



Gil, A. P. (2024). *Quem cuidará de mim? Problemáticas em torno dos cuidados (in)formais*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos, 111 páginas

Raúl Rey Gayoso

Universidade da Coruña  

<https://dx.doi.org/10.5209/crla.109102>

Publicado en línea: 16/06/2026

Los estudios sobre trabajo de cuidados se han consolidado en las últimas décadas como un campo de investigación clave en las ciencias sociales, tanto por el volumen de producción acumulado como por la urgencia política de los problemas que aborda. La denominada “crisis global de los cuidados” constituye el eje estructurador de buena parte de estos debates, al articular la intersección de transformaciones demográficas –como el envejecimiento demográfico y el consiguiente aumento de la población en situación de dependencia–, cambios en las estructuras familiares y tensiones en los sistemas públicos de protección social.

Quem cuidará de mim? Problemáticas em torno dos cuidados (in)formais, de la socióloga Ana Paula Gil, supone una contribución relevante a estos debates planteada desde el caso portugués. La obra adopta un formato ensayístico y propone una síntesis crítica de la literatura académica especializada, combinada con el análisis de datos estadísticos y material empírico procedente de entrevistas realizadas por la autora a personas cuidadoras informales en el área metropolitana de Lisboa. El libro se sitúa, por tanto, en una posición intermedia entre la revisión teórica y el análisis empírico, con una clara vocación de intervención en el debate público.

La obra se estructura en cuatro capítulos, además de la introducción y las conclusiones. Tras una introducción de carácter teórico y programático, el primer capítulo ofrece un recorrido por las principales formas de conceptualizar los cuidados; el segundo se centra en los retos derivados del envejecimiento demográfico y las transformaciones familiares; el tercero aborda el perfil y las condiciones sociales de las personas cuidadoras informales en Portugal; el cuarto analiza las políticas públicas de cuidados de larga duración en el contexto europeo, con especial atención al caso portugués; y, finalmente, el libro se cierra con un apartado de conclusiones.

La introducción ofrece una aproximación a los cuidados desde la sociología crítica. La autora conceptualiza los cuidados como una práctica social situada, incidiendo en su condición política y atravesada por diferentes ejes de relaciones de poder. En este apartado inicial se presentan los principales ejes que vertebran la obra: la polisemia del concepto de cuidados, la centralidad sociopolítica de la crisis global de los cuidados, la desvalorización social de los cuidados formales e informales y la necesidad de reforzar las políticas públicas en materia de cuidados de larga duración. En esta línea, Gil plantea un horizonte normativo orientado a la democratización de los cuidados, entendida en términos de justicia social, de género, racial y climática. Introduce, también, una perspectiva de análisis comparada, que permite situar el caso portugués como un sistema de cuidados sobrecargado por el envejecimiento demográfico, fuertemente familista y con un desarrollo limitado de los servicios públicos de cuidados.

El primer capítulo plantea un itinerario teórico en torno a los cuidados como concepto analítico y político, destacando su carácter multifacético mediante la discusión crítica de diferentes enfoques.

Gil distingue entre los estudios centrados en los cuidados familiares y aquellos orientados al análisis de las políticas públicas. En relación con los primeros, revisa los enfoques centrados en los costes del cuidado, la perspectiva de género, el enfoque del ciclo de vida y la ética del cuidado.

La autora muestra cómo, a partir de la década de 1990, se ha consolidado una línea de investigación orientada a identificar los costes asociados al cuidado, que afectan especialmente a las mujeres cuidadoras. El cuidado de un familiar implica costes de oportunidad en el empleo, así como una mayor exposición a riesgos físicos y psíquicos. Este enfoque resulta de gran potencia para visibilizar las consecuencias de la privatización de los cuidados en el ámbito familiar, si bien, como señala Gil, tiende a apoyarse en una lógica argumental individualista que dificulta captar la dimensión relacional del cuidado.

Por su parte, los estudios feministas, desarrollados desde la década de 1980, cuestionan la naturalización del cuidado como disposición femenina y ponen de relieve el carácter social y político de la división sexual del trabajo. Desde esta perspectiva, las prácticas de cuidado aparecen atravesadas por relaciones de poder de carácter sexista que limitan la participación de las mujeres en el mercado laboral y su acceso a una ciudadanía plena. No obstante, Gil advierte que la centralidad otorgada a la figura de la mujer cuidadora familiar ha podido contribuir a invisibilizar otros perfiles de cuidadores.

En este sentido, el enfoque del ciclo de vida permite ampliar el análisis hacia la diversidad de trayectorias y configuraciones del cuidado. Este enfoque permite la identificación de distintos perfiles de cuidadores, formales e informales, integrados en redes de cuidado, así como el estudio de las carreras de cuidado a lo largo del tiempo. La autora ilustra esta perspectiva con su trabajo empírico sobre el caso de los hombres cuidadores de edad avanzada, que tienden a asumir responsabilidades de cuidado cuando su pareja desarrolla una enfermedad discapacitante, desempeñando en muchos casos funciones de gestión y coordinación con otros actores involucrados en el proceso de cuidados (familiares, trabajadoras contratadas, servicios sociales, etc.).

El capítulo también aborda la progresiva institucionalización de los cuidados como sector de las políticas públicas. Retomando el concepto de regímenes de cuidados, Gil propone herramientas comparativas para analizar los sistemas de cuidados de larga duración, atendiendo a indicadores como el gasto público, la provisión de servicios públicos o las políticas de apoyo a personas cuidadoras informales. No obstante, la autora señala las limitaciones de estos indicadores y subraya la necesidad de interpretarlos desde enfoques críticos que incorporen las desigualdades sociales y las cadenas transnacionales de cuidados, así como su conexión con la crisis climática.

El segundo capítulo retoma algunos de los elementos tratados con anterioridad para centrarse en las transformaciones y retos derivados de la crisis global de los cuidados, con especial atención al caso portugués. La autora identifica dos procesos clave: el envejecimiento demográfico y la transformación de las estructuras familiares.

En relación con el envejecimiento, Gil recurre a distintos indicadores demográficos para mostrar que se trata de un fenómeno complejo, atravesado por desigualdades de género, clase y territorio. Resulta especialmente relevante el dato relativo a la esperanza de vida en buena salud en Portugal, que habría descendido en la última década (pasando de 63,6 años en 2012 a 58,3 en 2021), al contrario de lo ocurrido en otros países europeos que registraron tendencias de mejora. Esto apunta a que la crisis económica de 2008 ha supuesto un deterioro en las condiciones de vida de la población portuguesa, un deterioro que se acumula durante el curso de vida y complejiza aún más las necesidades de cuidados.

Por otro lado, la transformación de las familias –marcada por el aumento de los hogares unipersonales, la diversificación de las formas de convivencia y el descenso de la fecundidad– reconfigura las redes de cuidado. El incremento de personas mayores que viven solas, especialmente mujeres, coexiste con la persistencia de apoyos familiares, aunque cada vez más fragmentados. En este contexto, emergen configuraciones de cuidados particulares, como la denominada “generación sándwich”, que asumen, de forma simultánea, responsabilidades de cuidado hacia generaciones ascendentes y descendentes.

El capítulo también aborda la cuestión del *care gap*, entendida como la brecha entre la creciente demanda social de cuidados y la capacidad limitada de los servicios públicos de cuidados de larga duración para darle respuesta. A través del caso de las ERPI (*estruturas residenciais para pessoas idosas*), nombre que reciben las residencias geriátricas en Portugal, Gil pone de relieve la insuficiente cobertura del sistema, la existencia de largas y abultadas listas de espera para el acceso a una plaza y la consiguiente proliferación de centros “ilegales” que operan sin licencia, así como problemas de calidad vinculados a la precariedad laboral que sufren las trabajadoras de este sector.

El tercer capítulo, de menor extensión, se dedica al análisis del cuidado informal en Portugal. Gil ofrece una caracterización del perfil de las personas cuidadoras, identificando, entre otros, un perfil feminizado de cuidadora joven y un perfil de cuidador de mayor edad más paritario en términos de género. Asimismo, se analizan las consecuencias de las responsabilidades de cuidados sobre las trayectorias laborales de las personas cuidadoras, especialmente en el caso de las mujeres en edad activa, destacando su impacto negativo en la participación en el mercado de trabajo.

El cuarto capítulo examina las políticas de apoyo a las personas cuidadoras en Europa, con especial atención al caso portugués. Estas políticas se agrupan en tres grandes categorías: medidas de compensación y protección económica para cuidadores informales a tiempo completo, servicios de apoyo en la provisión de cuidados y estrategias de conciliación entre trabajo y vida familiar.

La revisión de la literatura y de las experiencias comparadas pone de manifiesto la importancia de estas políticas para mejorar la calidad de vida tanto de las personas cuidadoras como de quienes reciben cuidados. No obstante, persisten importantes diferencias entre países, con modelos de inspiración universalista y amplia cobertura frente a otros de carácter más asistencialista. Tras cartografiar la situación europea, Gil analiza en detalle el caso del *Estatuto do Cuidador Informal* (Lei 100/2019), que ha supuesto un avance en el reconocimiento institucional y protección social de las personas cuidadoras en Portugal, aunque con un desarrollo todavía limitado.

El libro concluye reflexionando sobre cómo la crisis global de los cuidados supone una tendencia social de fondo que va a intensificar la demanda de cuidados en los próximos años, tanto en el ámbito formal como informal. Ante este contexto, Gil insiste en la necesidad de reforzar las políticas de cuidados de larga duración para enfrentar dos problemas estructurales. Por un lado, la reducción de las desigualdades de acceso a los recursos de cuidados. Por otro, el mejoramiento de las condiciones laborales y de la valoración social de las trabajadoras del sector de los cuidados, en tanto que condición para garantizar la sostenibilidad del sector y mejorar la calidad de vida de las trabajadoras. Estas propuestas se articulan en torno a una apuesta amplia por democratizar las responsabilidades de cuidado, desplazándolas desde el ámbito familiar hacia la política social.

En conjunto, se trata de un libro de gran interés para comprender el sistema de cuidados portugués y los retos que enfrenta, en perspectiva comparada con otros países europeos. Su lectura resultará especialmente útil para las personas investigadoras interesadas en el ámbito de los estudios sobre trabajo de cuidados, en la medida en que consigue articular datos empíricos sobre el caso portugués con las aportaciones teóricas de la literatura especializada. Además, permite situar los debates públicos, políticos y académicos que se están produciendo en la sociedad

portuguesa para enfrentar la crisis global de los cuidados, aportando herramientas analíticas y políticas que pueden ser incorporadas en otros contextos geográficos.