



CUIDAR LA TIERRA, CUIDAR LA VIDA: SIGNIFICADOS DEL CUIDADO EN RELATOS DE MUJERES RURALES

- **Autoras:**

Ginny Rocio Luna Rodríguez, Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD, ginny.luna@unad.edu.co

Sindy Katrina Orozco Monsalve, Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD, sindy.orozco@unad.edu.co

Mayerly Lucía Paredes Ardila, Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD, mayerly.paredes@unad.edu.co

Ludy Yazmin Gélvez Acevedo; Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD, lygelveza@unadvirtual.edu.co

1 Autor de Correspondencia: Ginny Rocio Luna Rodríguez, ginny.luna@unad.edu.co / producto derivado de proyecto de investigación convocatoria interna

no. 13 de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia.

Eje Temático 4: Complejidad Social e Interdisciplinariedad

Resumen

Introducción: Las mujeres rurales en Colombia desempeñan roles vitales como cuidadoras y trabajadoras, enfrentando brechas de género y una invisibilización de su labor (Arango & Castaño, 2021; Botello & Guerrero, 2017; CLACSO, ONU Mujeres, 2021; Farah & Pérez, 2004; Botello, 2017; Gelvez et al., 2023; Luna, 2026; Luna, et al, 2021). En la provincia de Pamplona se identifica como su identidad está ligada a la tierra y al sostenimiento del hogar, bajo condiciones de "doble presencia" tanto en las labores productivas, como en las de cuidado del hogar, lo que genera recarga y riesgos para su salud (Luna, 2026; Luna, et al, 2021).



Objetivo: Comprender los significados de cuidado, salud y bienestar de las mujeres rurales, identificando sus dimensiones, prácticas y la relación entre sus roles y su salud.

Metodología: La investigación se desarrolla bajo un enfoque cualitativo interpretativo con un método biográfico (Morina, 2017), para lo cual se han recopilado 10 relatos de vida mediante entrevistas en profundidad a mujeres de cinco municipios de la provincia de Pamplona. El análisis se realizó mediante análisis temático (Braun & Clarke, 2006) y se integran categorías de bienestar subjetivo, psicológico y social; cuidado del cuerpo, psicológico, otredad y género (Muñoz et al., 2022; OMS, 2004; Oramas et al., 2004), junto con categorías emergentes como culpa por descanso, estigmatización por la mujer urbana.

Resultados: Los resultados evidencian que el bienestar se construye de manera relacional y está profundamente vinculado a la estabilidad familiar, la productividad y la salud física entendida como capacidad para trabajar. Se identifica una *"doble presencia"* que genera sobrecarga y naturaliza el desgaste corporal, así como una postergación del autocuidado. La salud significa capacidad funcional para el trabajo (*"ser berraca"*); el cuerpo es una herramienta cuyo cuidado es reactivo frente al dolor incapacitante. Los saberes botánicos emergen como estrategia central de autocuidado y autonomía, ante barreras de acceso y desconfianza hacia el sistema de salud. El cuidado recae desproporcionadamente en las mujeres, mientras que las relaciones de pareja solidarias actúan como factor protector del bienestar. Emerge el estigma urbano como un factor que genera inseguridad afecta la autoestima y limita la participación social.

Conclusión: Se concluye que el cuidado y el bienestar en la ruralidad son construcciones colectivas y situadas, atravesadas por desigualdades de género donde el valor personal se articula con la capacidad productiva y el sostenimiento de la vida familiar y territorial. El autocuidado para las mujeres rurales es secundario frente al cuidado de la otredad, la identidad se cimenta en la productividad y por eso, la limitación física se vive como una crisis de valor social. Se requiere un sistema de salud con mayor vocación territorial que reconozca estas particularidades culturales.

Palabras clave: Mujer rural; Bienestar; Cuidados; Salud funcional; Relato de vida.



Referencias

- Arango, P. & Castaño, J. (2021). Cocinas invisibles: el trabajo de las “alimentadoras” en la caficultura de la zona central colombiana. *Sociedad y Economía*, (43). 1-22.
https://sociedadyeconomia.univalle.edu.co/index.php/sociedad_y_economia/article/view/10952/13541
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), pp. 77-101. <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Botello, H. & Guerrero, I. (2017). Condiciones para el empoderamiento de la mujer rural en Colombia. *Entramado*, 13(1), 62-70.
<http://dx.doi.org/10.18041/entramado.2017v13n1.25135>
- CLACSO, ONU Mujeres (2022) Estado del arte sobre cuidados en contextos de ruralidad en América Latina y El Caribe. <https://www.clacso.org/wp-content/uploads/2022/12/liinforme-Final-de-Cuidados-rurales.pdf>
- Farah, M. & Pérez, E. (2004). Mujeres rurales y nueva ruralidad en Colombia. *Cuadernos de Desarrollo Rural* (51), 137-160
<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/desarrolloRural/article/view/1275>
- Gélvez, T., Martínez C., Molina L. (2023). Análisis de la situación socioeconómica de las mujeres rurales en Colombia 2022-2023. <https://www.uexternado.edu.co/wp-content/uploads/2023/09/DDT73.pdf>
- Luna, G. (2026). Voces y experiencias del empoderamiento femenino: estudio comparativo de casos en asociaciones campesinas de Colombia [Tesis Doctoral], Universidad de Barcelona.
- Luna, G., Duque, N. & Portilla, D. (2021). Roles de la mujer rural en las veredas El Rosal y Monte dentro de Pamplona. *Transformando América Latina en la era digital*. Colombia: Fundación Lasirc, pp. 382-396.
https://www.academia.edu/88484825/Roles_de_mujer_rural_2021



Moriña, A. (2017). *Investigar con Historias de vida* (1st ed.). España: Narcea Ediciones.

<https://www.perlego.com/book/2040842/investigar-con-historias-de-vida-metodologia-biograficonarrativa-pdf>

Muñoz Arroyave, Cardona, D., Restrepo-Ochoa, D.A., & Calvo, A.C. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *Rev. CES Psico*, 15(2), 151-168.

Oramas, A., Santana, S., & Vergara, A. (2006). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 7(1-2), 34-39.

<http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/insat/rst06106.pdf>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2004). Promoción de la Salud Mental. Conceptos. Evidencia Emergente. Práctica. Informe Compendiado. OMS.

<https://www.alansaludmental.com/promoci%C3%B3n-y-prevenci%C3%B3n>

CARING FOR THE LAND, CARING FOR LIFE: MEANINGS OF CARE IN THE NARRATIVES OF RURAL WOMEN

Abstract

Introduction: Rural women in Colombia play vital roles as caregivers and workers, facing gender gaps and the invisibilization of their labor (Arango & Castaño, 2021; Botello & Guerrero, 2017; CLACSO, UN Women, 2021; Farah & Pérez, 2004; Botello, 2017; Gelvez et al., 2023; Luna, 2026; Luna et al., 2021). In the province of Pamplona, their identity is closely linked to the land and to sustaining the household, under conditions of “double presence” in both productive work and domestic care responsibilities, which generates overload and health risks (Luna, 2026; Luna et al., 2021).



Objective: Understand the meanings of care, health, and well-being among rural women, identifying their dimensions, practices, and the relationship between their roles and their health.

Methodology: This study is conducted under a qualitative interpretive approach using a biographical method (Morina, 2017). Ten life stories were collected through in-depth interviews with women from five municipalities in the province of Pamplona. The analysis was carried out using thematic analysis (Braun & Clarke, 2006), integrating categories of subjective, psychological, and social well-being; bodily, psychological, otherness, and gender-related care (Muñoz et al., 2022; WHO, 2004; Oramas et al., 2004), along with emerging categories such as guilt associated with rest and stigmatization by urban women.

Results: The findings show that well-being is constructed relationally and is deeply linked to family stability, productivity, and physical health understood as the capacity to work. A condition of “double presence” is identified, generating overload and normalizing bodily wear, as well as postponement of self-care. Health is understood as functional capacity for work (“being strong and resilient”); the body is seen as a tool whose care is reactive in response to disabling pain. Botanical knowledge emerges as a central strategy for self-care and autonomy, in the face of access barriers and mistrust toward the healthcare system. Care responsibilities fall disproportionately on women, while supportive partner relationships act as a protective factor for well-being. Urban stigma emerges as a factor that generates insecurity, affects self-esteem, and limits social participation.

Conclusion: It is concluded that care and well-being in rural contexts are collective and situated constructions, shaped by gender inequalities, where personal value is linked to productive capacity and the sustenance of family and territorial life. For rural women, self-care is secondary to caring for others; identity is grounded in productivity, and thus physical limitation is experienced as a crisis of social value. A healthcare system with a stronger territorial approach is needed, one that recognizes these cultural particularities.

Keywords: Rural women; Well-being; Care; Functional health; Life story.



References

- Arango, P. & Castaño, J. (2021). Cocinas invisibles: el trabajo de las “alimentadoras” en la caficultura de la zona central colombiana. *Sociedad y Economía*, (43). 1-22.
https://sociedadyeconomia.univalle.edu.co/index.php/sociedad_y_economia/article/view/10952/13541
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), pp. 77-101. <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Botello, H. & Guerrero, I. (2017). Condiciones para el empoderamiento de la mujer rural en Colombia. *Entramado*, 13(1), 62-70.
<http://dx.doi.org/10.18041/entramado.2017v13n1.25135>
- CLACSO, ONU Mujeres (2022) Estado del arte sobre cuidados en contextos de ruralidad en América Latina y El Caribe. <https://www.clacso.org/wp-content/uploads/2022/12/liinforme-Final-de-Cuidados-rurales.pdf>
- Farah, M. & Pérez, E. (2004). Mujeres rurales y nueva ruralidad en Colombia. *Cuadernos de Desarrollo Rural* (51), 137-160
<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/desarrolloRural/article/view/1275>
- Gélvez, T., Martínez C., Molina L. (2023). Análisis de la situación socioeconómica de las mujeres rurales en Colombia 2022-2023. <https://www.uexternado.edu.co/wp-content/uploads/2023/09/DDT73.pdf>
- Luna, G. (2026). Voces y experiencias del empoderamiento femenino: estudio comparativo de casos en asociaciones campesinas de Colombia [Tesis Doctoral], Universidad de Barcelona.
- Luna, G., Duque, N. & Portilla, D. (2021). Roles de la mujer rural en las veredas El Rosal y Monte dentro de Pamplona. *Transformando América Latina en la era digital*. Colombia: Fundación Lasirc, pp. 382-396.
https://www.academia.edu/88484825/Roles_de_mujer_rural_2021



Moriña, A. (2017). *Investigar con Historias de vida* (1st ed.). España: Narcea Ediciones.

<https://www.perlego.com/book/2040842/investigar-con-historias-de-vida-metodologia-biograficonarrativa-pdf>

Muñoz Arroyave, Cardona, D., Restrepo-Ochoa, D.A., & Calvo, A.C. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *Rev. CES Psico*, 15(2), 151-168.

Oramas, A., Santana, S., & Vergara, A. (2006). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 7(1-2), 34-39.

<http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/insat/rst06106.pdf>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2004). Promoción de la Salud Mental. Conceptos. Evidencia Emergente. Práctica. Informe Compendiado. OMS.

<https://www.alansaludmental.com/promoci%C3%B3n-y-prevenci%C3%B3n>