

El potencial heurístico de las emociones: poder y desigualdad en el trabajo de cuidados de mujeres migrantes

The heuristic potential of emotions: power and inequality in migrant women's care work

Rosalía López Fernández

Universidad Internacional de La Rioja
<https://orcid.org/0000-0002-5072-810X>
rosalia.lopez@unir.net

Cómo citar este artículo/Citation: López Fernández, Rosalía (2025) El potencial heurístico de las emociones: poder y desigualdad en el trabajo de cuidados de mujeres migrantes. *Arbor*, 201(814): 2988. <https://doi.org/10.3989/arbor.2025.814.2988>

Recibido: 26 octubre 2024. Aceptado: 16 julio 2025. Publicado: 08 enero 2026

RESUMEN: Este estudio analiza la emocionalidad en el trabajo de cuidado realizado por mujeres migrantes empleadas de hogar en España y destaca el potencial heurístico de las emociones como herramienta para comprender las dinámicas laborales y sociales que enfrentan estas trabajadoras. El objetivo principal de la investigación es explorar cómo las emociones pueden proporcionar una comprensión más compleja y detallada de la experiencia de cuidados, así como evidenciar las desigualdades de género, clase y raza que caracterizan el empleo doméstico. La metodología empleada ha sido la teoría fundamentada constructivista. Se realizaron entrevistas y grupos de discusión con 48 mujeres en Granada, Madrid y Oviedo, y el análisis se centró en tres emociones clave: el afecto, la resignación resiliente y la tristeza. Los resultados revelan que el afecto puede humanizar las relaciones laborales, pero también refuerza la dependencia y la explotación; que la resignación resiliente permite afrontar condiciones adversas, naturalizando la precarización; y que la tristeza y la soledad evidencian barreras estructurales que dificultan la integración social. Las conclusiones de este estudio muestran que el análisis del potencial heurístico de las emociones se configura como una herramienta epistémica que permite argumentar que las emociones no son respuestas individuales, sino fenómenos moldeados por estructuras de poder que perpetúan la subordinación. Esta perspectiva visibiliza y cuestiona las desigualdades estructurales que afectan al ámbito de los cuidados y al empleo de hogar.

Palabras clave: emociones; empleo de hogar; mujeres migrantes; potencial heurístico.

ABSTRACT: This study analyses the emotionality embedded in the caregiving work performed by migrant domestic workers in Spain, highlighting the heuristic potential of emotions as a tool to understand the labour and social dynamics these workers face. The main objective of the research is to explore how emotions can provide a more complex and detailed understanding of caregiving experiences, making visible the gender, class, and racial inequalities that characterise domestic employment. The study employed constructivist grounded theory as its methodology. Interviews and focus group discussions were conducted with 48 women in Granada, Madrid, and Oviedo, and the analysis focused on three key emotions: affection, resilient resignation, and sadness. The findings reveal that affection can humanise labour relations but also reinforces dependency and exploitation; resilient resignation enables workers to endure adverse conditions, thereby naturalising precariousness; and sadness and loneliness expose structural barriers that hinder social integration. The study concludes that analysing the heuristic potential of emotions constitutes an epistemic tool that shows emotions are not merely individual responses but are shaped by power structures that perpetuate subordination. This perspective makes visible and questions the structural inequalities affecting care work within domestic employment.

Keywords: emotions; domestic work; heuristic potential; migrant women.

1. INTRODUCCIÓN

El empleo doméstico y de cuidados en España ha sido un ámbito de trabajo históricamente feminizado que se caracteriza por la escasa visibilidad y el bajo reconocimiento social de esta labor. En las últimas décadas, debido a los flujos migratorios, este trabajo está siendo desempeñado por mujeres migrantes que encuentran en el empleo de hogar una forma de inserción laboral, especialmente cuando se encuentran en una situación de irregularidad jurídico-administrativa. El trabajo de hogar, en su modalidad interna, comprende labores domésticas relacionadas con la limpieza consideradas como el trabajo sucio (*dirty work*) (Anderson, 2000), así como labores de cuidados de niños, personas mayores o dependientes que implican un gran trabajo emocional (Hochschild, 1979). Este aspecto del empleo de hogar suele quedar oculto y, por lo tanto, tampoco es remunerado a pesar de ser una parte esencial del mismo. La dimensión emocional del trabajo de cuidados se vuelve especialmente relevante en el caso de las trabajadoras internas quienes, además de convivir con sus empleadores, deben, en muchos casos, suplir el afecto y el cuidado que la familia de la persona cuidada no puede o no quiere proporcionar. Esta delegación refleja lo que Joan Tronto (1993, pp. 120-121) define como «irresponsabilidad privilegiada».

Las emociones, en el marco del trabajo de cuidados, se configuran como una herramienta que permite desentrañar la complejidad de las realidades sociales y laborales que afrontan las mujeres migrantes empleadas de hogar. Más allá de ser meras reacciones de la psique de los individuos, las emociones emergen en las interacciones sociales y están profundamente mediadas por las estructuras y normas que moldean el entorno laboral y las relaciones de poder (Ariza, 2016; Barbalet, 1998; Paperman, 2019). En este sentido, las emociones son expresiones socialmente configuradas, atravesadas por relaciones históricas de desigualdad. Su análisis permite comprender cómo se producen y se sostienen las relaciones de dominación y subordinación que organizan la vida social, así como los marcos normativos que las legitiman. En el caso que nos ocupa, permiten visibilizar los dispositivos normativos e institucionales que sustentan los regímenes del trabajo de cuidados en distintos contextos sociales.

Desde esta perspectiva, el análisis de las emociones permite acceder a un conocimiento más completo de las dinámicas de desigualdad y de las experiencias personales que caracterizan el trabajo de cuidados. Como señala el sociólogo Bericat Alastuey (2000, p. 151) «seguir prescindiendo de las emociones no constituye sólo un lamentable olvido, constituye un verdadero suicidio, una renuncia deliberada a la legítima aspiración por lograr explicaciones completas de la realidad y de los procesos sociales». En este sentido, las emociones tienen un potencial heurístico que puede definirse como la capacidad de una idea, concepto, enfoque o método para fomentar la exploración, el descubrimiento y el avance del conocimiento. Este potencial, al ser explorado, proporciona nuevas vías para comprender las relaciones de cuidado y los significados que adquieren en la vida cotidiana de las trabajadoras.

En esta investigación se utilizará el potencial heurístico de las emociones para comprender la relación de cuidados en el ámbito del empleo doméstico. El análisis se estructura en torno a tres emociones clave identificadas en el trabajo de campo: el afecto, la resignación resiliente y la tristeza. El afecto surge como una emoción que contribuye a humanizar las relaciones laborales, al tiempo que puede ser instrumentalizado para reforzar la dependencia emocional y la explotación. La resignación resiliente emerge como una forma de gestión emocional que permite a estas mujeres adaptarse a las condiciones adversas y mantener su funcionalidad en el trabajo pese a las dificultades. La tristeza refleja la soledad y el aislamiento que experimentan las trabajadoras, provocados por las condiciones mismas en las que se desarrolla el empleo de hogar, por la distancia con sus familiares y amigos o por la falta de redes de apoyo. Al explorar estas emociones, se identifican, además de las experiencias individuales de las trabajadoras, los mecanismos sociales que normalizan la precariedad y que perpetúan las desigualdades de género, clase y raza en la provisión de cuidados (Glenn, 2010; Sorj, 2013).

2. METODOLOGÍA Y OBJETIVO DE INVESTIGACIÓN

Esta investigación ha sido realizada siguiendo el desarrollo metodológico de la teoría fundamentada en su perspectiva constructivista, cuyo objetivo es generar teoría de manera inductiva a partir de la interpretación situada de los datos (Charmaz, 2006; 2008). Esta variante se diferencia de la teoría fundamentada desarrollada

por Glaser y Strauss (1967), en el hecho de que se parte de la existencia de múltiples realidades, frente a la idea de una realidad externa y preexistente que puede ser conocida de forma objetiva. Desde la teoría fundamentada constructivista se asume la co-construcción de los datos por lo que, tanto el investigador como los participantes, desempeñan un papel activo en la producción e interpretación de los mismos. Por tanto, desde este enfoque las categorías emergentes no son *descubiertas*, sino *construidas* por el investigador. Esto implica que la representación de los datos es siempre problemática, relativa, situacional y parcial (Charmaz, 2009). El uso de esta estrategia de investigación presenta la ventaja de que permite capturar la experiencia humana tal como es vivida por las personas al enfocarse en comprender el mundo desde su punto de vista y adaptarse también a contextos específicos de investigación (Charmaz, 2009).

Dado el carácter inductivo de esta metodología, la premisa con la que se inició el trabajo de campo fue la de estudiar la emocionalidad de las mujeres migrantes empleadas de hogar. El trabajo de campo fue realizado en Granada, Madrid y Oviedo¹. Las participantes fueron contactadas en distintos centros sociales, a través de agencias de colocación y por el método de bola de nieve², siendo el único criterio para la participación en el estudio que las mujeres hubieran tenido, al menos, seis meses de experiencia como empleadas de hogar en régimen interno. Las técnicas elegidas para la producción de datos fueron las entrevistas intensivas y los grupos de discusión (Charmaz, 2006). Para las entrevistas no se dispuso de un cuestionario específico, sino que se identificaron seis temas para los cuales, la cuestión emocional, tenía una cierta relevancia. Estos temas: el objetivo o las causas de la migración, el proceso de inserción en el empleo de hogar, las relaciones con los empleadores, las tareas desarrolladas en el ámbito del hogar, los mecanismos de gestión emocional y las situaciones en las que habían experimentado discriminación por motivos de género, raza/etnia o clase social, eran abordados en forma de diálogo con las participantes. Tras el análisis de las diez primeras entrevistas estos temas se ampliaron: a la labor de cuidados, a las prácticas de autocuidado, a las redes de apoyo social y a los contactos o modos de vida transnacionales. La selección de participantes se realizó siguiendo los principios del muestreo teórico propios de la teoría fundamentada, que prioriza la capacidad de las personas entrevistadas para aportar información relevante al desarrollo de la teoría emergente, sin necesidad de partir de un perfil sociodemográfico predefinido. También se tuvo en cuenta la saturación de los códigos que se habían identificado (Charmaz, 2006). En total, se entrevistó de forma intensiva a 48 mujeres (22 en Granada, 12 en Madrid y 14 en Oviedo) y se realizaron 4 grupos de discusión (1 en Oviedo, 2 en Madrid y 1 en Granada) en los que participaron 26 mujeres.

Las entrevistas y los grupos de discusión fueron transcritos y codificados con el software de análisis cualitativo NVivo 14, siguiendo el procedimiento de la teoría fundamentada: codificación inicial, focalizada y teórica. De acuerdo con Charmaz (2006; 2008), la codificación inicial consiste en examinar los datos línea por línea para identificar conceptos emergentes y categorías preliminares; la codificación focalizada refina y agrupa las categorías iniciales aplicando una mayor abstracción teórica y seleccionando las más significativas o frecuentes para desarrollar un análisis más detallado; la codificación teórica integra y relaciona las categorías principales para construir una teoría coherente que explique los fenómenos estudiados. En el caso de este estudio (en el que solo se ha incluido la información producida durante las entrevistas), la categoría teórica resultante de este análisis fue que las emociones poseen un potencial heurístico capaz de explicar distintos aspectos de la realidad social que permanecerían ocultos o difuminados al emplear determinados marcos teóricos pertenecientes, bien a la sociología de las emociones o bien a otros ámbitos de las ciencias sociales. Esta categoría puede explicar el resto de los elementos codificados inicialmente a partir de los datos empíricos y del posterior ejercicio de abstracción teórica llevado a cabo en la codificación focalizada.

Una de las categorías más significativas, tanto por su relevancia para el tema de investigación como por el número de entradas que se codificaron de forma inicial y focalizada, era la relacionada con la cuestión de los

1 La selección de estos enclaves para el trabajo de campo se debe a que varios centros sociales y agencias de colocación aceptaron colaborar con la investigación y permitieron que se hicieran los contactos, bien a través de los responsables de estos centros o bien en la sala de espera de los mismos.

2 Una vez que se realizaban los contactos con las mujeres se les pedía que sugirieran posibles participantes en función de los requisitos del muestreo teórico (Charmaz, 2006; 2008).

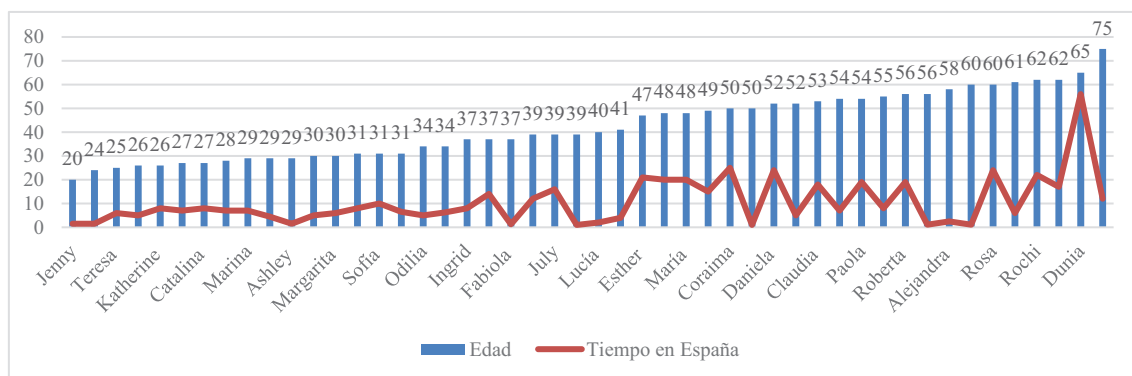
cuidados. Las mujeres migrantes empleadas de hogar en régimen interno dedican la mayor parte de su jornada laboral al cuidado de personas, principalmente, de edad avanzada, aunque estas labores de cuidados también se extienden a los propios familiares, tanto en el país de origen como en España. El estudio de las emociones y de su potencial heurístico ofrece numerosas posibilidades analíticas que permiten comprender las dinámicas emocionales del cuidado, la agencia emocional de estas mujeres y el impacto psicosocial que tiene esta labor. Igualmente, permite explorar las formas en las que el trabajo de cuidados transnacional configura la experiencia migratoria y las relaciones familiares. A la luz de estas cuestiones y de acuerdo con el procedimiento de la teoría fundamentada, fue como se estableció, inductivamente, el objetivo de esta investigación que consiste en explorar el potencial heurístico de las emociones en el ámbito de los cuidados realizados por mujeres migrantes empleadas de hogar en España.

3. PERFIL DE LAS MUJERES PARTICIPANTES

De acuerdo con los principios de la teoría fundamentada, para este estudio se realizó un muestreo teórico, es decir, se seleccionaron participantes por su capacidad para informar sobre su realidad emocional sin que las características sociodemográficas fueran un criterio de inclusión o exclusión. En el estudio participaron 51 personas cuyo perfil pasamos a describir, aunque hubo que descartar tres entrevistas por distintos motivos³. En cuanto al país de procedencia, vemos que estas mujeres provienen de 15 países distintos, siendo el 90% de las mujeres de países de América Latina. Estos países son Brasil (1), Guinea Ecuatorial (1), Marruecos (1), Rumanía (1), El Salvador (2), Nicaragua (2), Paraguay (2), República Dominicana (2), Perú (3), Ecuador (4), Colombia (6), Honduras (6), Bolivia (8) y Guatemala (8). Una participante pidió que no se identificara su país de origen.

En el Gráfico 1 se combinan la edad de las participantes, identificadas bajo un pseudónimo elegido por ellas mismas, con el tiempo de permanencia en España. Las edades han estado comprendidas entre los 20 años de la persona más joven y los 75 años de la participante de más edad. El tiempo de permanencia en España ha sido variable, oscilando entre un año y los 56 años que Dunia lleva de forma intermitente en el país. Su caso es particular debido a que desde los 9 años realiza trabajos de limpieza con una migración transfronteriza temporal entre Marruecos y la ciudad autónoma de Melilla. Si excluimos su caso, las participantes con mayor tiempo de permanencia en España han sido Coraima con 25 años y Daniela y Rosa con 24 años cada una. La edad media de las participantes ha sido de 42,5 años y el tiempo medio de permanencia en España de 9,5 años (excluyendo el caso de Dunia).

Gráfico 1. Participantes por edad y tiempo de permanencia en España.



Fuente: elaboración propia.

3 Una participante señaló cumplir el requisito de los seis meses como empleada de hogar interna, pero en la entrevista se evidenció que su experiencia era menor, otra participante solicitó que su entrevista no formara parte del estudio haciendo uso de la información proporcionada en consentimiento informado, mientras que otra entrevista fue descartada por la falta de coherencia en las respuestas.

El tiempo de experiencia laboral de estas mujeres ha sido muy variado y oscila entre los 6 meses de Salomé y los 56 años de Dunia. Al analizar los datos, se observa que 9 mujeres tienen entre 6 meses y menos de 3 años de experiencia; 14 mujeres, entre 3 y menos de 6 años; 8 mujeres, entre 6 y menos de 9 años; 6 mujeres, entre 9 y menos de 12 años; 2 mujeres, entre 12 y menos de 15 años; 5 mujeres, entre 15 y menos de 18 años; y 6 mujeres señalan tener 19, 20, 25, 27, 30 o 56 años de experiencia como empleadas de hogar.

En relación con su estado civil, destaca el hecho de que 25 mujeres estaban solteras, mientras que 8 estaban divorciadas, 7 estaban casadas, 3 estaban viudas, 3 habían formado una pareja de hecho, 1 tenía una unión libre y otra estaba separada.

Respecto al número de hijos, observamos que 21 mujeres no han tenido hijos, 9 mujeres tienen 1 hijo, 8 mujeres tienen 2 hijos, 7 mujeres tienen 3 hijos y 3 mujeres tienen cuatro, cinco y seis hijos respectivamente. De las 27 mujeres que tienen hijos, 16 de ellas tienen hijos con edades comprendidas entre los 20 y 30 años, mientras que 10 mujeres tienen hijos menores de 18 años; de estas, 7 de ellas tienen los hijos en sus países de origen, mientras que 3 los han reagrupado o directamente han nacido en España.

En cuanto al nivel formativo, observamos que 10 mujeres tienen estudios primarios (5 de ellas no los han completado), 26 mujeres tienen estudios secundarios (2 de las cuales no los han completado), 3 han terminado estudios universitarios, 1 mujer tiene estudios universitarios incompletos y 8 han realizado carreras técnicas (con un nivel de estudios equivalente al bachillerato).

En términos generales, el perfil mayoritario de las participantes ha sido el de mujeres solteras, sin hijos, con estudios secundarios y una experiencia dilatada en el ámbito del empleo de hogar y los cuidados.

4. ANCLAJES TEÓRICOS DEL POTENCIAL HEURÍSTICO

A modo de lente epistémica, el potencial heurístico permite abordar fenómenos sociales y culturales con una mayor profundidad y complejidad, al ofrecer un marco para interpretar, cuestionar y comprender aspectos que pueden quedar ocultos o naturalizados. El concepto de potencial heurístico, aplicado a las emociones, se refiere a su capacidad para ofrecer una comprensión más densa y compleja de la realidad social. Esto se debe a que las emociones, si bien expresan estados internos, también son reflejo de las dinámicas sociales que emergen en contextos culturales y estructurales específicos. A este respecto, permiten analizar cómo se construyen y reproducen las relaciones y las estructuras sociales.

Desde la epistemología fenomenológica, tanto para Husserl (2002) como para Merleau-Ponty (2013), el potencial heurístico encuentra su arraigo en la capacidad de la *reducción fenomenológica* para revelar la *esencia* de los fenómenos de forma que se pueda acceder a estructuras subyacentes de la experiencia. De acuerdo con la teoría de Husserl (2002), el potencial heurístico de las emociones residiría en su capacidad para trascender la *actitud natural* y revelar la estructura intencional de la experiencia. Las emociones pueden considerarse expresiones intencionales que conectan al individuo con el mundo, de modo que, a través de su análisis, se puede desentrañar la manera en que se configuran y se manifiestan las experiencias vividas. Al aplicar la *reducción fenomenológica* se logra captar la esencia de cómo se experimentan y comprenden las emociones en contextos específicos, de forma que se obtiene una vía para entender las influencias sociales y culturales en la percepción emocional. Desde la propuesta de Merleau-Ponty (2013), se amplía esta idea al considerar que las emociones están inextricablemente vinculadas al cuerpo y a la percepción encarnada. Las emociones no solo se sienten, sino que son vividas a través del cuerpo en el mundo (Butler, 2002). Así, el potencial heurístico de las emociones residiría en su capacidad para revelar cómo la corporalidad y el contexto social interactúan en la formación de significados. La emoción es tanto un reflejo de lo interno como una forma de relación con el entorno que permite explorar los matices de la experiencia social.

A partir de las aportaciones de Martha Nussbaum (2008), el potencial heurístico se establece desde la perspectiva de las emociones como fuente de conocimiento moral. Para Nussbaum, las emociones tienen una dimensión cognitiva que refleja juicios de valor sobre el mundo, por lo que su análisis permite acceder a comprensiones más trascendentes de la vulnerabilidad humana, la justicia y el bienestar personal. En este sentido, explorar las emociones en

contextos de desigualdad o explotación permite poner de manifiesto estructuras sociales que afectan el bienestar y la agencia de los individuos, lo cual, teóricamente, proporciona una base para el cambio social.

Desde la teoría feminista, Lorraine Code (1991) y Sandra Harding (1991) destacan la importancia de considerar las emociones como expresiones situadas de conocimiento. Para Code (1991), el análisis de las emociones desde una perspectiva situada puede enriquecer la comprensión de las experiencias sociales y de las relaciones de poder ya que el potencial heurístico reside en la capacidad de incluir las voces y las experiencias tradicionalmente excluidas del canon epistemológico, aspecto que enriquece la comprensión de los fenómenos sociales. Harding (1991), con su teoría del punto de vista (*standpoint theory*), sostiene que las posiciones marginalizadas ofrecen una ventaja epistémica para identificar aspectos de la realidad que las perspectivas dominantes no logran captar. El análisis heurístico, desde esta óptica, implica una crítica activa a las epistemologías tradicionales y avanzar en una apertura hacia la inclusión de nuevas formas de conocimiento que desafían la objetividad convencional. De esta forma, las emociones de las empleadas de hogar ofrecen una ventaja epistémica ya que permiten identificar las estructuras de opresión que las perspectivas dominantes no logran captar. En este sentido, el potencial heurístico de las emociones permite acceder a formas de conocimiento que son críticas y se orientan a la transformación de la realidad social.

Por último, podemos señalar que Judith Butler (2002) aporta a esta discusión la idea de la performatividad a partir de la cual argumentaremos que las emociones no son respuestas pasivas, sino que se producen y reproducen a través de prácticas sociales repetitivas. El potencial heurístico de las emociones, desde la perspectiva de Butler, estaría basado en su capacidad para cuestionar las normas que moldean la subjetividad y las relaciones de poder. Al explorar cómo las emociones se construyen en contextos específicos, se puede visibilizar y desnaturalizar la manera en la que se perpetúan ciertas desigualdades de género y otras formas de opresión. Es decir, desde la propuesta de Butler, el potencial heurístico se manifiesta en la capacidad de mostrar cómo las realidades consideradas *naturales* o *inevitables* son, en realidad, el resultado de prácticas sociales que pueden ser transformadas.

Una vez detallados los anclajes teóricos en los que se fundamenta el potencial heurístico de las emociones, pasaremos a analizar los tres estados emocionales que, en el ámbito de los cuidados, destacan por las posibilidades que ofrecen para comprender esta realidad.

5. ANÁLISIS

5.1. El afecto y el cariño: entre la agencia y la explotación afectiva

El afecto, el cariño y el amor, además de otras emociones análogas, son especialmente relevantes en el trabajo de cuidados que se desarrolla en el marco del empleo de hogar en régimen interno. Estas emociones constituyen uno de los pilares fundamentales sobre los que se cimenta la relación de cuidados, siendo este vínculo emocional uno de los aspectos más valorados o deseados por los empleadores por el sentido de familiaridad que aporta (Canevaro, 2020). Estas emociones, sin embargo, pueden trascender la mera relación laboral e informar sobre otras dimensiones relevantes de la misma. Desde la perspectiva de Martha Nussbaum (2008), que señala que las emociones tienen un componente cognitivo que refleja juicios de valor sobre el mundo, se observa que estas emociones surgen en respuesta a una interacción diaria y se relacionan con normas sociales y expectativas sobre la moralidad del cuidado. Este marco permite ver que el afecto es una parte esencial de la dinámica de cuidados en tanto que humaniza la relación laboral y configura la identidad de las cuidadoras. A través de esta narrativa, se les confiere valor personal y profesional, en contraste con la percepción estigmatizada de este trabajo. Un ejemplo de esta dinámica la proporciona Eli (Honduras, 28 años), quien describe la relación de cuidados en estos términos:

«Yo siempre he tratado de cuidar bien de la señora, porque yo decía que cuidar a ella, pues yo tenía también una gran bendición de mi vida, porque sé que, aunque ella no se daba cuenta de todo eso, pero ella me quería muchísimo a mí. Y sus hijos pues estaban muy contentos conmigo al trato que yo le daba a ella [...] Cuando ella ya ha fallecido, pues yo me he quedado muy tranquila, mi conciencia tranquila, porque yo he hecho lo mejor que he podido. Me sentí satisfecha de mí misma [...] Los hijos me dijeron “gracias por la atención que le di a su madre, por haberle dado ese amor”».

El afecto y el cariño, si bien pueden ser, en muchos casos, emociones que la trabajadora del hogar experimenta de forma genuina, también son una forma de «trabajo emocional» (Hochschild, 1979), del cual se espera que las trabajadoras modifiquen o gestionen sus sentimientos para cumplir con las expectativas de su rol de cuidadoras, de acuerdo con las reglas de expresión emocional marcadas por los empleadores. Según Butler (1999), las emociones son respuestas performativamente construidas a través de actos repetidos que refuerzan normas sociales y expectativas de género:

«Para mí, yo he llegado a aprender y a querer, a amar, o sea, a amar a la persona en ese estado [con Alzheimer], porque digo yo, si esa persona no estuviera así, no fuera así, ¿entiende? [...] Yo llegaba a querer a esas personas, a sentir amor, cariño por esa persona. Eso he aprendido» (Claudia, Bolivia, 53 años).

El análisis de las experiencias de estas trabajadoras revela que el afecto puede convertirse en una herramienta de agencia utilizada para negociar su posición, transformar jerarquías y redefinir la experiencia de subordinación laboral, convirtiendo el trabajo en una práctica de reciprocidad afectiva (aunque asimétrica). También permite obtener reconocimiento en el entorno laboral o resignificar un trabajo rutinario como un espacio de agencia y afecto.

Sin embargo, estas emociones también pueden ser una fuente de subordinación que las lleva a asumir responsabilidades que no correspondían a su puesto debido a la expectativa de la relación afectiva. En la relación de cuidados, el afecto no es solamente una emoción espontánea, sino que se encuentra moldeada por las estructuras de poder y por las expectativas sociales. Como señalan Butler (1999) y Glenn (2010), el afecto en este contexto se convierte en una forma de servidumbre que refleja las inequidades sociales, económicas y de género entre quienes reciben los cuidados y quienes los ofrecen. Estas dinámicas refuerzan la expectativa de que las trabajadoras, por su condición de mujeres, asuman roles afectivos de manera natural. Esto perpetúa su subordinación al presentar su entrega y abnegación como atributos inherentes a su trabajo y no tanto como elecciones personales o negociaciones laborales susceptibles de ser remuneradas. Esta realidad la ilustra el caso vivido por Mayled (Ecuador, 34 años), quien, por distintos motivos, acumuló una cuantiosa deuda económica generada por el viaje de Ecuador a España. Durante dos años, Mayled cuidó a una anciana en Granada que tenía como único familiar directo a una sobrina que residía en las Islas Canarias. Esta anciana fue volviéndose cada vez más dependiente por lo que Mayled llegó a sentir remordimiento incluso cuando iba a realizar su descanso diario:

«“Y esta tarde, ¿te vas a ir después de la comida a las tres? ¡Ay! Con lo mala que yo estoy, qué lástima que me dejas aquí tirada”. Entonces te decía cosas que, que, que a veces te, te llegaba tanto al corazón y decía: ¡ay pobrecita! ¿Y si le pasa algo?»

En un momento determinado, la sobrina pidió a Mayled que no descansara los fines de semana, ofreciéndole una compensación adicional ya que, tras varios intentos, no consiguió que ninguna cuidadora aceptara el trabajo: «“Bueno, por usted lo voy a hacer”, [...] porque a veces yo quería tirar la toalla». Después de varios meses trabajando sin prácticamente descanso, Mayled expresaba de esta forma su desgaste emocional:

«Te va como absorbiendo. Me decía “siéntate aquí y no te muevas”. [...] Entonces yo le digo que ya no puedo más estar encerrada que me iba a dar algo, o sea, sentía que ya, yo creo que hasta estaba con depresión, porque encerrada con ella. Entre que estaba mala y daba unos gritos en la noche que no podía, o sea, entre gritos, entre que estaba mala y todo era ya era un vivir sin vivir».

El afecto que emerge en la relación de cuidados puede ser manipulado para consolidar estructuras de dependencia y explotación y legitimar la idea de que las trabajadoras deben suplir afectivamente a los familiares ausentes. Si bien el caso de Mayled se ha tomado como ejemplo, son múltiples los relatos de las mujeres que exponen que deben suplir el afecto y el cuidado que la familia, haciendo uso de su «irresponsabilidad privilegiada» (Tronto, 1993, pp. 120-121), no puede o no quiere proporcionar. Este concepto pone de manifiesto la instrumentalización del afecto en el trabajo doméstico dado que aquellos con más poder pueden delegar la responsabilidad de cuidados en otros:

«He visto el vacío de que muchas familias, pues cuando la persona ya es mayor es como si estuviese ahí en un lado, entonces los hijos o la familia están en el sentido de que económicamente pueden apoyar, pero no están presentes

y entonces esas personas, pues cuando nosotras o yo, en mi caso, los cuidaba, era como un familiar de ellos, se sentían... yo hacía la labor de, de estar ahí pendiente, ¿no?, de cuidarlos, de amarlos, de acompañarlos» (Esther, Guinea Ecuatorial, 47 años).

Asistimos a un traspaso de la obligación moral de afecto desde los familiares ausentes hacia las trabajadoras domésticas que genera en ellas una suerte de explotación afectiva cuyas consecuencias son, por el momento, desconocidas. En relación con este ejemplo, Illouz (2007) discute la mercantilización de las emociones bajo normas capitalistas. El cariño y el amor, aunque espontáneos en muchos casos, son capitalizados para estabilizar la relación laboral, a pesar de las condiciones de explotación. El análisis de estas dinámicas emocionales muestra, por un lado, la complejidad de la agencia emocional en el trabajo de cuidados y, por otro, evidencia cómo estas emociones pueden ser utilizadas para perpetuar desigualdades estructurales que favorecen a los empleadores a expensas del bienestar emocional de las trabajadoras.

5.2. La resignación resiliente: entre la supervivencia emocional y la perpetuación de la explotación

La resignación resiliente, como concepto emocional, describe un estado en el que las trabajadoras migrantes logran mantenerse funcionales en su entorno laboral a pesar de las adversidades. Esto es posible gracias al trabajo de gestión emocional (Hochschild, 1979) que les permite adaptarse y sobrellevar los requerimientos que implica la labor de cuidados. En el contexto de la presente investigación, la resignación resiliente puede entenderse como un conjunto de emociones —frustración, rabia, vergüenza, miedo, humillación, desesperanza, sumisión, indignación, entre otras— que, unidas a una serie de estrategias de gestión emocional, permiten a las trabajadoras lidiar con condiciones extremas. Estas pueden ser generadas por las vicisitudes del proceso migratorio (separación de la familia, situación de irregularidad jurídico-administrativa o dificultades para la integración social) y por su inserción en el empleo de hogar (cuidado de personas con deterioro cognitivo, sobrecarga laboral o vulneración de derechos básicos como el descanso). Este estado emocional, a pesar de que puede ser entendido como una mera respuesta adaptativa a unas condiciones laborales adversas, posee un gran potencial heurístico. Al analizarlo, se pueden desvelar las complejidades y contradicciones del trabajo de cuidado en el contexto del empleo doméstico, así como las dinámicas de poder que sostienen la explotación y precariedad laboral y que afectan a su trabajo como cuidadoras, como mujeres y como migrantes (Ariza, 2016).

Si bien el término resignación resiliente puede parecer un oxímoron —dado que la resignación conlleva un elemento de pasividad, mientras que la resiliencia implica un proceso activo de afrontamiento orientado no solo a soportar las adversidades, sino también a encontrar formas de adaptarse y transformar, en la medida de lo posible, las condiciones de vida para alcanzar objetivos específicos—, en el contexto del empleo de hogar este concepto adquiere un matiz particular. Esto se debe a que las trabajadoras tienen que aceptar condiciones abusivas y resignificar estas experiencias para minimizar su impacto emocional, interpretándolas como inevitables o incluso como una *prueba* necesaria para cumplir con los objetivos antes mencionados. La capacidad de resignificación les permite transformar el sufrimiento en una estrategia de adaptación que mantiene su estabilidad psíquica y funcional. Tal es el caso de Catalina (Honduras, 27 años), quien, durante un año y medio, estuvo trabajando para una familia que solo le permitía descansar durante tres días al mes cuando apenas tenía 19 años. Ella se hacía cargo de las labores domésticas y del cuidado de dos niños de un año y medio y dos años: «a José Antonio le enseñé a hacer pipí y que fuese al baño». En una ocasión, los empleadores se fueron de viaje a otro país durante un mes completo y dejaron los dos niños a cargo de Catalina, que lo expresa así:

«Y se fueron a [se omite el nombre del país], entonces yo quedé a cargo, tanto de los niños como de la otra empleada, y así fue. Pero cuando el señor regresó no fue ver a su hijo, ni se fijó en la casa ni nada, sino, es decir, “Catalina, gracias, porque me tienes a mis hijos muy bien cuidados”. En el fondo es una responsabilidad muy grande, pero lo valora. No es el típico jefe este que “vale, como te pago por esto, pues te apañas”».

Este relato evidencia que la resignación resiliente implica encontrar valor y dignidad en el reconocimiento del trabajo realizado, aunque sea ocasional o insuficiente, lo cual ayuda a soportar el peso de una responsabilidad desproporcionada. La gratitud y el afecto expresados por los empleadores sirven para resignificar la carga de trabajo extrema y las condiciones abusivas, interpretándolas como una validación de su esfuerzo y capacidad. Este aspecto refuerza la adaptación a la explotación sin cuestionar las condiciones estructurales que la perpetúan.

La resiliencia, en palabras del filósofo italiano Diego Fusaro, permite «sobrevivir adaptándose, superando biográficamente las contradicciones sistémicas como si solo fueran indisposiciones del yo» (2022, p. 14). La capacidad de resiliencia, ya sea «congénita o conquistada», conlleva una «agilidad emocional» (*emotional agility*), que deja entrever «una suerte de precariado de las emociones y sentimientos expresados en la capacidad de adecuarse de forma camaleónica a las situaciones más diversas y adversas, hallando en cada ocasión los recursos y el espíritu adecuados» (Fusaro, 2022, p. 15). En esta misma línea, Olsson *et al.* (2015) advierten que el concepto de resiliencia es connivente con la estabilidad y funcionalidad de los sistemas, de forma que se tiende a ocultar las dinámicas de poder y conflicto que incrementan la vulnerabilidad de los individuos. Esto permite despolitizar la explicación del sufrimiento y la precariedad al desplazar la atención desde sus causas estructurales –como la desigualdad, el racismo o la explotación que afectan a estas mujeres– hacia una exigencia moral de adaptación individual o comunitaria.

La resignación resiliente se distingue de la mera resistencia en el hecho de que no busca cambiar las condiciones adversas de manera directa ni tampoco las acepta como buenas, sino que pretende, por un lado, una adaptación funcional a las mismas y, por otro, permite que las trabajadoras se mantengan centradas en los objetivos del proyecto migratorio o laboral. Sin embargo, interpretar esta capacidad únicamente como una estrategia de ajuste individual invisibiliza su dimensión simbólica, cultural e histórica, así como la intencionalidad y la capacidad de las trabajadoras para cuestionar y redefinir las estructuras que las oprimen (Lorenz, 2013). Es decir, en el contexto particular del empleo de hogar, la resignación resiliente puede entenderse como una forma de agencia que conlleva la aceptación de lo que estas mujeres no pueden cambiar, en parte porque debido a su estatus migratorio tienen un cierto temor a exponerse (Tronto, 2011) y a realizar reclamaciones formales, y en parte porque su atención está centrada en los objetivos que guían su proyecto migratorio: enviar remesas, acceder a educación, vivienda, seguridad o cubrir necesidades básicas de sus familias. En este sentido, resiliencia y agencia se solapan conceptualmente ya que ambas implican la capacidad de los sujetos para configurar sus circunstancias, incluso cuando sus acciones están enmarcadas y condicionadas por estructuras históricas y culturales que determinan quién puede actuar, cómo y con qué reconocimiento social (Lorenz y Dittmer, 2016).

El potencial heurístico de la resignación resiliente reside en su capacidad para revelar los mecanismos mediante los cuales las estructuras de poder naturalizan la explotación. Judith Butler (1999), en su teoría de la performatividad, argumenta que ciertos estados emocionales y conductuales se refuerzan a través de prácticas sociales repetitivas que dan lugar a una normalización de la subordinación. La normalización del maltrato, como se evidencia en las narrativas de las trabajadoras, refuerza la aceptación de estas condiciones como algo *normal* o *esperado*, a la vez que actúa como una barrera emocional que limita la capacidad de las trabajadoras para imaginar y buscar mejores alternativas. Ashley (Nicaragua, 29 años) dejó a su hijo de siete meses a cargo de su madre ya que la situación económica de la familia era extremadamente precaria. La empleadora de Ashley, a pesar de que conocía la situación y el dolor que le había ocasionado dejar a su hijo, utilizó el sacrificio personal de Ashley para presionarla a realizar su trabajo del modo en el que ella quería, apelando a su capacidad de soportar el sufrimiento y exigiéndole demostrar su valía como trabajadora del mismo modo que había asumido su sacrificio como madre:

«... recién llegada, le dije “mire, me doy” le dije yo como decimos en mi país, “me doy. Hasta aquí, no, no aguanto más porque ya lo he intentado”, le digo yo. Como veinte veces planché un montón de ropa y dijo que estaba mal planchada que se la volviera a planchar. Y entonces le digo “no, hasta aquí”. “Entonces, si fuiste capaz”, me dice, “así como fue capaz de dejar a su hijo, sea capaz de planchar bien esa ropa”».

La estrategia de Ashley era permanecer en silencio «entonces yo solo me quedaba callada», incluso cuando el empleador hacía observaciones sobre su físico:

«El señor, al inicio, se metía mucho con mi cuerpo y eso es una cosa que yo vengo luchando desde pequeña, porque eso es genético, toda la vida he sido gordita. [...] Entonces, eso no me hacía bien, porque él insinuaba cosas de que mi cuerpo: que yo estaba gorda, que tenía que bajar...»

Desde esta perspectiva, la resignación resiliente puede verse como una respuesta emocional que, si bien parece legitimar su situación de desventaja frente a los empleadores, es una forma de resistencia, en parte,

invisible. Genera un conformismo estratégico y una canalización constructiva del sufrimiento, al posibilitar una gran capacidad para postergar los logros que buscan alcanzar mediante la labor de cuidados. La resignación resiliente, por tanto, es un reflejo de cómo las trabajadoras internalizan y responden a las normas sociales que perpetúan su marginalidad, y cuyas consecuencias emocionales y no emocionales son desconocidas.

Finalmente, cabe señalar que el potencial heurístico de la resignación resiliente permite además de visibilizar las formas en que las trabajadoras migrantes, de forma individual, gestionan sus emociones, poner de manifiesto las dinámicas que legitiman la explotación. La resignación resiliente es una estrategia de adaptación, aunque también revela cómo las emociones, como el miedo o la frustración, son moldeadas por las estructuras de poder para perpetuar la subordinación. La dependencia emocional hacia los empleadores y el miedo a perder la estabilidad económica condicionan la respuesta de las trabajadoras y pueden llevarlas a aceptar situaciones que en otro contexto serían inaceptables. La resignación resiliente actúa como un *indicador* de las condiciones estructurales que perpetúan la precariedad y, al mismo tiempo, expone los límites y posibilidades de la agencia en contextos de desigualdad.

5.3. Tristeza y soledad: emociones como reflejo de la precarización y la exclusión

Por último, las emociones que formarán parte de este análisis son la soledad y la tristeza, las cuales, en el contexto del trabajo de cuidados, han sido emociones omnipresentes entre las trabajadoras migrantes internas. El análisis de las entrevistas muestra que todas las participantes en el estudio han experimentado soledad o tristeza, principalmente debido a la separación de sus seres queridos, a la falta de redes de apoyo, por las condiciones en las que se desarrolla su trabajo o por las dificultades que encuentran para socializar. Al igual que la resignación resiliente, estas emociones muestran la naturaleza estructuralmente precarizada de su situación laboral. La tristeza y la soledad son emociones que, en este contexto, evidencian las barreras que dificultan la integración social de las trabajadoras. Las condiciones de trabajo en régimen interno, caracterizadas por el aislamiento⁴, limitan las oportunidades de establecer redes de apoyo y de participar en la vida social de la comunidad. Estas condiciones laborales de semiesclavitud (Arango Gaviria, 2011), bajo las cuales se desarrolla la relación de cuidados, generan una paradoja en las trabajadoras ya que ellas experimentan, de forma intensa, aquello que, de alguna forma, han venido a aliviar en otros. Este fenómeno se manifiesta, por ejemplo, en la experiencia de aquellas que cuidan a otras personas mientras enfrentan la imposibilidad de cuidar de sus propios familiares, lo que refleja las contradicciones inherentes al trabajo transnacional de cuidados (Salazar Parreñas, 2001; 2015). El testimonio de Fabiola (Colombia, 37 años), quien cuida a una pareja de nonagenarios con un gran deterioro cognitivo y, con quienes no puede conversar, ilustra estas cuestiones:

«Ella [la señora a la que cuida] ya en varias ocasiones ella me ha visto llorar. Ella me ha visto llorar porque, como le digo, yo ahí me siento sola, sola, sola, sola. ¿Sí me entiende?, a mí me da miedo que allá, estando lejos, pueda pasar algo con mi familia.

Yo no salgo para nada, salgo ahí a colgar la ropa a veces. Pues al principio sí [tenía miedo a la policía], pero ya no, yo no le muestro más malicia a ellos».

La reiteración en su expresión de sentirse «sola» enfatiza la intensidad y el impacto de estas emociones en la vida cotidiana de las trabajadoras. Estas emociones evidencian las barreras que enfrentan para integrarse socialmente y el temor que experimentan ante la incertidumbre de poder ser deportadas. Esta situación refuerza, en términos de Sara Ahmed (2015), un estado de exclusión afectiva desde el que las trabajadoras se ven marginadas tanto emocional como socialmente. La exclusión afectiva es, además de una consecuencia del régimen de trabajo, un reflejo de aspectos estructurales que limitan el acceso a la socialización y a la pertenencia.

El potencial heurístico de la tristeza y la soledad, en este contexto, radica en su capacidad para mostrar cómo las condiciones laborales precarias refuerzan la segregación social y la falta de integración de las trabajadoras migrantes. Estas emociones revelan las barreras materiales y afectivas que dificultan la creación de vínculos sociales y dan cuenta de una vulnerabilidad diferencial (Butler, 2006) por la que ciertos grupos son más propensos

4 Las trabajadoras deben permanecer 22 horas en el domicilio del empleador y descansar 36 horas seguidas durante el fin de semana.

a la precariedad. Además de reflejar el sufrimiento personal, la tristeza y la soledad también señalan mecanismos de resistencia ya que a veces impulsan a las trabajadoras a desarrollar estrategias para afrontarlas y seguir adelante con sus proyectos de vida. A este respecto, Keyla (Bolivia, 24 años), señala: «Ay, no, yo no quiero que llegue la Navidad. [...] Me siento muy triste, muy, muy triste. A pesar de que tengo mis tíos, mis primos y todo, pero no es lo mismo». Sin embargo, también indica que estas emociones no la inmovilizan: «Sí, me dan ganas de regresar. [...] Ya, pero luego digo “no, estamos aquí por algo”. [...] Siempre hay que mirar hacia adelante».

La soledad y la tristeza, además de poner de manifiesto la explotación de la fuerza de trabajo de las mujeres, forman parte de la apropiación de su materialidad y corporalidad en un sentido más profundo. Siguiendo la perspectiva de Colette Guillaumin (2005), se puede argumentar que la relación laboral en el trabajo de cuidados no se limita a la cesión de la fuerza de trabajo. Implica también una forma de apropiación directa del cuerpo y de su capacidad de trabajo, en la que el tiempo, la energía y los cuidados que realizan las trabajadoras migrantes se convierten en atributos casi *naturales* de los empleadores. Este proceso de apropiación si bien se realiza en un contexto laboral, termina afectando a la esfera personal. Esta apropiación se manifiesta en la disponibilidad permanente y en la entrega emocional que sus roles les exigen, lo cual trasciende el contrato laboral formal y se inscribe en una forma de explotación que podría compararse con el «sexaje», descrito por Guillaumin (2005, p. 39 y ss.), concepto que permite entender que las mujeres, en virtud de su sexo, son vistas como recursos que aportan trabajo físico y también cuidados emocionales. Esto las convierte en instrumentos al servicio del bienestar ajeno de forma que se refuerza su subordinación y se limita su autonomía. Un ejemplo de esta realidad es el caso vivido por Lucía (Colombia, 40 años), quien estuvo trabajando durante siete meses con una señora con Alzheimer que le insultaba y le agredía físicamente sin tener días libres: «Me pagaban 1000€, pero yo le dije que no, que no era cuestión de dinero, que a la final yo estaba a gusto con lo que me estaban pagando, pero era el tiempo, o sea, el tiempo, porque yo no tenía días libres». Esta situación llegó a tener consecuencias sobre la salud de Lucía:

«... era agobiante las noches, yo estuve un tiempo que yo no dormía, yo no dormía, a mí me dolía tan horrible el cerebro y se me empezó a caer el pelo, ¡pero hartó!, yo tengo cuatro pelos y yo tenía bastante pelo. Y, eso, pero manojos en la almohada, así como no sé, de tristeza o el estrés o el encierro, yo no sé qué era. Incluso yo hablé con ellos. Yo le dije que, que yo me estaba enfermando, yo hablé con los hijos, yo le que yo, yo sentía que me estaba enfermando porque yo no dormía».

Después de hablar con los hijos de la señora para solicitarles tener dos sábados libres al mes, ellos le negaron el permiso diciéndole: «No, no porque no había quien cuidara la mamá en ese momento y eran tres hijos». La apropiación corporal y emocional en el trabajo de cuidados domésticos, por tanto, no solo reproduce las desigualdades de clase, raza y género, sino que también perpetúa una forma de explotación que se basa en la negación de la individualidad y la autonomía de las mujeres, quienes se ven reducidas a cumplir con las necesidades de los demás a expensas de su propio bienestar físico y emocional.

6. DISCUSIÓN

Los hallazgos de este estudio, centrados en el potencial heurístico del afecto, la resignación resiliente y la tristeza y la soledad, se articulan con la literatura previa para confirmar y expandir los análisis existentes sobre la cuestión emocional y el trabajo de cuidado realizado por mujeres migrantes.

En relación con el afecto, vemos cómo éste muestra la ambivalencia de los cuidados realizados por estas mujeres. Por un lado, se configura como un mecanismo que humaniza la relación laboral y, por otro, como un vector de dependencia y explotación afectiva. Esta doble dimensión del afecto permite articular, de acuerdo con Gutiérrez-Rodríguez (2010), una lectura crítica del trabajo doméstico realizado por mujeres migrantes en la que las emociones actúan como tecnologías de poder aplicadas a cuerpos feminizados y racializados. Esta lógica legitima su entrega afectiva y reproduce jerarquías de clase y género con raíces coloniales.

Otros estudios también han mostrado que el carácter *doméstico* de los cuidados realizados por mujeres migrantes implica expectativas de intimidad y cercanía afectiva que diluyen las fronteras entre trabajo

remunerado y obligaciones morales (Boccagni, 2017). Esta literatura aporta claves para interpretar el hecho de que el afecto genera reconocimiento, pero también legitima desigualdades jerárquicas a pesar de que las trabajadoras son consideradas «como de la familia» (Canevaro, 2020). El afecto en el trabajo de cuidados puede utilizarse de forma instrumental para construir una relación simbólica de parentesco entre empleadas y personas cuidadas. Así, cuando las trabajadoras son percibidas más como *hijas* que como *empleadas*, se legitima la precariedad contractual en virtud de un vínculo afectivo (Baldassar *et al.*, 2017). El potencial heurístico del afecto radica, precisamente, en visibilizar cómo las relaciones emocionales en el trabajo doméstico realizado por mujeres migrantes operan como dispositivos de poder que naturalizan la entrega emocional y reproducen jerarquías coloniales, como si de una suerte de *colonialismo afectivo* se tratara (Ahmed, 2015; Gutiérrez-Rodríguez, 2010). Desde una perspectiva de género, esto permite comprender cómo se construye la feminidad de las trabajadoras migrantes a partir de una supuesta disposición *natural* al cuidado y al sacrificio. Asimismo, muestra cómo se refuerza su posición subordinada en la división sexual y racial del trabajo de cuidados.

Por su parte, la resignación resiliente, entendida como forma de agencia que permite afrontar ciertas realidades adversas, ofrece claves para comprender el modo en el que se construye la subjetividad en contextos de precariedad. Desde la perspectiva de Ahmed (2015), esta puede interpretarse como una promesa normativa que disciplina las emociones de las mujeres migrantes hacia la adaptación como virtud. La resiliencia invisibiliza el dolor y la rabia como emociones políticas que podrían cuestionar las condiciones de explotación. En consonancia con Lauren Berlant (2020), la resiliencia constituye un «optimismo cruel», es decir, una disposición afectiva que mantiene la esperanza y la funcionalidad, incluso cuando las condiciones estructurales impiden la realización de ciertos objetivos. Como consecuencia, se reproduce la misma precariedad que se busca paliar. En términos de Cvetkovich (2018), la resiliencia puede entenderse como un *archivo afectivo* de memorias de daño y resistencia. En otros contextos, esta ha funcionado como recurso creativo y político para reconfigurar la experiencia de sufrimiento mediante prácticas narrativas, artísticas o afectivas que hacen visible lo silenciado y recuperan la agencia colectiva. Sin embargo, en el caso de las mujeres migrantes empleadas de hogar, la dimensión transformadora no se observa de manera explícita; la resignación resiliente aparece más bien como una estrategia de supervivencia individual que permite seguir desarrollando su proyecto laboral y migratorio y dotarlo de cierta dignidad, pero sin derivar necesariamente en procesos visibles de resistencia o en acciones colectivas que cuestionen las estructuras de explotación que la generan.

De manera complementaria, otros estudios confirman el carácter predominantemente adaptativo de la resiliencia en el trabajo doméstico migrante. Van der Ham *et al.* (2014) muestran que, para las trabajadoras filipinas, la resiliencia se basa en recursos personales como la fe y el sentido de responsabilidad familiar, junto a redes informales de apoyo. De forma similar, Klakla y Kulesa (2025) describen cómo las trabajadoras domésticas migrantes en Polonia, principalmente ucranianas, movilizan la resiliencia como capacidad de adaptación y supervivencia cotidiana. Estas mujeres se apoyan en redes familiares y comunitarias, en su experiencia previa de migración y en un sentimiento de autonomía moral y fortaleza psicológica para afrontar condiciones de precariedad e informalidad laboral que caracterizan su trabajo. Sin embargo, en ambos casos, las trabajadoras tampoco cuestionan las estructuras de desigualdad que generan esta situación ni emplean la resiliencia como una estrategia explícita de transformación.

El potencial heurístico de la tristeza y la soledad radica en su capacidad para mostrar cómo la migración y el trabajo de cuidados configuran experiencias de desarraigo y extranjería, además de poner de manifiesto las relaciones y tensiones inherentes a este contexto. Estas emociones han sido, de hecho, uno de los temas más estudiados en el ámbito de las migraciones y el empleo de hogar (Baldassar, 2008; Cojocar, 2021; Hirai, 2014; Zhong *et al.*, 2022) con particular mención al duelo migratorio (Achotegui, 2019; González Calvo, 2005). Sin embargo, lo que permanece escasamente explorado es su potencial heurístico, es decir, la capacidad de la tristeza y la soledad para revelar las dinámicas de desigualdad y subordinación en las que se inscriben. Estas emociones funcionan como un síntoma de la posición subordinada de estas mujeres y del orden social en el que se producen. En la migración laboral femenina, la tristeza y la soledad expresan la presencia de las jerarquías afectivas y de la indignidad impuesta (Ariza, 2016, 2017).

7. CONCLUSIONES

A través del análisis realizado, se ha querido mostrar la centralidad de las emociones en la vida de las mujeres migrantes empleadas de hogar en España, tanto como respuestas individuales, como manifestación de las dinámicas sociales y estructurales que configuran sus experiencias laborales. El potencial heurístico de las emociones permite realizar una comprensión más densa y compleja de las realidades laborales y sociales que como cuidadoras afectan a estas mujeres.

Las emociones de afecto, resignación resiliente y tristeza permiten desentrañar las complejidades del trabajo de cuidados al mostrar simultáneamente la capacidad de agencia de estas mujeres y la explotación emocional a la que están sometidas. En primer lugar, el afecto puede ser una emoción genuina que humaniza la relación laboral, aunque puede ser instrumentalizado para perpetuar la dependencia emocional y justificar cargas laborales desproporcionadas. En segundo lugar, la resignación resiliente refleja una estrategia adaptativa que, si bien permite a las trabajadoras soportar condiciones adversas, también contribuye a la explotación al naturalizar las injusticias laborales. Por último, la tristeza y la soledad son indicativas de las barreras estructurales que impiden la integración social y mantienen la exclusión de estas mujeres. Como se ha tratado de mostrar, estas emociones iluminan los mecanismos sociales que restringen su acceso a redes de apoyo y a una vida comunitaria.

El estudio del potencial heurístico ha facilitado el desarrollo de un marco epistémico que permite capturar la complejidad de las dinámicas emocionales y laborales en el empleo de hogar, así como problematizar la naturaleza del trabajo doméstico de cuidados desde la complejidad emocional de esta relación. Como parte de este enfoque, se quiere subrayar la importancia de incluir las voces de las trabajadoras para enriquecer la comprensión de los fenómenos sociales. En este sentido, la perspectiva metodológica empleada apuesta por la co-construcción del conocimiento en la medida en que estas reflexiones no hubieran sido posibles sin las experiencias y el material empírico aportado por las participantes. Tal y como apuntaba Code (1991) en su teoría del conocimiento situado, este enfoque reconoce la importancia de las perspectivas epistemológicamente marginalizadas para ampliar la comprensión de la realidad social y cuestionar los enfoques epistemológicos tradicionales.

Por último, mediante este estudio se ha querido aportar una visión novedosa y crítica sobre cómo las emociones pueden utilizarse para visibilizar y cuestionar las desigualdades estructurales y cómo su estudio puede abrir nuevas vías para la investigación orientada a mejorar las condiciones de vida y trabajo de las mujeres migrantes en el ámbito del trabajo de cuidados.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES

La autora de este artículo declara no tener conflictos de intereses financieros, profesionales o que pudieran haber influido de manera inapropiada en este trabajo.

FINANCIACIÓN

Este trabajo ha sido realizado con la Beca de Excelencia para la formación de personal investigador de la Universidad Internacional de La Rioja.

DECLARACIÓN DE CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Rosalía López Fernández: Conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, redacción – borrador original, Redacción – revisión y edición.

REFERENCIAS

- Achotegui, Joseba (2019). Migrants living in very hard situations: Extreme migratory mourning (The Ulysses Syndrome). *Psychoanalytic Dialogues*, 29(3), pp. 252-268. <https://doi.org/10.1080/10481885.2019.1614826>
- Ahmed, Sara (2015). *La política cultural de las emociones*. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Anderson, Bridget (2000). *Doing the dirty work?: The global politics of domestic labour*. Zed Books.

- Arango Gaviria, Luz Gabriela (2011). El trabajo de cuidado: ¿servidumbre, profesión o ingeniería emocional? En *El trabajo y la ética del cuidado* (pp. 91–109). La Carreta Editores.
- Ariza, Marina (2016). Tonalidades emocionales en la experiencia de la migración laboral. Humillación y degradación social. En M. Ariza (ed.), *Emociones, afectos y sociología. Diálogos desde la investigación social y la interdisciplina* (pp. 279–325). UNAM. Instituto de Investigaciones Sociales.
- Baldassar, Loretta (2008). Missing kin and longing to be together: Emotions and the construction of co-presence in transnational relationships. *Journal of Intercultural Studies*, 29(3), pp. 247–266. <https://doi.org/10.1080/07256860802169196>
- Baldassar, Loretta, Ferrero, Laura y Portis, Lucía (2017). ‘More like a daughter than an employee’: the kinning process between migrant care workers, elderly care receivers and their extended families. *Identities*, 24(5), pp. 524–541. <https://doi.org/10.1080/1070289X.2017.1345544>
- Barbalet, Jack M. (1998). Emotion in social life and social theory. En *Emotion, social theory, and social structure. A macrosociological approach* (pp. 8–28). Cambridge University Press.
- Bericat Alastuey, Eduardo (2000). La sociología de la emoción y la emoción en la sociología. *Papers. Revista de Sociología*, 62, pp. 145–176. <https://doi.org/10.5565/rev/papers/v62n0.1070>
- Berlant, Lauren (2020). *Optimismo cruel*. Caja Negra Editora.
- Boccagni, Paolo (2017). At home in home care? Contents and boundaries of the ‘domestic’ among immigrant live-in workers in Italy. *Housing Studies*, 33(5), pp. 813–831. <https://doi.org/10.1080/02673037.2017.1367366>
- Butler, Judith (1999). *Gender trouble. Feminism and the subversion of identity*. Routledge.
- Butler, Judith (2002). *Cuerpos que importan. Sobre los límites materiales y discursivos del “sexo”*. Paidós.
- Butler, Judith (2006). *Vida precaria: el poder del duelo y la violencia*. Paidós.
- Canevaro, Santiago (2020). *Como de la familia. Afecto y desigualdad en el empleo doméstico*. Editorial Prometeo.
- Charmaz, Kathy (2006). *Constructing grounded theory. A practical guide through qualitative analysis*. SAGE Publications.
- Charmaz, Kathy (2008). Constructionism and the grounded theory method. En J. F. Holstein y J. F. Gubrium (eds.), *Handbook of constructionist research* (pp. 397–412). The Guilford Press.
- Charmaz, Kathy (2009). Shifting the grounds. constructivist grounded theory methods. En J. M. Morse, P. N. Stern, J. Corbin, B. Bowers, K. Charmaz y A. Clarke (eds.), *Developing grounded theory the second generation* (pp. 127–154). Left Coast Press.
- Code, Lorraine (1991). *What can she know? Feminist theory and the construction of knowledge*. Cornell University Press. <https://doi.org/10.7591/9781501735738>
- Cojocar, Olga (2021). “In the back of my mind, time always ticks one hour forward”: The transnational temporalities of Moldovan domestic workers in Italy. *Population, Space and Place*, 27(5). <https://doi.org/10.1002/psp.2406>
- Cvetkovich, Ann (2018). *Un archivo de sentimientos. Trauma, sexualidad y culturas públicas lesbianas*. Ediciones Bellaterra.
- Fusaro, Diego (2022). *Odio la resiliencia. Contra la mística del aguante*. El Viejo Topo.
- Glaser, Barney G. y Strauss, Anselm L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Aldine Transaction.
- Glenn, Evelyn N. (2010). *Forced to care. Coercion and caregiving in America*. Harvard University Press.
- González Calvo, Valentín (2005). El duelo migratorio. *Revista Trabajo Social*, 7, pp. 77–97.
- Guillaumin, Colette (2005). Práctica del poder e idea de naturaleza. En O. Curiel, J. Falquet y P. Tabet (eds.), *El patriarcado al desnudo: Tres feministas materialistas: Colette Guillaumin, Paola Tabet, Nicole Claude Mathieu* (pp. 19–56). Brecha Lésbica.
- Gutiérrez-Rodríguez, Encarnación (2010). *Migration, domestic work and affect. A decolonial approach on value and the feminization of labor*. Routledge.
- Harding, Sandra (1991). *Whose science? Whose knowledge? Thinking from women’s lives*. Cornell University Press.
- Hirai, Shinji (2014). La nostalgia. Emociones y significados en la migración transnacional. *Nueva Antropología*, XXVII(81), pp. 77–94.
- Hochschild, Arlie R. (1979). Emotion work, feeling rules, and social structure. *American journal of sociology*, 85(3), pp. 551–575. <https://doi.org/10.1086/227049>
- Husserl, Edmund (2002). *Lecciones de fenomenología de la conciencia interna del tiempo*. Editorial Trotta.
- Illouz, Eva (2007). *Intimidaciones congeladas. Las emociones en el capitalismo*. Katz Editores.
- Klakla, Jan B. y Kulesa, Agnieszka (2025). Beyond vulnerability: Resilience and empowerment of migrant domestic workers in Poland. *Culture & Society*, 69(2), pp. 31–53. <https://doi.org/10.35757/KIS.2025.69.2.2>
- Lorenz, Daniel F. (2013). The diversity of resilience: Contributions from a social science perspective. *Natural Hazards*, 67, pp. 7–24. <https://doi.org/10.1007/s11069-010-9654-y>

- Lorenz, Daniel F. y Dittmer, Cordula (2016). Resilience in catastrophes, disasters and emergencies: Socio-scientific perspectives. En A. Maurer (ed.), *New perspectives on resilience in Socio-Economic spheres* (pp. 25-49). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-658-13328-3_3
- Merleau-Ponty, Maurice (2013). *Phenomenology of perception*. Routledge.
- Nussbaum, Martha (2008). *Paisajes del pensamiento: La inteligencia de las emociones*. Paidós.
- Olsson, Lennart, Jerneck, Anne, Thoren, Henrik, Persson, Johannes y O'Byrne, David (2015). Why resilience is unappealing to social science: Theoretical and empirical investigations of the scientific use of resilience. *Science Advances*, 1(4), pp. 1-11. <https://doi.org/10.1126/sciadv.1400217>
- Paperman, Patricia (2019). *Cuidado y sentimientos*. Fundación Medifé Edita.
- Salazar Parreñas, Rhacel (2001). Mothering from a distance: Emotions, gender, and intergenerational relations in Filipino transnational families. *Feminist studies*, 27(2), pp. 361-390. <https://doi.org/10.2307/3178765>
- Salazar Parreñas, Rhacel (2015). *Servants of globalization. Migration and domestic work* (2ª ed.). Stanford University Press.
- Sorj, Bila (2013). Arenas de cuidado nas interseções entre gênero e classe social no Brasil. *Cadernos de Pesquisa*, 43(149), pp. 478-491.
- Tronto, Joan C. (1993). *Moral boundaries. A political argument for an ethic of care*. Routledge.
- Tronto, Joan C. (2011). Privatizing neo-colonialism: Migrant domestic care workers, partial citizenship and responsibility. En H. M. Dahl, M. Keränen y A. Kovalainen (eds.), *Europeanization, care and gender. Global complexities* (pp. 165-181). Palgrave MacMillan.
- van der Ham, Alida J., Ujano-Batangan, Maria Theresa, Ignacio, Raquel y Wolffers, Ivan (2014). Toward healthy migration: An exploratory study on the resilience of migrant domestic workers from the Philippines. *Transcultural Psychiatry*, 51(4), pp. 545-568. <https://doi.org/10.1177/1363461514539028>
- Zhong, Li, Huang, Vincent y Guo, Steve (2022). Mobile phone paradox: A two-path model connecting mobile phone use and feeling of loneliness for Filipino domestic workers in Hong Kong. *Mobile Media & Communication*, 10(3), pp. 448-467. <https://doi.org/10.1177/20501579221077525>