

CORRESPONSABILIDAD FAMILIAR Y ROL DE LA MUJER: DEL MANDATO CULTURAL A LA REDISTRIBUCIÓN REAL DEL CUIDADO

La corresponsabilidad no es un discurso conmemorativo, es una práctica estructural que redefine el rol de la mujer en la familia, no desde la renuncia al cuidado, sino desde su redistribución justa y democrática.

Para que esta visión trascienda el papel y se convierta en bienestar real, desde el Campo Psicología y Familias del Colegio Colombiano de Psicólogos - Colpsic proponemos las siguientes pautas de acción orientadas a transformar nuestra cultura del cuidado:

- Promover cambios culturales que cuestionen la asignación automática del cuidado a la mujer.
- Fomentar habilidades de negociación y organización familiar basadas en acuerdos explícitos y equitativos.
- Visibilizar el impacto psicosocial de la sobrecarga de la mujer en salud mental, desarrollo infantil y calidad de vida familiar.
- Impulsar intervenciones psicoeducativas que fortalezcan la parentalidad/marentalidad activa y el ejercicio corresponsable del cuidado.

Entender la corresponsabilidad requiere una mirada integral que conecte nuestras leyes con nuestras dinámicas afectivas. A continuación, profundizamos en los cinco pilares que sostienen este cambio:

1. La familia como sistema dinámico y corresponsable

La Constitución Política de Colombia (arts. 42 y 44) reconoce a la familia como núcleo fundamental de la sociedad y establece la igualdad de responsabilidades en la crianza y garantía de derechos. Esto implica que el cuidado no es una función “natural” de la mujer, sino una responsabilidad compartida en todas las diversas formas familiares en su configuración y organización: nucleares, monoparentales, pas de deux, reconstituidas, extensas, ampliadas, cambiantes, transnacionales, multiculturales, de acogida, entre otras.

2. Corresponsabilidad: principio jurídico y práctica cotidiana

El artículo 10 del Código de Infancia y Adolescencia y la Ley 1361 de 2009 establecen la corresponsabilidad entre familia, sociedad y Estado, en ese orden.



En la práctica, esto exige redistribuir tareas domésticas y de cuidado: alimentación, higiene, acompañamiento escolar, gestión de trámites, cuidado de personas mayores o en situación de enfermedad. La igualdad no es declarativa; se materializa en la organización diaria del hogar.

3. El cuidado a lo largo del curso de vida

El Código Civil (arts. 335–338 y 411) y la Ley 1850 de 2017 reconocen obligaciones recíprocas entre padres e hijos en distintas etapas de la vida. La protección no termina en la infancia. La vejez también demanda corresponsabilidad familiar y social. Esto exige romper la feminización histórica del cuidado y promover que hombres y mujeres asuman responsabilidades en todas las etapas del ciclo vital.

4. Estado y políticas públicas con enfoque de corresponsabilidad

Las entidades del Sistema Nacional de Bienestar Familiar (salud, educación, justicia, protección) deben incorporar la corresponsabilidad como eje transversal:

- En educación: formación en autonomía, igualdad y derechos desde la primera infancia, incluyendo trabajo con madres y padres.
- En salud: acompañamiento desde la gestación que vincule activamente a ambos progenitores en su rol protector.
- En protección social: programas que reconozcan y redistribuyan el trabajo de cuidado no remunerado.

5. Sociedad y redes de apoyo: el cuidado como bien común

La corresponsabilidad no se agota en el hogar. Las redes comunitarias, familiares extensas y servicios sociales cumplen un papel esencial en la garantía de derechos, especialmente cuando las dinámicas laborales limitan la disponibilidad de tiempo. Cuidar es también una responsabilidad social: implica detectar riesgos, prevenir vulneraciones y sostener entornos protectores para niñas, niños, adolescentes y personas mayores.

Sabemos que el cambio real comienza con decisiones conscientes. Estas cinco tareas concretas no dependen del modelo familiar (monoparental, extensa, reconstituida, homoparental, entre otras), dependen de una decisión consciente de hacer visible el cuidado, distribuirlo y revisarlo.

La corresponsabilidad no surge por buena voluntad,



Carrera 19 No. 84 - 49.
Antiguo Country
Bogotá, D.C., Colombia



colpsic@colpsic.org.co
www.colpsic.org.co



(601) 745 14 70



SC-2001331



SI-2002916



sino por el diseño deliberado de la organización familiar.

Acciones psicoeducativas breves y prácticas:

- 1. Reunión semanal de organización del cuidado (30 minutos fijos)**
Definir quién hará qué durante la semana: alimentación, limpieza, acompañamiento escolar, citas médicas, cuidado de personas mayores. Rotar tareas no especializadas para evitar que siempre recaigan en la misma persona.
- 2. Regla de “doble titularidad” en responsabilidades clave**
Ninguna función esencial debe depender de una sola persona (colegio, salud, finanzas, redes familiares). Siempre debe haber al menos dos adultos o dos miembros responsables -según la estructura familiar-, que conozcan y puedan asumir esa tarea.
- 3. Distribución explícita de la carga mental**
No solo repartir tareas ejecutivas, sino también planificar: recordar fechas, programar citas, anticipar compras, organizar celebraciones. Asignar responsables de gestión y no solo de ejecución.
- 4. Agenda compartida visible para todos**
Utilizar un calendario físico o digital accesible a los miembros responsables. Registrar compromisos familiares, tareas asignadas y responsabilidades. La visibilidad reduce la desigualdad invisible.
- 5. Evaluación mensual de equidad y bienestar**
Preguntarse de forma estructurada:
 - ¿Alguien está sobrecargado?
 - ¿Las tareas se están cumpliendo?
 - ¿La distribución sigue siendo justa?
 - Ajustar acuerdos sin esperar a que aparezca conflicto o desgaste.

Cerramos el mes de marzo y desde el Colegio Colombiano de Psicólogos - Colpsic, invitamos a todas las familias a reconocer que la salud mental de las mujeres está profundamente ligada a la justicia en el hogar. Cuidar a quien cuida es el primer paso hacia una sociedad más sana.

**Elaborado por
Miembros del Campo Psicología y Familias
Colegio Colombiano de Psicólogos - Colpsic**



Carrera 19 No. 84 - 49.
Antiguo Country
Bogotá, D.C., Colombia



colpsic@colpsic.org.co
www.colpsic.org.co



(601) 745 14 70



SC-2001331



SI-2002916

