

## **Las Mujeres Invisibles que nos cuidan**

En junio del 2019 tuve que emprender mi viaje. Llegué a Cataluña, metiendo mis sueños y emociones en una maleta de carga y otra de mano. El 3 de junio, lo recuerdo como si fuera ayer, llegué a Barcelona, con la idea de pasar una corta temporada de vacaciones con mi familia. Tres meses era el objetivo para desconectar de la frustración de falta de oportunidades laborales y problemas familiares; sin embargo, me quedé y me tocó trabajar en lo que jamás me hubiera contemplado que lo haría, ya que tuve la oportunidad de estudiar en la Universidad Nacional Autónoma de Honduras, la carrera de Pedagogía, me gradué con honores y posteriormente me seguí profesionalizando en áreas relacionadas con la educación.

Mi primer empleo fue el de cuidar de 5 niños y hacerme cargo de una casa de verano de tres plantas. Me tenía que levantar a las 8 de la mañana y no me podía ir a la cama hasta que hubiese dejado limpia la cocina y preparado todo para el día siguiente, alrededor de las doce de la noche. Terminaba exhausta, porque mis tareas eran desde mantener limpia toda la casa, el jardín, fregar los trastes y encargarme de bañar, cambiar y jugar con los niños. Esto no representó un problema, ya que al haber sido docente durante 12 años, tratar con niños y niñas era mi especialidad. No tenía derecho a recibir llamadas ni a utilizar el teléfono, les molestaba que llamara a mi familia aunque fuese fuera de mi horario de trabajo (que evidentemente superaba las 16 horas sin descanso).. no podía hablar fuerte y tenía prohibido utilizar el lavabo común. De ahí los problemas mayores comenzaron cuando mi empleadora, que es la abuela de los pequeños, empezó con descalificaciones hacia mi país y mis costumbres, refiriéndose despectivamente a las mujeres que migramos y dejamos nuestros hijos allá. Además de argumentar porqué los españoles son superiores y porqué las mujeres migrantes latinas, que es mi caso, somos objetos que solamente sirven para las labores domésticas, que en mi país no conocemos los valores, entre otras perlas.

Recuerdo que renuncié a la tercera semana, porque no se debe permitir que trasgredan nuestra dignidad. El respeto a los Derechos Humanos debe garantizarse. Le hice ver con todo el respeto que ni ella ni nadie es superior,

que la época de la esclavitud quedó en un pasado oscuro de la humanidad y que el trabajo no denigra, al contrario, enaltece. No puedo negar que al salir de aquella casa lloré amargamente durante un par de horas. Me sentía más que humillada, sentía que había fracasado en mi primera oportunidad de empleo y que esto es lo que me esperaba de ahora en adelante porque lamentablemente, los abusos a las empleadas del hogar se han normalizado de tal manera que cuando contaba esta historia, fueron minimizados mis sentimientos bajo el argumento de que a eso venimos a este país y que para superarnos, debemos aguantar cualquier cosa.

Después me costó empadronarme, viajé a Banyoles, en donde viví un mes hasta que encontré mi siguiente trabajo de interna, cuidando una abuela. Esta experiencia fue muy gratificante porque a pesar de que estar encerrada no es lo que quería para mi vida, la familia de la yaya me cogió mucho cariño y mi adaptación fue mucho mejor. Me trataban con respeto y con muchas consideraciones. Me acostumbré a ver aquella casa como si fuera la mía y creamos una relación muy buena con ellos, que me hacían sentir parte de su casa. Obviamente la relación laboral era clara y mis obligaciones estaban definidas pero no tenía la presión del maltrato y la descalificación.

Durante la época de la pandemia, específicamente durante el confinamiento, recuerdo haber entrado en una etapa de depresión. Es aquí donde entendí que el duelo migrante era real y no una historia de los profesionales de la salud. Sentía mucho miedo por lo que se decía en las noticias, el número de muertes diarias, el hecho de no salir a ningún lugar público durante varios meses... tuve muchos ataques de ansiedad y de pánico, recibía noticias de amigos, familiares que se contagiaban, que estaban en estado de gravedad e incluso saber de su muerte. La impotencia de estar tan lejos de mis hijos, de mis seres queridos y no poder abrazarles o simplemente estar ahí en estos momentos en que el mundo estaba siendo abatido por esta enfermedad que hasta el día de hoy sigue enlutando a muchas familias.

Una doctora me dijo que había desarrollado el trastorno de adaptación, aunque como lo dije antes, estaba en una casa en la cual las condiciones laborales eran buenas, el encierro y los problemas familiares sumaban cada vez más para mi tristeza. Tuve innumerables noches de insomnio, los dolores de cabeza

eran frecuentes, desencadenando crisis migrañosas, inclusive el asma por el cual había sido dada de alta años atrás reapareció, todo esto como consecuencia de mi duelo. En varias ocasiones la abuela escuchaba mis sollozos, sentía pena de que me viera en ese estado porque se preocupaba por mí. Pero es un dolor como un puñal que se clava cada vez más profundo. Si alguien me lo hubiera contado no lo hubiese imaginado, hoy que yo lo viví en carne propia puedo dar testimonio que las mujeres que trabajan en los cuidados, nos despersonalizamos, nos vamos olvidando de cuidarnos a nosotras mismas por cuidar a otros.

Hoy la vida me ha dado la oportunidad de ayudar a muchas personas en especial a mujeres que han tenido que vivir al igual que yo, situaciones extremas, desde violencia doméstica hasta explotación laboral. He comprendido que nada es casualidad, que tuve que pasar este proceso para saber como debe ser el abordaje a la comunidad migrante y tengo todas mis energías dispuestas a trabajar en verdaderas políticas migratorias incluyentes antiracistas, encaminadas a la defensa de los Derechos Humanos. Desde nuestro colectivo promovemos espacios de participación en actividades lúdicas, culturales, proyectos de reformas a las leyes migratorias para la regularización, protección frente al acoso, abuso y todo tipo de violencia, hacemos hincapié en la importancia de cuidar a quienes cuidan, precisamente por una mejora en el sistema de salud emocional y psicológica orientada a dar soporte a mujeres que trabajan de internas y que se sienten agobiadas y no encuentran la salida a sus problemas, somatizando así su tristeza y desencadenando muchas veces en suicidio o muerte repentina.

Leo hoy que las trabajadoras del hogar tendrán derecho a cobrar el subsidio del paro. Después de años de luchas, este decreto es un paso adelante en la normalización y el reconocimiento social de este “ejército” de mujeres invisibles, tan menospreciadas y tan imprescindibles en tantos hogares, para el mantenimiento de la vida.

**Jenny Mariela Barahona Sandres es coordinadora del Colectivo Libre Girona**

