convierten en amas de casa sin haber podido desarrollar sus sueños o metas personales. Esta realidad refleja una desigualdad que se repite de generación en generación y que limita el crecimiento personal, social y económico de las mujeres en el municipio.

Los datos del censo también permiten observar la situación educativa específica de las mujeres jóvenes en la comunidad de Cuesta Grande:

En la comunidad de Cuesta Grande, se registraron 425 mujeres en el mismo rango de edad, de las cuales 196 asistían a clases y 228 no asistían, evidenciando que más de la mitad de las mujeres jóvenes enfrentaban dificultades para mantenerse en el sistema educativo (INE, 2013).

Estos datos permiten comprender que, muchas jóvenes de Cuesta Grande no pudieron continuar sus estudios, lo que refleja una realidad preocupante. Esta situación afecta especialmente a quienes se convierten en amas de casa desde muy temprano, sin haber tenido la oportunidad de prepararse académicamente o elegir otro camino. Al dejar la escuela, muchas quedan limitadas a las labores del hogar, lo que no solo reduce sus oportunidades de crecimiento personal, sino que también mantiene las desigualdades de género.

Cuesta Grande no tiene registros históricos propios que permitan conocer con detalle su pasado, por lo que para entender la situación actual de las amas de casa en esta comunidad se ha tomado como referencia la historia del municipio de Tatumbla. Tatumbla es una zona rural donde las familias han vivido principalmente de actividades de subsistencia, y donde las tradiciones familiares han sido muy marcadas. En este contexto, las mujeres, especialmente las que están en pareja, han asumido desde hace mucho tiempo la responsabilidad principal de cuidar la casa y la familia.

Estas formas de vida y organización no son solo parte del pasado, sino que siguen influyendo en el presente. Muchas mujeres en Cuesta Grande continúan dedicándose al hogar, lo que limita sus oportunidades para trabajar, estudiar o participar en la comunidad. La historia muestra que estos roles de género se han mantenido por generaciones, lo que hace más difícil que las mujeres puedan desarrollar sus capacidades y crecer en otros ámbitos.

| Marco legal

El marco legal es fundamental en la investigación acción participativa, ya que permite comprender el respaldo jurídico que existe con respecto a las problemáticas identificadas en la comunidad. En el caso de las amas de casa de Cuesta Grande, Tatumbla; resulta importante identificar normas y disposiciones legales que, aunque no se refieran directamente a las amas de casa, aborden aspectos de protección de sus derechos, equidad de género y responsabilidad compartida dentro del hogar. Esto permite relacionar las realidades que enfrentan las mujeres en sus hogares con los compromisos que el Estado ha adquirido en materia de igualdad y protección de los derechos de las mujeres en sus hogares. “Las bases legales o el marco legal, compendia el conjunto de leyes, reglamentos, normas, decreto, entre otras publicaciones oficiales, donde se establece el basamento jurídico sobre el cual se sustenta cualquier protocolo investigativo”. (Perez, A. 2009, p.65)

En el marco de la protección de los derechos de las mujeres, la Ley de Igualdad de Oportunidades para la Mujer en Honduras, establece aspectos importantes para esta investigación “Artículo 11.-El Estado a través del sistema educativo y los medios de comunicación social, deben difundir el concepto de responsabilidad compartida dentro de la vida familiar, con énfasis en las necesidades de las madres trabajadoras o de las madres jefas de hogar.” (Instituto Nacional de la Mujer, 2000, p. 4, Decreto No, 34-2000, Art.11).

Este artículo respalda la importancia de promover la corresponsabilidad en las tareas del hogar, reconociendo que las mujeres, en especial las amas de casa, enfrentan múltiples cargas en el cuidado de sus familias y en las labores domésticas no remuneradas. En la comunidad de Cuesta Grande, donde las mujeres asumen estas responsabilidades, este mandato legal justifica la necesidad de fortalecer sus capacidades y fomentar una cultura de equidad que permita a las amas de casa acceder a oportunidades de desarrollo personal y comunitario, impulsando la participación de todos los integrantes del hogar en las responsabilidades familiares.

En este sentido, el Instituto Nacional de la Mujer en el Artículo 28 de la Ley de Igualdad de Oportunidades para la Mujer en Honduras establece:

El Estado garantiza la formación integral e igualitaria de mujeres y hombres bajo el concepto de responsabilidad solidaria como

base de la sociedad y asumirá la tarea de: 4) Eliminar los textos usados en el sistema educativo estatal y privado las funciones estereotipadas de hombres y mujeres y evitar que la imagen de la mujer se siga utilizando como el único recurso para simbolizar los oficios domésticos que se realizan en el hogar. (2000, p. 6)

Este artículo es clave para la investigación porque reconoce que las mujeres no deben ser vistas únicamente como responsables de las labores domésticas, sino que tienen derecho a una formación en igualdad de condiciones al igual que los hombres. En el caso de Cuesta Grande, esta ley permite explorar si las amas de casa están enfrentando estas limitaciones.

De igual manera, el Instituto Nacional de la Mujeres en el Artículo 74 de la Ley de Igualdad de Oportunidades para la Mujer en Honduras señala:

Se le dará preferencia a la mujer jefa de hogar en la obtención de préstamos bancarios para vivienda y cuando está pertenezca al sector campesino, sin discriminación alguna, gozará de los beneficios de la Ley de Reforma Agraria en igualdad de condiciones. (2000, p.12)

Este artículo resulta fundamental para esta investigación, ya que establece la prioridad que debe darse a las mujeres jefas de hogar, especialmente en contextos rurales, para acceder a recursos económicos y a tierras. En el

caso de Cuesta Grande, esta ley permite analizar si las amas de casa que asumen roles de jefas de hogar enfrentan barreras para acceder a estos recursos, lo cual afecta su capacidad para mejorar sus condiciones de vida.

Por último y para fortalecer este marco legal, se toma como referencia la Constitución de la República de Honduras, Decreto No. 131, emitida el 11 de enero de 1982, que es la norma principal del país y establece los derechos y deberes que buscan el bienestar y la equidad de la sociedad. “Toda persona tiene el derecho al trabajo, a escoger libremente su ocupación y a renunciar a ella, a condiciones equitativas y satisfactorias de trabajo, y a la protección contra el desempleo.” (Congreso Nacional, 1982, art. 127).

Este artículo es importante para esta investigación porque reconoce que todas las personas tienen derecho a un trabajo digno y a elegir libremente su ocupación. En el caso de Cuesta Grande, esta ley permite analizar si las amas de casa realmente tienen la posibilidad de ejercer este derecho o si las responsabilidades del hogar y las condiciones sociales y económicas hacen que asuman este rol sin tener opciones, convirtiéndose en amas de casa más por necesidad que por decisión propia.

Para finalizar, este marco legal expone un número limitado de artículos que, de forma directa o indirecta, reconocen algunos derechos relacionados con las amas de casa en Honduras. Lamentablemente, en el país no existe

una legislación específica que proteja a las amas de casa como grupo social; por lo tanto, es necesario recurrir a artículos dispersos en diversas leyes y en la Constitución para sustentar el reconocimiento de sus derechos.

| Marco teórico

Para comprender las condiciones sociales, familiares y emocionales que viven las amas de casa de Cuesta Grande, esta investigación toma como base la teoría de género, la teoría de sistemas y la teoría feminista. Estas tres perspectivas permiten analizar cómo los roles que se les han asignado a las mujeres, junto con las dinámicas del hogar y del entorno, influyen en su desarrollo. También ayudan a ver cómo la desigualdad de género y la falta de reconocimiento al trabajo doméstico no remunerado afectan su autonomía, su participación y su bienestar. En especial, la teoría feminista permite cuestionar las ideas que han mantenido a las mujeres en una posición de desventaja y visibilizar su verdadero aporte en la sociedad.

Desde esta perspectiva, la teoría de género en el desarrollo resalta la importancia de atender las necesidades estratégicas de las mujeres, las cuales buscan generar cambios estructurales en lugar de soluciones temporales. En este sentido, se plantea la necesidad de repensar el rol social de las mujeres e impulsar políticas que promuevan su movilidad social, como señala Perdomo (2015):

La teoría de género en el Desarrollo (GED) expone que es

fundamental repensar el rol social de las mujeres. En este sentido, es necesario atender o priorizar sus necesidades estratégicas que les permita trascender de una situación socioeconómica distinta, acompañadas de políticas de desarrollo incluyentes que les facilite una movilidad social ascendente. (pág. 70)

En el caso de las amas de casa, su identidad no solo está influida por construcciones sociales, sino también por elementos personales y corporales que no pueden ignorarse. Si bien el género explica gran parte de los roles asignados, también es importante reconocer que existen marcos internos que forman parte de su vivencia como mujeres. Esto permite abordar su realidad desde una perspectiva más integral, que no reduce su experiencia solo a lo social, sino también a lo humano. Así lo explica Siles (2014)

La teoría de género no está exenta de dificultades internas. Por lo pronto, es complejo afirmar que la configuración de la propia identidad no tiene presupuestos básicos o “marcos referenciales”, que condicionan y a la vez hacen posible la realización del ser humano. Todo indica que dichos marcos existen, y que entre ellos destaca la unidad de la persona. Por lo mismo, pareciera que el ser humano no puede prescindir tan fácilmente de su corporeidad, ni utilizarla como un mero instrumento o propiedad absoluta. (pág. 02)

El género no está determinado por la biología, sino por construcciones sociales que asignan roles y comportamientos específicos a las mujeres y los hombres. En el caso de las amas de casa, estas construcciones han naturalizado que sean ellas quienes asuman la mayoría de responsabilidades en el hogar y en el cuidado de otros, sin cuestionar si realmente tienen otras opciones. Esto refuerza su invisibilización y limita el desarrollo de sus capacidades. Desde esta perspectiva, el género se convierte en una herramienta clave para analizar cómo las expectativas sociales afectan directamente la vida de las mujeres en contextos rurales como Cuesta Grande. Lo anterior se relaciona con lo planteado por Jule (2004), quien afirma que

La teoría de género se define como: el estudio de lo que se entiende como comportamiento masculino y / o femenino y / o queer en cualquier contexto, comunidad, sociedad o campo de estudio dado...La diferencia entre sexo y género es que el primero se refiere a categorías del cuerpo humano biológicamente observable, femenino y masculino o intersexual, mientras que género se refiere a las categorías de expectativas sociales, roles y comportamientos, femenino y masculino. (pág. 202)

Desde una perspectiva de género, es necesario replantear la forma en que se entienden y distribuyen las responsabilidades dentro del hogar, ya que estas no deben recaer únicamente sobre las mujeres. En comunidades

rurales como Cuesta Grande, esta distribución desigual ha limitado históricamente la participación activa de las amas de casa en otros espacios fuera del hogar. Por ello, es importante visibilizar que transformar estas dinámicas requiere no solo cambios individuales, sino también colectivos, que incluyan políticas de apoyo y una nueva forma de entender la vida familiar y comunitaria. Como señala Lamas (2007)

Una perspectiva de género reparte las responsabilidades familiares, introduciendo un cambio en el sistema de prioridades ciudadanas. La perspectiva de género requiere de un proceso comunicativo que la sostenga, y la haga llegar al corazón de la discriminación: la familia. Se requiere el desarrollo de una nueva forma de conceptualizar las responsabilidades familiares entre mujeres y hombres, una nueva distribución de tareas y el apoyo de servicios colectivos, especialmente los de cuidado infantil. (pág. 08)

La Teoría Ecológica de los Sistemas ofrece una mirada integral sobre cómo distintos entornos influyen en la vida de las personas. En mujeres dedicadas al trabajo doméstico, este enfoque permite identificar cómo factores como la familia, el entorno social y las condiciones del lugar donde viven afectan directamente sus oportunidades, bienestar y desarrollo personal. En relación con esto, Carneros (2015) señala que

La Teoría Ecológica de los Sistemas de Urie Bronfenbrenner consiste en un enfoque ambiental sobre el desarrollo del individuo a través de los diferentes ambientes en los que se desenvuelve y que influyen en el cambio y en su desarrollo cognitivo, moral y relacional. (pág. 8)

Bronfenbrenner explica que las personas se desarrollan dentro de varios entornos que se relacionan entre sí. Estos niveles o sistemas ayudan a entender cómo lo que pasa en el hogar, en el entorno social o en la cultura influye en la vida de las amas de casa y en lo que pueden o no pueden hacer en su día a día.

El microsistema es fundamental para comprender cómo se configuran las relaciones más cercanas e inmediatas que afectan directamente la vida de las amas de casa. En su día a día, el hogar representa ese espacio central donde se desarrollan múltiples roles y responsabilidades, muchas veces asumidos sin cuestionamiento. Analizar este nivel permite evidenciar cómo las dinámicas familiares y domésticas influyen en su bienestar emocional, en la distribución del tiempo y en la posibilidad de fortalecer sus capacidades. Según Bronfenbrenner (1976)

Microsistema, es el nivel más cercano al sujeto, e incluye los comportamientos, roles y relaciones característicos de los contextos cotidianos en los que éste pasa sus días, es el lugar en

el que la persona puede interactuar cara a cara fácilmente, como en el hogar, el trabajo, sus amigos (pág. 19)

El mesosistema permite comprender cómo se conectan los diferentes espacios donde las amas de casa se desenvuelven, como el hogar, el trabajo ocasional o la vida comunitaria. Estas interacciones influyen en su rutina diaria, en la forma en que organizan su tiempo y en las oportunidades que tienen para participar en otros espacios fuera del hogar. Mesosistema Según Bronfenbrenner (1979)

Comprende las interrelaciones de dos o más entornos en los que la persona en desarrollo participa activa mente (familia, trabajo y vida social). Es por tanto un sistema de microsistemas. Se forma o amplía cuando la persona entra en un nuevo entorno. (pág. 29)

El exosistema, según Bronfenbrenner, ayuda a entender cómo factores externos como el trabajo de la pareja o su entorno social influyen indirectamente en la vida de las amas de casa. Aunque ellas no participen directamente en esos espacios, las decisiones o dinámicas que ocurren allí pueden afectar su carga de trabajo, su bienestar emocional y sus oportunidades de desarrollo, lo cual es clave para comprender su realidad en Cuesta Grande. Tal como lo señala Bronfenbrenner (1986) el exosistema

Se refiere a uno o más entornos que no incluyen a la persona en desarrollo como participante activo, pero en los cuales se producen hechos que afectan a lo que ocurre en el entorno que comprende a la persona en desarrollo, o que se ven afectados por lo que ocurre en ese entorno (lugar de trabajo de la pareja, grupos de amigos de la pareja, etc.) (pág. 22)

El macrosistema se refiere al conjunto de valores, normas y estructuras sociales que influyen en todos los niveles del entorno. En el caso de las amas de casa de Cuesta Grande, este sistema explica cómo las ideas tradicionales sobre el rol de la mujer, especialmente en contextos rurales, moldean su realidad cotidiana. Estas creencias afectan la forma en que se organizan sus responsabilidades y limitan sus oportunidades de participación y desarrollo, reflejando una estructura social más amplia que refuerza la desigualdad de género. De acuerdo con Bronfenbrenner (1986)

En una sociedad o grupo social en particular, la estructura y la sustancia del micro-, el meso- y el exosistema tienden a ser similares, como si estuvieran contruidos a partir del mismo modelo maestro, y los sistemas funcionan de manera similar. Por el contrario, entre grupos sociales diferentes, los sistemas constitutivos pueden presentar notables diferencias. Por lo tanto, analizando y comparando los

micro-, meso- y los exosistemas que caracterizan a distintas clases sociales, grupos étnicos y religiosos o sociedades enteras, es posible describir sistemáticamente y distinguir las propiedades ecológicas de estos contextos sociales (pág. 21)

La teoría feminista ayuda a entender que la desigualdad entre hombres y mujeres no es algo natural, sino que ha sido sostenida por ideas que históricamente han colocado a las mujeres en una posición inferior. Esto permite ver por qué el trabajo que realizan las amas de casa ha sido poco valorado y casi invisible, a pesar de ser esencial para el funcionamiento del hogar y de la sociedad. Cuestionar esas ideas es importante para empezar a reconocer sus derechos y el papel que realmente tienen.” La teoría feminista, al reivindicar los derechos de las mujeres, develó la ideología sobre la que estaba contruido el discurso de la desigualdad, y cuestionó de forma radical los planteamientos filosóficos que colocaban a las mujeres como seres inferiores.” (Vélez, 2010, pág. 211)

La teoría feminista ayuda a entender que la desigualdad entre hombres y mujeres no es algo natural, sino que ha sido sostenida por ideas que históricamente han colocado a las mujeres en una posición inferior. Esto permite ver por qué el trabajo que realizan las amas de casa ha sido poco valorado y casi invisible, a pesar de ser esencial para el funcionamiento del hogar y de la sociedad. Así lo explica Cervantes (s.f)

La teoría feminista del punto de vista plantea que todo conocimiento está situado, es decir, que conocer depende del lugar desde el que se conoce (pienso desde donde soy) y conocer implica ver/invisibilizar (poder). Sostiene que la vida y condición de las mujeres proporciona una óptica diferente para reconocer la realidad social y, por lo tanto, otra forma de conocer en la que intervienen también la intuición y los afectos. (pág. 22)

La teoría de género, la teoría de sistemas y la teoría feminista ofrecen herramientas fundamentales para comprender las condiciones sociales, familiares y emocionales que viven las amas de casa. Estas perspectivas permiten analizar cómo influyen los roles asignados, los distintos entornos en los que se desenvuelven y las estructuras sociales que reproducen desigualdades. En conjunto, permiten comprender de forma más amplia y crítica los factores que limitan su desarrollo y participación en distintos espacios.

| Marco conceptual

El marco conceptual es clave porque permite definir con claridad los términos que serán utilizados para analizar la realidad de las amas de casa de Cuesta Grande. Conceptos como condiciones sociales, familiares, emocionales y capacidades deben ser comprendidos de forma precisa para garantizar un análisis coherente y bien fundamentado.

Género: Es una categoría que designa una realidad cultural y política, que se ha asentado sobre el sexo. De esta forma, desde el pensamiento feminista en los años setenta, se entendió que el sexo era una realidad anatómica indiscutible e incuestionable, y el género una construcción cultural prescriptiva que se ha ido redefiniendo históricamente en función de la correlación de fuerzas de las mujeres en las distintas sociedades en que el feminismo ha arraigado social y culturalmente. (Bedia, 2005, pág. 254)

La perspectiva de género permite analizar y comprender las características que definen a las mujeres y a los hombres, así como sus semejanzas y diferencias. Analiza las posibilidades y oportunidades de ambos, sus expectativas, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros, así como los conflictos institucionales y cotidianos que deben enfrentar y la manera en que lo hacen. (Sanchez, 2011, pág. 51)

Roles de género: Los roles determinan acciones y comprenden las expectativas y normas que una sociedad establece sobre cómo debe actuar y sentir una persona en función de que sea mujer o hombre, prefigurando, así, una posición en la estructura social y representando unas funciones que se atribuyen y que son asumidas diferencialmente por mujeres y hombres. Los roles femeninos son los relacionados con todas las tareas asociadas a la reproducción, crianza, cuidados, sustento emocional... y están inscritos, fundamentalmente, en el ámbito doméstico. Los roles masculinos están asociados a las tareas que tienen que ver

con el productivo, el mantenimiento y sustento económico, principalmente desarrollados en el ámbito público. (Macía, 2008)

Así, se puede hablar de una división cultural del trabajo determinada por el género y por la cual a las mujeres les corresponde el cuidado de los hijos y la casa, confinándola a la vida privada, y a los hombres se les otorga el carácter de "proveedor" y se les permite y exige la participación en la vida pública. Esto es, se hace una distribución de tareas y funciones con base en una construcción cultural. (Sanchez, 2011, pág. 51)

Desigualdad de género: Los errores interpretativos, el desconocimiento, la incertidumbre o simplemente la falta de interés por conocer las diferencias entre hombres y mujeres quizás nos ha llevado a la desigualdad de género, siendo ésta la causante, por ejemplo, de conductas machista, post-machistas o los micro machismos. Donde algunos pensando que somos iguales en todos los conceptos, posiblemente estén cometiendo un error a largo plazo, y es que éstos quieren que se vean a ambos sexos de forma diferente, no por las características biológicas sino por las diferencias culturales, tratando de transformar y equilibrar las diferencias mediante la cultura, la educación y el adoctrinamiento. (García Sanmartín, 2018, pág. 149)

La desigualdad de género exige que la política adopte soluciones de igualdad en todas y cada una de sus decisiones y normas. Para llegar a la igualdad real

entre hombres y mujeres es necesario que la mujer se integre en todos y cada uno de los sectores de la vida pública y privada. (Sanchez J. M., 2011, pág. 52)

Trabajo doméstico no remunerado: Se refiere al trabajo que se realiza sin pago alguno. Se desarrolla mayoritariamente en la esfera privada (hogares) por mujeres. Se refiere tanto a las labores domésticas como a las de cuidado de personas dependientes (niñas/os, ancianas/os, personas con discapacidad o personas enfermas). • Se mide cuantificando el tiempo que una persona dedica a las labores domésticas y al trabajo de cuidado sin recibir pago o remuneración alguna. (ONU, 2015, pág. 03)

Este trabajo ha sido ligado a la naturaleza femenina como un atributo genérico. Como es un trabajo que históricamente ha realizado la mujer, la actividad doméstica constituye la fuente de trabajo femenino más importante, independientemente de que la mujer realice, además de éste, un trabajo extra doméstico. La hacedora del trabajo doméstico es la mujer ama de casa. (Montiel, Por la visibilidad de las amas de casa: rompiendo la invisibilidad del trabajo domestico, 2007, pág. 179)

División sexual del trabajo: La noción de división sexual del trabajo indica que las actividades no se distribuyen de forma neutral, y muestra que mujeres y varones no están en igualdad de condición ni en la esfera doméstica ni en la productiva. (Anzorena, 2008, pág. 11)

La división sexual hace referencia al reparto social de tareas o actividades en

relación al sexo-género, variando este reparto según las sociedades y las épocas, teniendo sus orígenes en el ámbito familiar. A los hombres se les asignan el trabajo productivo, el trabajo de proveedor del hogar, realizado en la esfera pública, mientras que a las mujeres se les asignan el trabajo reproductivo, el trabajo relacionado con el cuidado del hogar y familiar, realizado en la esfera privada, es decir, se atribuye una serie de roles tanto a las mujeres, como a los hombres. (Diez, s.f, pág. 05)

Autonomía económica: La autonomía económica es un pilar fundamental de la autonomía de las mujeres y, por definición, requiere que estas perciban ingresos que les permitan superar la pobreza y disponer de su tiempo libre para capacitarse, acceder al mercado laboral, desarrollarse profesional y personalmente, participar de manera activa de la vida social y política, y dedicarse a sus seres queridos sin que ello se transforme en una barrera para el logro de sus propias aspiraciones. (somosmuchas.org, 2021, pág. 03)

La autonomía económica de las mujeres se vincula con su posibilidad de controlar activos y recursos y ha sido parte de las políticas de igualdad de género de América Latina y el Caribe. Los avances encaminados al logro de la autonomía económica de las mujeres se relacionan con los marcos normativos vinculados al trabajo remunerado y no remunerado. (CEPAL, La autonomía de las mujeres en escenarios económicos cambiantes, 2020, pág. 22)

Exclusión social: No sólo es percibida como una problemática que connota aspectos materiales, sino también aspectos normativos. Específicamente, es percibida como un síntoma de la desintegración social y una amenaza contra la cohesión social. (Moya, 2013, pág. 04)

La exclusión de la mujer en las tres grandes estructuras de integración: Mercado de trabajo, Estado de Bienestar y redes familiares y personales tendría consecuencias impactantes, no solo a nivel personal en cada mujer, si no a nivel del desarrollo social y económico del país. (Rosales, 2020, pág. 47)

Participación ciudadana desde lo doméstico: La participación femenina, es una temática de actualidad, en el contexto de los procesos actuales de modernización y la propuesta de desarrollo local, que hacen énfasis, a nivel del discurso, en la participación de la mujer, donde se le ubica como actora importante en el desarrollo; se hace necesario diferenciar la participación de la mujer en las diversas áreas del trabajo comunitario: capacitación, organización, y gestión del desarrollo local. (Rossell, 1996, pág. 08)

La participación política de la mujer, el género es un punto de referencia para determinar que la baja participación femenina se debe no a cuestiones ideológicas (políticas) sino culturales (género). Por consecuencia, la permanencia de una cultura basada en el

género como representación simbólica ocasiona la división tradicional público/privado. (Guajardo, 2011, pág. 60)

Amas de casa: En términos formales, la ama de casa es definida como trabajadora por cuenta propia del sector doméstico y como la encargada de asumir la gestión y la producción doméstica del hogar. (Montiel, 2007, pág. 179)

Las actividades de un ama de casa van desde la planeación hasta la ejecución de tareas y mantenimiento de la casa, hasta la interacción con el mundo externo para la resolución de necesidades, carencias y conflictos dentro de ella. (Guillén, 2014, pág. 12)

| Construcción metodológica

| Enfoque de la investigación

La investigación-acción es una metodología que nació en los años cuarenta con Kurt Lewin, quien buscaba una forma de investigación distinta a la tradicional. Su enfoque no solo se centra en estudiar la realidad, sino también en transformarla de manera conjunta con quienes participan en el proceso. De esta manera, combina la generación de conocimiento teórico con la acción práctica, buscando que ambos se potencien mutuamente para lograr cambios sociales significativos. Tal como señala Colmenares (2012)

La metodología investigación-acción (IA) tiene sus orígenes en el siglo XX, durante la década de los cuarenta, de la mano del sociólogo Kurt Lewin, como una opción alternativa frente a la

unicidad metodológica predominante, con el uso del método científico en las investigaciones desarrolladas en el campo de las ciencias sociales. Este autor consideraba que mediante la IA se podían lograr de manera compartida avances teóricos y transformaciones sociales, y además, conseguir conocimiento práctico y teórico simultáneamente. (pág. 113)

La investigación-acción es clave en esta investigación porque permite analizar la realidad de las amas de casa de Cuesta Grande desde sus propias vivencias, generando a la vez conocimiento y transformación social. No se trata solo de estudiar, sino de actuar junto a ellas, visibilizando su trabajo, fortaleciendo sus capacidades y promoviendo su participación. “La investigación-acción es una forma de investigación que permite vincular el estudio de los problemas en un contexto determinado con programas de acción social, de manera que se logren de forma simultánea conocimientos y cambios sociales.” (Ledo, 2007, pág. 01)

El enfoque cualitativo se adopta como base metodológica porque permite comprender en profundidad las vivencias, emociones y significados que las amas de casa atribuyen a su realidad. Este tipo de abordaje facilita el análisis de contextos complejos desde la perspectiva de las propias participantes, permitiendo interpretar sus experiencias en relación con factores sociales, familiares y emocionales. Además, se vincula directamente con la investigación-acción, al fomentar la participación activa, la

reflexión crítica y la generación de cambios concretos a partir del conocimiento compartido. Como lo expresa Aravena (2006)

El enfoque cualitativo nos permite reconocer cómo los fenómenos educativos o las problemáticas adquieren un sentido más enfocado en un ámbito, y cómo se interpreta, se experimenta o se responde en situaciones particulares, ligadas a una cultura, una institución, un grupo social, una escuela, e, incluso, una persona particular. (pág. 11)

| Diseño de investigación

Se ha seleccionado el diseño de investigación-acción en esta investigación porque permite comprender y, al mismo tiempo, generar cambios en la realidad que viven las amas de casa en la comunidad de Cuesta Grande, articulando el análisis de sus condiciones sociales, familiares y emocionales con acciones que contribuyan a mejorar su condición de vida.

Este diseño se fundamenta en fases que permiten actuar, observar y reflexionar, lo que facilita identificar de manera participativa las problemáticas que enfrentan, sus causas y consecuencias, al mismo tiempo que se construyen propuestas de mejora junto a ellas, tomando en cuenta sus experiencias y necesidades reales. “La investigación en acción busca comprender y resolver problemáticas específicas de una colectividad vinculadas a un ambiente (grupo, programa, organización o comunidad) y también, aportar formación

que guíe la toma de decisiones para proyectos, procesos y reformas estructurales” (Sampieri, s.f.).

Por su parte, Sandín (2003) sostiene que “la investigación en acción pretende esencialmente propiciar el cambio social, transformar la realidad social, educativa, económica, administrativa y que las personas tomen conciencia de su papel en este proceso de transformación”. Esta visión propuesta por este autor, aporta una base fundamental para comprender el valor de involucrar a las amas de casa en procesos de transformación social. Aplicar la investigación en acción en este grupo permite que ellas no solo reconozcan su realidad, sino que también asuman un rol activo en su transformación.

Para comprender mejor la estructura de investigación-acción, es importante conocer los tipos de diseño que pueden utilizarse en este enfoque, tal como lo explica Sampieri:

Los diseños básicos de la investigación-acción pueden clasificarse en dos tipos: el práctico y el participativo. El diseño práctico se enfoca en estudiar prácticas locales de grupos o comunidades mediante la indagación individual o en equipo, con énfasis en el aprendizaje de los participantes y la implementación de acciones para resolver problemas o introducir mejoras. En este enfoque, el liderazgo es compartido entre el investigador y miembros del grupo. Por su parte, el diseño participativo estudia temas sociales que afectan las vidas de los participantes, promueve la

colaboración equitativa, busca mejorar el nivel de vida y desarrollo humano, y emancipa tanto a los participantes como al investigador. (p. 497).

Esta clasificación de Sampieri permite definir el diseño de esta investigación-acción, seleccionando el diseño participativo como el más adecuado para trabajar con las amas de casa de Cuesta Grande. Este diseño facilita que las participantes no sean solo observadas, sino que se conviertan en las actrices activas dentro de este proceso, identificando juntas sus problemas y necesidades, planificando acciones para afrontarlos y reflexionando sobre los cambios logrados. De esta manera, el diseño participativo permite que las amas de casa fortalezcan sus capacidades y se empoderen en la toma de decisiones, generando transformaciones que impacten positivamente en su calidad de vida y desarrollo personal y comunitario.

| Categoría de análisis

El proceso de análisis de la información recolectada se organizó en torno a un objetivo general y tres objetivos específicos, los cuales dieron lugar a categorías de análisis, subcategorías e indicadores, que permitieron estructurar y comprender de forma ordenada las realidades de las amas de casa de la comunidad Cuesta Grande, en el municipio de Tatumbla.

El objetivo general consistió en analizar las condiciones familiares, sociales y emocionales que enfrentan las amas de casa y su relación con el fortalecimiento de sus capacidades. A

partir de este, se definieron los siguientes tres objetivos específicos:

1. Conocer las responsabilidades de las amas de casa dentro y fuera del hogar, detallando la gestión y distribución de su tiempo en la vida cotidiana. Para abordar este objetivo, se estableció la categoría *Amas de casa*, la cual se subdividió en *trabajo doméstico no remunerado*, *gestión y distribución del tiempo en el hogar*, *planificación de tareas domésticas* y *gestión del presupuesto familiar*. Los indicadores para esta categoría se centraron en las tareas asumidas, la organización diaria del trabajo en el hogar y la administración del dinero familiar.
2. Analizar los roles de género asumidos por las amas de casa en el ámbito familiar y social, y cómo estos influyen en sus relaciones, decisiones y nivel de autonomía personal. En este caso, se utilizó la categoría *Roles de género*, con subcategorías como *interiorización del rol femenino*, *expectativas sociales hacia las mujeres*, *autonomía personal* y *autorregulación emocional*. Los indicadores contemplaron el apoyo familiar en las tareas del hogar, la valoración que se perciben a sí mismas, la toma de decisiones personales y la forma en que enfrentan emocionalmente su rutina diaria.
3. Proponer espacios de formación y participación que contribuyan al fortalecimiento de capacidades, así como al desarrollo personal y colectivo. Esta dimensión se analizó a

través de la categoría *Empoderamiento femenino*, con subcategorías como *crecimiento personal*, *formación comunitaria* y *aprendizaje colaborativo entre amas de casa*. Los indicadores relacionados incluyeron la percepción de autoestima, la importancia de la autoimagen, los sueños y metas personales, y la valoración de los espacios de encuentro e intercambio de saberes entre mujeres.

| Población y muestra

Población: La población de estudio es un conjunto de casos, definido, limitado y accesible, que formará el referente para la elección de la muestra que cumple con una serie de criterios predeterminados. (Arias-Gómez, 2016, pág. 201)

Muestra: En toda investigación es fundamental que la muestra represente adecuadamente al grupo que se quiere estudiar. Como señala (Argibay, 2009) “la muestra que se tome debe ser representativa”. Por ello, se ha elegido a 10 mujeres que se identifican como amas de casa, cuyas experiencias permiten comprender de forma más cercana la realidad que se desea analizar en Cuesta Grande.

| Técnicas y herramientas

Un aspecto central del diseño metodológico es cómo vamos a recopilar la información o los datos requeridos. En ese sentido, debemos evaluar cuál es la técnica más conveniente para recoger la información necesaria y con qué instrumento lo haremos. Entonces, las

técnicas son los procedimientos o métodos que usaremos para recoger la información de nuestras fuentes o nuestra muestra.

| Grupo focal

Para obtener una comprensión profunda de las vivencias y condiciones que enfrentan las amas de casa de Cuesta Grande, se utilizará la técnica del grupo focal con la participación de seis mujeres. Esta herramienta permite generar un espacio de diálogo colectivo donde las participantes puedan compartir sus experiencias de forma libre y respetuosa. Es fundamental que el proceso sea guiado por una persona moderadora, que garantice la participación equitativa y el desarrollo fluido de la conversación. Tal como lo señala Taiman (2022)

El grupo focal suele reunir de 6 a 10 personas y contar con una moderadora o un moderador, figura clave para estimular y manejar la conversación de forma que todas y todos los participantes puedan expresar sus opiniones. Para desarrollar un grupo focal, se prepara una guía en la que se plantean los temas que se espera se aborden en la conversación. Al igual que en el caso de las entrevistas, el grupo focal se debe grabar y luego transcribir. Además, la guía de preguntas o temas para tocar en el grupo focal debe ser validada por expertos o sometida a un piloto para tener la seguridad de que nos permitirá recoger la información planificada. (pág. 37)

| Observación científica

La observación permite registrar lo que ocurre de manera directa en un entorno, prestando atención a comportamientos, gestos y situaciones que forman parte de la vida cotidiana. Su valor está en que ayuda a documentar lo que sucede tal como se presenta, sin necesidad de intervenir. Como dice Onrubia (1979)

La observación científica practicada en Psicología o en otras Ciencias, presenta algunos caracteres comunes. Por ejemplo, el considerar que su función observadora radica en captar las características notables de una realidad que enfrenta y que parece agotarse en lo que; hace patente a la observación y descripción. (pág. 09)

| Entrevistas semiestructuradas

Las entrevistas semiestructuradas ofrecen mayor libertad tanto para quien responde como para quien investiga, permitiendo que la conversación fluya de forma más natural. Esta flexibilidad ayuda a profundizar en las experiencias personales y adaptar las preguntas según lo que cada persona comparte. Por eso, son útiles cuando se quiere entender vivencias particulares, como las de mujeres dedicadas al trabajo doméstico. Como explica Lopezoza (2020)

Tiene menor rigidez que las entrevistas estructuradas, ya que cuentan con preguntas fijas, pero en este caso los entrevistados pueden contestar libremente sin necesidad de elegir una respuesta

específica como sucede en las entrevistas estructuradas. Incluso los investigadores pueden interactuar y adaptarse a los entrevistados y a sus respuestas, en definitiva, son entrevistas más dinámicas, flexibles y abiertas, y por tanto permiten una mayor interpretación de los datos que con las entrevistas estructuradas. (pág. 89)

| Análisis y resultados

| Análisis de los datos y respuesta de actores clave

El análisis de las condiciones de vida de las amas de casa de Cuesta Grande se organizó en torno a tres objetivos específicos, cada uno con sus respectivas categorías y subcategorías de análisis. El primer objetivo se centró en conocer las responsabilidades de las amas de casa dentro y fuera del hogar, para lo cual se abordaron categorías como el trabajo doméstico no remunerado y la gestión y distribución del tiempo. Se exploró cómo las mujeres organizan su día a día, cómo comparten (o no) las responsabilidades con otros miembros del hogar y quién administra los recursos financieros de la familia. Los testimonios evidenciaron que las mujeres dedican gran parte de su tiempo a labores domésticas, con escaso o nulo apoyo de sus parejas o hijos, lo que genera una sobrecarga física y emocional. En muchos casos, ellas asumen tanto el rol de cuidadoras como de responsables del presupuesto familiar, sin reconocimiento o valoración social.

El segundo objetivo abordó los roles de género y su influencia en la autonomía

personal y relaciones familiares. Se analizaron las expectativas sociales interiorizadas por las mujeres, las cuales refuerzan la idea de que deben anteponer las necesidades del hogar sobre sus propios proyectos de vida. Las amas de casa expresaron sentimientos de frustración, desgaste emocional y desvalorización por parte de sus familias, especialmente en relaciones con sus esposos. Aun así, algunas lograron resignificar su rol desde la experiencia propia y encontrar sentido en su labor dentro del hogar, especialmente como madres y líderes del espacio doméstico.

El tercer objetivo propuso identificar espacios de formación y participación que fortalezcan el empoderamiento femenino. Se indagó sobre la percepción de las mujeres respecto a su autoestima, valor personal y oportunidades de superación. Las amas de casa coincidieron en que, pese a la invisibilización de su trabajo, poseen grandes capacidades que no han podido desarrollar por falta de apoyo y espacios adecuados. Muchas manifestaron deseos de aprender, compartir saberes y ser reconocidas como sujetas activas de desarrollo comunitario. La mayoría considera que el reconocimiento de su aporte y la creación de espacios colectivos serían pasos clave para fortalecer su autonomía y bienestar personal.

Estos hallazgos fueron complementados con los análisis de los grupos focales y entrevistas, los cuales reforzaron la existencia de patrones culturales que mantienen a las mujeres en roles tradicionales, limitando su participación

en otros espacios sociales. La falta de corresponsabilidad, el estrés cotidiano, la escasa valoración de sus tareas y las estructuras de desigualdad de género fueron elementos recurrentes en los discursos. No obstante, también emergieron voces de esperanza y conciencia crítica, que abren la posibilidad de transformar estas realidades desde procesos formativos y organizativos impulsados por ellas mismas.

| Propuesta de fortalecimiento comunitario para el reconocimiento del trabajo no remunerado de las amas de casa de Cuesta Grande, Tatumbla

“Mujeres que Dan y Sostienen Vidas”

Visibilización y reconocimiento del aporte de las amas de casa a través de la elaboración participativa de un registro comunitario en Cuesta Grande, Tatumbla, Francisco Morazán.

La propuesta “Mujeres que Dan y Sostienen Vidas” nace a partir de los hallazgos obtenidos en un proceso de investigación acción participativa (IAP) realizado por estudiantes de la carrera de Trabajo Social con un grupo de amas de casa de la comunidad de Cuesta Grande, en el municipio de Tatumbla. Durante esta investigación, se identificó que, aunque estas mujeres desempeñan un rol fundamental en la sostenibilidad de la vida familiar y comunitaria, su labor continúa siendo invisibilizada, no remunerada y escasamente reconocida por las instituciones.

Ante esta realidad, se propone la construcción de un registro comunitario de amas de casa como herramienta para visibilizar su número, condiciones y aportes. Esta iniciativa busca generar datos útiles para orientar acciones desde la Oficina Municipal de la Mujer de la Alcaldía Municipal de Tatumbla, y al mismo tiempo, fortalecer el reconocimiento social y la organización comunitaria de esta población históricamente excluida.

| Objetivo general

Contribuir al reconocimiento de las amas de casa de Cuesta Grande mediante la construcción participativa de un registro municipal que evidencie su número, condiciones y aportes a la sociedad, así como al desarrollo local.

| Objetivo específico 1

Facilitar un proceso participativo para la identificación y registro de las amas de casa del territorio.

| Meta

Lograr que al menos 50 amas de casa participen en el proceso de identificación y registro.

| Resultados esperados

Se espera obtener un registro exitoso de las amas de casa de la comunidad de Cuesta Grande, lo cual permitirá contar con datos confiables y pertinentes sobre su número, edad, actividades que realizan, necesidades y otras características relevantes. Esto posibilitará una primera aproximación sistematizada sobre el perfil de esta población y su situación actual, brindando

insumos útiles para el diseño de políticas públicas y acciones locales.

| Objetivo específico 2

Visibilizar el aporte de las amas de casa mediante un informe participativo y una propuesta presentada a la Oficina Municipal de la Mujer.

| Meta

Elaborar un informe que recoja los datos, testimonios y propuestas de las amas de casa, y entregarlo oficialmente a la Oficina de la Mujer del municipio de Tatumbla.

| Resultados esperados

Como resultado, se contará con un documento impreso y digital que reúna información estadística, cualitativa y narrativa sobre las amas de casa de Cuesta Grande. Este informe incluirá testimonios, imágenes y propuestas construidas en conjunto con las participantes, y será entregado a la Oficina de la Mujer, con el objetivo de que se integre a las agendas municipales y se reconozca institucionalmente el valor del trabajo doméstico no remunerado.

| Objetivo específico 3

Promover la organización inicial de un grupo de amas de casa que dé continuidad al proceso de visibilización de las mismas.

| Meta

Conformar al menos un grupo de 10 mujeres con disposición a continuar participando en procesos de reflexión, incidencia o formación.

| Resultados esperados

Se espera consolidar un grupo inicial de mujeres sensibilizadas, motivadas y organizadas que mantengan el interés en la temática y puedan participar en procesos futuros impulsados por la comunidad o la Oficina Municipal de la Mujer. Este grupo podría representar una base para el fortalecimiento de liderazgos locales y para la continuidad del proceso de visibilización y exigibilidad de derechos de las amas de casa en el municipio.

La propuesta “Mujeres que Sostienen Vida” nace como una respuesta al silencio institucional e histórico que ha rodeado la labor de las amas de casa, mujeres que día a día sostienen la vida de sus familias y comunidades a través de un trabajo no remunerado, constante y fundamental. Esta iniciativa no solo busca generar datos e informes, sino abrir un espacio real de reconocimiento, escucha y construcción de agendas desde y para las mujeres.

Consideramos que la Oficina Municipal de la Mujer, como instancia comprometida con la equidad y el bienestar de las ciudadanas, debe valorar e incorporar este esfuerzo en sus planes de acción. El reconocimiento del trabajo doméstico no remunerado es también un acto de justicia social. Por ello, confiamos en que esta propuesta sea recibida con apertura y compromiso, y se convierta en una oportunidad para fortalecer el vínculo entre las instituciones públicas y las mujeres que históricamente han sido invisibilizadas, pero que han estado siempre en el centro de la vida comunitaria.

| Cronograma de actividades

El cronograma contempla una serie de actividades que se espera desarrollar en los años 2026 y 2027, en articulación con la Oficina de la Mujer y bajo la coordinación del equipo de Trabajo Social. Aunque aún no se han ejecutado, estas acciones representan la planificación estimada para avanzar en el fortalecimiento de las capacidades de las amas de casa.

Durante 2026, se iniciaría en enero con una reunión de presentación del proyecto a la comunidad. En febrero, se desarrollará una jornada de sensibilización sobre el trabajo doméstico no remunerado. En marzo, está prevista una reunión organizativa con las amas de casa para planificar de forma participativa. En abril se aplicarán instrumentos para el levantamiento de información. En mayo se entregarán los resultados del diagnóstico, y en junio se realizará un taller sobre derechos de las mujeres. En julio, se elaborará de forma participativa la propuesta de registro. Agosto será para validación comunitaria; en septiembre se hará la gestión institucional para su revisión. En octubre comenzará la campaña de sensibilización comunitaria, seguida por una reunión de retroalimentación en noviembre. Finalmente, en diciembre se dará cierre al año y se prepararán las acciones de 2027.

Para 2027, se iniciará en enero con una reunión de planificación operativa. En febrero, se socializará la propuesta con autoridades, y en marzo se presentará públicamente. En abril se sostendrán reuniones con tomadores de decisión, y

en mayo se incorporarán sus observaciones. En junio se entregará oficialmente la propuesta, seguida en julio por la segunda fase de la campaña de sensibilización. En agosto, se realizará un taller sobre seguimiento ciudadano, y en septiembre se dará acompañamiento organizativo. Octubre será para monitoreo, noviembre para sistematización, y en diciembre se concluirá con un evento de cierre.

| Conclusiones

1. Se concluyó que las amas de casa de Cuesta Grande enfrentan una fuerte carga de trabajo doméstico no remunerado, el cual realizan desde tempranas horas hasta la noche. La mayoría asume sola las tareas del hogar, sin corresponsabilidad por parte de sus parejas o hijos. Esta situación provoca desgaste físico y emocional, afectando su bienestar integral y limitando su desarrollo personal. Se evidenció que, aunque algunas mujeres intentan planificarse, la falta de tiempo para sí mismas es una constante. Esto reafirma la necesidad de reconocer y redistribuir las labores del hogar como una responsabilidad compartida.

2. La investigación evidenció una interiorización profunda del rol femenino tradicional, donde muchas mujeres sienten que su valor está vinculado exclusivamente al cuidado del hogar y la familia. Las expectativas sociales han hecho que muchas dejen de lado sus aspiraciones personales, lo que genera sentimientos de frustración y desvalorización. A pesar de esto, algunas expresaron deseos de superarse y de

encontrar espacios donde se les valore más allá del rol doméstico.

3. Las amas de casa demostraron tener habilidades, conocimientos y deseos de superación que no siempre han podido desarrollar por falta de apoyo, espacios o tiempo. También señalaron que les gustaría contar con espacios para reunirse, compartir saberes y recibir formación que las ayude a empoderarse y participar más activamente en su comunidad. Este interés muestra una disposición clara hacia el fortalecimiento de capacidades, siempre y cuando se les brinden condiciones accesibles y pertinentes.

| Recomendaciones

1. Es fundamental impulsar actividades educativas que generen conciencia sobre la distribución equitativa del trabajo doméstico. Esto incluye capacitaciones, jornadas comunitarias y talleres dirigidos a hombres y mujeres, donde se fomente la corresponsabilidad familiar desde una perspectiva de género. La participación activa de las instituciones locales y líderes comunitarios puede fortalecer este proceso.

2. Se recomienda a la Oficina de la Mujer del municipio de Tatumbra que impulse un programa comunitario enfocado en el reconocimiento y fortalecimiento de las capacidades de las amas de casa de la comunidad de Cuesta Grande. Este programa podría contemplar espacios formativos sobre derechos, autoestima, salud emocional, liderazgo comunitario y generación de ingresos, adaptados a la realidad y disponibilidad de estas

mujeres. Asimismo, se sugiere la creación de un registro local que visibilice el trabajo doméstico no remunerado que ellas realizan, como base para diseñar futuras acciones y políticas públicas inclusivas. Como instancia municipal encargada de velar por el bienestar de las mujeres, esta oficina puede jugar un papel clave en la articulación de esfuerzos interinstitucionales y comunitarios que promuevan su empoderamiento y participación activa en el desarrollo local

3. Es clave reconocer y fortalecer el papel de las amas de casa como sujetas activas dentro de la comunidad. Se sugiere su inclusión en procesos de planificación comunitaria u otros espacios de participación, con el fin de incorporar sus voces y experiencias en la toma de decisiones.

4. Se recomienda la creación de espacios de formación donde las mujeres puedan adquirir herramientas que fortalezcan su autoestima, habilidades prácticas y conocimientos para su empoderamiento personal y colectivo. Estos espacios deben ser accesibles, adaptados a su realidad y acompañados por profesionales del Trabajo Social y otras áreas afines.

Referencias

- Anzorena, C. (2008). Estado y división sexual del trabajo: las relaciones de género en las nuevas condiciones del mercado laboral. *Utopía y Praxis Latinoamericana. Estado y división sexual del trabajo*, 13(41). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/279/27904103.pdf>
- Bárcena, A. (08 de Marzo de 2017). *Mercado laboral, la llave para igualdad de las mujeres en América Latina y el Caribe*. Obtenido de CEPAL: <https://www.cepal.org/es/articulos/2017-mercado-laboral-la-llave-igualdad-mujeres-america-latina-caribe>
- Bedia, R. C. (2005). *El género en las ciencias sociales*. Universidad de A Coruña: Cuadernos de Trabajo Social. Obtenido de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/52669420/el_genero_en_las_ciencias_sociales-libre.PDF?1492531037=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DEl_genero_en_las_ciencias_sociales.pdf&Expires=1751454376&Signature=aOJ6gBj8tM31beUsxDqAZ0WYpSIR0EZ8d
- Bonnet, F. (2022). *Las personas trabajadoras del hogar*. Nota estadística N.º 32. Obtenido de <https://www.wiego.org/wp-content/uploads/2022/06/statistica-l-brief-n32-SP.pdf>
- Bronfenbrenner, U. (1976). *The ecology of human devel.* *Psychologia*, 19(5).
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of Human Develop.* Cambridge, Harvard University Press. (Trad. : La ecología del desarrollo humano.
- Bronfenbrenner. (1986). *Ecology of the family as a context for human development: research perspectives.* .
- Carneros, P. Á. (02 de junio de 2015). *La Teoría Ecológica de Urie Bronfenbrenner*. Obtenido de Portal Psicología y Mente: <https://psicologiymente.com/desarrollo/teoria-ecologica-bronfenbrenner>
- CEPAL. (2020). La autonomía de las mujeres en escenarios económicos cambiantes. Obtenido de <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/00c3cb8c-78a8-4a76-b17f-cb3bff34f70b/content>
- Cervantes, A. H. (s.f.). *Teoría feminista y derechos de las mujeres*. Obtenido de https://revista.uas.edu.mx/Articulos/Ak_03%20Teor%C3%ADaFeminista.pdf
- Congreso Nacional de Honduras. (1982). *Constitución de la República de Honduras* (Decreto No.131) Diario Oficial La Gaceta.
- De Virgilio, M. E. (2024). *Dependencia económica de la mujer¿ Un campo fértil para la perpetuación en un ambiente de violencia? Relatos de mujeres asistidas en el Juzgado de Faltas de Barranqueras* (Doctoral dissertation, Universidad Nacional

- de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación).
- Díez, A. V. (s.f). DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO. Obtenido de <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/12617/Vega%20Díez%2C%20Ana.pdf?sequence=1>
- Edgardo Mancía. (09 de agosto de 2019). *El pulso*. Obtenido de <https://www.elpulso.hn/2019/08/09/ley-trabajo-domestico-hn/>
- García Sanmartín, P. (2018). Una aproximación a la etiología de la desigualdad de género. *La Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social*, (9), 145-178. Obtenido de <https://doi.org/10.15257/ehquidad.2018.0006>
- Guajardo, G. R. (2011). PARTICIPACIÓN POLÍTICA DE LA MUJER. Obtenido de <http://eprints.uanl.mx/5697/1/1080223860.PDF>
- Guillén, I. R. (2014). Amas de Casa.... *Un concepto anacrónico* . Obtenido de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/63078432/AMAS_DE_CASA_Dra._Reyes20200424-123443-3xjc8k-libre.pdf?1587752491=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAmas_de_Casa_Un_concepto_anacronico_para.pdf&Expires=1751834314&Signature=fbC4aqB7ZnlkZj-q
- INE. (2013). *XVII CENSO DE POBLACIÓN*. Tegucigalpa M.D.C:
- República de Honduras. Obtenido de [file:///C:/Users/user/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/IE/EEE0ICV3/134-Francisco-Morazan-Tatumbia\[1\].pdf](file:///C:/Users/user/AppData/Local/Microsoft/Windows/INetCache/IE/EEE0ICV3/134-Francisco-Morazan-Tatumbia[1].pdf)
- Instituto Nacional de la Mujer. (2000). *Ley de Igualdad de Oportunidades para la Mujer* (Decreto No. 34-2000). Instituto Nacional de la Mujer.
- Jule. (2014). Teorías feministas, teorías de género. Una metateorización. (M. Guzmán, Ed.) *Barataria Revista Castellano-Manchega de Ciencias Sociales*. Obtenido de file:///C:/Users/user/Downloads/Barataria_Teorasfeministas.pdf
- Lamas, M. (2007). LA PERSPECTIVA DE GÉNERO. *Revista de Educación y Cultura de la sección 47 del SNTE*, 08. Obtenido de https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/mujeres/menu_superior/Doc_basicos/5_biblioteca_virtual/2_genero/20.pdf
- Macía, O. M. (2008). *Roles de género y estereotipos*. Obtenido de <https://perspectivagenerotelecentro.wordpress.com/manual-trabajo-con-grupos-mixtos-en-el-tc/roles-de-genero-y-estereotipos/>
- Montiel, A. V. (2007). Por la visibilidad de las amas de casa: rompiendo la invisibilidad del trabajo domestico. 1-21. Obtenido de <https://scielo.org.mx/pdf/polcul/n28/n28a8.pdf>
- Montiel, A. V. (2007). Por la visibilidad de las amas de casa: rompiendo la invisibilidad del trabajo domestico . 1-21. Obtenido de

- <https://scielo.org.mx/pdf/polcul/n28/n28a8.pdf>
- Moya, E. (2013). El concepto de exclusión social, una mirada crítica. Obtenido de <https://www.aacademica.org/000-038/334>
- ONU. (2015). El trabajo doméstico no remunerado. (E. Editorial, Ed.) *Entidad de las Naciones Unidas para la igualdad de género y el empoderamiento de mujeres.*, 03.
- Perdomo, S. M. (2015). Población y Desarrollo argonautas y caminantes. *Población y desarrollo*, 70.
- Pérez, A. (2009). *Guía metodológica para anteproyectos de investigación* (3ra ed.). FEDUPEL.
- Perlo., M. Á. (2006). La investigación-acción. Obtenido de <https://profeinfo.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/02/1la-investigacion-de-la-practica.pdf>
- Rosales, V. H. (2020). LA EXCLUSIÓN DE LAS MUJERES. Obtenido de <https://mujeresenmovimiento.mx/recursos/109.pdf>
- Rossell, Z. M. (1996). Liderazgo y Poder de la Mujer Comunitaria Urbana. Obtenido de <https://tzibalnaah.unah.edu.hn/bitstream/handle/123456789/7236/T-Mts00005.pdf?sequence=2>
- Sanchez, J. M. (2011). ¿Que es genero? Obtenido de <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/11/5398/4.pdf>
- Sanchez, J. M. (2011). ¿Que es genero? Obtenido de <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/11/5398/4.pdf>
- Sanchez, J. M. (2011). ¿Que es genero? Obtenido de <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/11/5398/4.pdf>
- Selener, D. (1997). *Participatory action research and social change*. NY: Cornell University: Participatory Action Research Network.
- Siles, C. (2014). *TEORÍA DE GÉNERO: ¿DE QUÉ ESTAMOS HABLANDO?* Las Condes, Santiago. Obtenido de <https://centrohumanista.edu.mx/biblioteca/files/original/aa0669f0f7e5a78b1819c591c3b76db2.pdf>
- Silva, T. M. (2019). *¿En qué están las mujeres?: la invisibilización del trabajo de la mujer en la economía chilena*. Fundación Friedrich Ebert en Chile.
- Somosmuchas.org. (2021). Autonomia economica. Obtenido de <https://somosmuchas.org/files/Autonomiaeconomica.pdf>
- Valdés Gázquez, M. (2021). Vulnerabilidad social, genealogía del concepto.
- Vélez, G. B. (2010). *Teoría feminista, ilustracion y modernidad*. Barranquilla-Colombia. Obtenido de <file:///C:/Users/user/Downloads/Di alnet-TeoriaFeministallustracionYModernidad-5810214.pdf>