



BOLETÍN DE PRENSA 68/2026

Ciudad de México, a 29 de octubre de 2026.

GARANTIZAR EL DERECHO AL CUIDADO REQUIERE FORTALECER LA CORRESPONSABILIDAD SOCIAL Y SU EJERCICIO EFECTIVO: CDHCM

- Para esta Comisión, reconocer el cuidado como un derecho es una oportunidad para cambiar desigualdades de género, económicas y culturales, a partir de una idea sencilla: todas las personas dependemos unas de otras.
- Para garantizar este derecho se deben tomar en cuenta las distintas situaciones y necesidades de las personas, en especial de quienes enfrentan más obstáculos para acceder a servicios de cuidado y apoyos.

En este *Día Internacional de los Cuidados y el Apoyo*, la Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México (CDHCM) hace un llamado a sumar esfuerzos para construir una ciudad donde cuidar, recibir cuidados y cuidarse a uno mismo sean derechos reales; una ciudad donde todas las personas puedan vivir y desarrollar sus planes de vida con libertad, dignidad e igualdad.

Este día fue establecido por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 2023. Es una oportunidad para reconocer el valor que los cuidados tienen para la sociedad y la economía, mostrar las desigualdades en cómo se reparten y reforzar la idea de que cuidar es una responsabilidad compartida entre el gobierno, las familias, las comunidades y las empresas.

Sin cuidados no hay vida ni derechos. Todas las personas necesitamos cuidados y también cuidamos a otras en distintos momentos de nuestra vida. Por eso, reconocer el cuidado como derecho humano significa garantizar tres cosas que van de la mano:

- recibir cuidados adecuados y de calidad;
- cuidar a otras personas en condiciones dignas, y
- contar con el tiempo y los recursos necesarios para cuidarnos a nosotras y nosotros mismos.

Durante mucho tiempo, las tareas de cuidado han recaído sobre todo en las mujeres, casi siempre sin pago, en el trabajo del hogar y en la atención de otras personas. Según la Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo (ENUT) 2024 del INEGI, las mujeres dedican en promedio 39.7 horas a la semana a estas tareas, mientras que los hombres dedican 18.02 horas: una diferencia de 21.5 horas. En la Ciudad de México esta brecha es la más pequeña del país, pero aún es de 14.6 horas por semana.

Esta desigualdad afecta las oportunidades de las mujeres para estudiar, trabajar, tener ingresos propios, cuidar su salud, descansar y participar en la vida pública. Para cambiarla es necesario reconocer el trabajo de cuidados, reducir la carga que representa y repartirla de forma más justa, además de mejorar las condiciones laborales de quienes se dedican a cuidar a cambio de un pago.

El derecho al cuidado es parte fundamental del derecho a la ciudad. Un Sistema de Cuidados debe traducirse en servicios e infraestructura accesibles que permitan a todas las personas cuidar, recibir cuidados y disponer de tiempo para sí mismas, así como participar y disfrutar de la vida en la ciudad.

Este derecho cuenta con reconocimiento judicial en los ámbitos interamericano y nacional. En la Opinión Consultiva OC-31/25, la Corte Interamericana de Derechos Humanos lo reconoció como un derecho humano autónomo. En México, la Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN), al resolver el Amparo Directo 6/2023, destacó las obligaciones del Estado para garantizar su ejercicio.

En julio de este año se publicó la **Ley del Sistema de Cuidados de la Ciudad de México**, un paso importante para contar con una política pública completa en la materia. Esta ley abre una nueva etapa en la que el derecho al cuidado debe convertirse en hechos concretos: espacios y servicios públicos accesibles y de calidad, más tiempo disponible para las personas, trabajos dignos y recursos suficientes.

Durante 2026, la CDHCM ha hecho aportaciones técnicas, ha promovido el diálogo y la reflexión con organizaciones de la sociedad civil, universidades y autoridades. El objetivo es que el Sistema de Cuidados tome en cuenta la diversidad de experiencias, respete la autonomía de las personas y asegure que puedan participar en las decisiones que les afectan.

Para la implementación de la nueva política se necesitan reglamentos, presupuestos y servicios, además es clave que existan las condiciones para que las personas puedan **ejercer y exigir** su derecho al cuidado se requiere información clara y procedimientos que permitan conocer el derecho y ejercerlo. Además, los grupos de atención prioritaria, las personas cuidadoras y quienes reciben cuidados deben participar de manera central en el diseño, funcionamiento y evaluación del Sistema.

Como parte de sus prioridades, la Comisión creó un Grupo de Trabajo sobre el Derecho al Cuidado. Este grupo busca conocer más a fondo el tema, identificar los principales retos para garantizar este derecho y generar propuestas que fortalezcan el trabajo de la CDHCM en la defensa, promoción, educación e incidencia en derechos humanos.

Como integrante de la Junta del Sistema de Cuidados de la Ciudad de México, la CDHCM reitera su compromiso de contribuir a que este nuevo sistema se construya con base en los siguientes principios: que llegue a todas las personas (universalidad), que reconozca que los derechos están relacionados entre sí (interdependencia), que logre una igualdad real, que sea accesible, que cuente con participación social, que avance de forma progresiva y que respete la autonomía de cada persona.

www.cdHCM.org.mx