

## EDITORIAL

*CuidArte* toca nuevamente las puertas de las personas e instituciones interesadas en el tema de los cuidados, desde la perspectiva familiar, de género y de derechos e interseccional. Su importancia se refuerza a tenor del intercambio suscitado en torno al nuevo Código de las Familias. La presente edición recorre cuestiones cruciales vinculadas a las principales líneas que van marcando el debate académico y político.

Tal es la senda que abre la sección *Familias y Cuidados*, presentando un artículo sobre el contrato de alimentos para la protección de los derechos de las personas adultas mayores y sus cuidadores/as. Podrá actualizarse en el apartado "Novedades", donde se colocan tres nuevas publicaciones que tienen en común el fundamento académico y cómo interpelan a las políticas públicas. Además, damos a conocer fechas y variadas noticias.

La sección *Con los ojos del Alma*, se enfoca en el espacio de diálogo "Buzón de las familias" que aborda la interrogante: ¿Puedo solicitar ayuda? y nuestro equipo jurídico responde.

*En compañía* es la sección que incluye aspectos psicológicos vinculados a los cuidados y ofrece una guía de orientación a cuidadores/as, así como recomendaciones para ejercitar las funciones cognitivas desde casa.

Las respuestas a interrogantes sobre los derechos en el ámbito de las relaciones familiares y los cuidados, las podrá encontrar en la sección *Legislando los cuidados*, que esta vez se une a las reflexiones sociojurídicas de cara al nuevo Código de las Familias.

La sección *Aprendiendo sobre familias*, entrega categorías y conceptos básicos para desarrollar los cuidados y los autocuidados. Finalmente, en un Suplemento Especial, se compartirán reflexiones de la Dra. C. Mayda Álvarez sobre el Código de las Familias. ¡Contamos con usted para el tránsito progresivo hacia una sociedad de los cuidados!

Dra.C. Rosa Campoalegre Septien  
Coordinadora General del Boletín



“ Yo sé que tú  
sabes cuidar,  
hazlo conmigo ”

### Vea en este número el SUPLEMENTO ESPECIAL

Entrevista realizada a la Dr. C. Mayda Álvarez Suárez,  
coordinadora del Centro de Estudios de la Mujer

En las páginas 13 y 14

NUEVO CÓDIGO  
DE LAS FAMILIAS



### CONTACTOS

**Dirección:** Calle B #352, esq. a 15,  
Vedado, Plaza de la Revolución,  
La Habana, Cuba. C.P. 10400

**Teléfono:** (+53) 7 830 1451  
(+53) 7 830 6674

**Correo:** boletin cuidarte@cips.cu

## Una mirada al contrato de alimentos como alternativa para la protección de los derechos de las personas adultas mayores y sus cuidadores/as

### **Autora:**

Dra. C. Anabel Puentes Gómez

Doctora en Ciencias Jurídicas, Máster en Derecho Civil, Fiscal Provincial de La Habana (2013-2014), profesora Auxiliar de Derecho Civil y de Familia, Becaria de la Universidad de Innsbruck, Austria (2018).

Disertante en eventos nacionales e internacionales de Derecho de Personas, Derecho de Contratos y Familia. Ha publicado artículos en revistas jurídicas de varios países.

Entre los principales proyectos de investigación en los que participa se destacan: Protección a las personas con discapacidad y Retos del Derecho Civil ante el envejecimiento poblacional.

La protección de los derechos de las personas mayores y sus cuidadores/as en los últimos años ha sido una prioridad en las agendas de los gobiernos, dados los altos índices de envejecimiento poblacional y la necesidad creciente de apoyos y asistencia a estas personas. La trascendencia que ello tiene en el ámbito normativo en los diferentes países se ha hecho aún más significativa con las legislaciones que en el área internacional y regional se han establecido.

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de 2006, vino inicialmente a brindar un giro en las miradas sobre la capacidad jurídica, la autonomía y el cambio de la sustitución por los apoyos en el actuar de las personas en situaciones de discapacidad (ONU, 2006). Por otra parte, la Convención Interamericana sobre protección de los Derechos Humanos a los adultos mayores, también trajo consigo una incidencia normativa de valor en cuanto a la necesidad de implementar mecanismos que propicien la autonomía, el bienestar psicosocial y el aumento de la calidad de vida de las personas mayores de 60 años (ONU, 2014).

Múltiples son los esfuerzos gubernativos en Cuba que se suman a la protección de las familias en situación de vulnerabilidad desde las políticas públicas. La Constitución de la República en su artículo 88 afirmó la voluntad cubana en la protección de los derechos de los ancianos y las ancianas. Garantizar la autonomía es primordial en el respaldo a estas personas; por ello, la necesidad de que se conozcan los mecanismos de autoprotección jurídica donde la persona es la que planifica y ordena sus situaciones presentes y/o futuras de dependencia; herramientas que se encuentran en estrecho vínculo con las pretensiones gubernativas, los paradigmas internacionales de protección a este grupo etéreo y las políticas de cuidados que al respecto se implementan [Asamblea Nacional del Poder Popular (2019)].

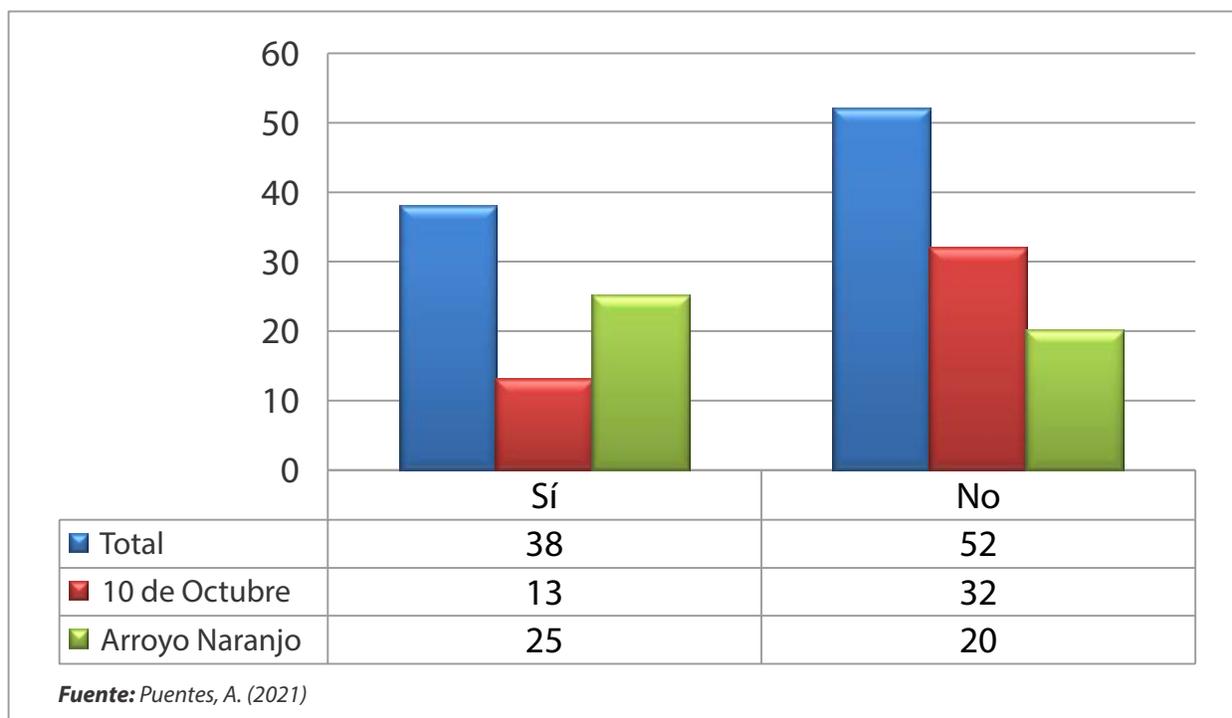
Los mecanismos de autoprotección jurídica surgen ante la necesidad de que cada individuo elija por su protección tanto personal como de sus bienes ante situaciones de discapacidad o dependencia en la que pudiera encontrarse. El desconocimiento de estas alternativas jurídicas provoca que adultos y adultas mayores se despojen de sus bienes, se encuentren en residencias que no desean, sean cuidados por personas que nunca eligieron, entre otras situaciones que atentan contra su bienestar personal y social.

El bienestar se constituye como un concepto multidimensional que alcanza componentes tanto objetivos como subjetivos, de tal manera que su evaluación incluye tres dimensiones básicas como: el funcionamiento psicológico, el funcionamiento social y el físico; sin dejar de tener en cuenta los elementos subjetivos y la percepción de las personas sobre estas dimensiones (Meléndez, J. C. et al., 2008). Por otra parte, es importante conocer que la autonomía representa el

FAMILIAS Y CUIDADOS

Artículo Científico

factor con mayor valor predictivo relacionado al bienestar personal en los ancianos y ancianas. Ello debe ser interpretado en autonomía personal y patrimonial (Carmona, S. E., 2009). De esta forma, lograr que las personas adultas mayores reglamenten las pautas en torno a su protección es crucial, y para ello ha de incidir notablemente el conocimiento que los mismos tengan respecto a las alternativas existentes para su autorregulación. En una encuesta realizada a adultos mayores de dos municipios de la capital, se refleja el escaso conocimiento que tienen sobre los mecanismos y oportunidades que existen, desde el ámbito jurídico, para la protección de sus derechos.



El contrato de alimentos se define como un mecanismo de autoprotección jurídica de carácter asistencial, donde una persona transmite un bien o bienes a cambio de que otra le proporcione cuidados hasta su fallecimiento. Asistencia que implica la satisfacción de las necesidades vitales y de bienestar en correspondencia con las preferencias e intereses de la persona cuidada. Comprende así de forma básica los gastos de todo tipo relativos a medicinas y gastos hospitalarios, los alimentos cotidianos, ayudas económicas, actividades de esparcimiento y recreación, vestido, compañía y afectividad. Este negocio deviene en un mecanismo protector tanto para la persona que precisa asistencia como para el cuidador o cuidadora, ya que de producirse el incumplimiento de alguno de los requerimientos de cuidado, ello conllevaría a la recuperación del bien para la persona dependiente y la restitución de lo devengado al cuidador/a.

Es un negocio de posible aplicación en la realidad cubana, que puede instrumentarse ante notario/a para garantizar la asesoría del funcionario/ público/a y la inscripción registral cuando sea un inmueble el que se transmita a cambio de cuidados.

Por otra parte, el déficit habitacional por falta de disponibilidad de viviendas en Cuba, el incentivo de poseer un bien en propiedad una vez que se produzca el deceso y bajo el cometido del cabal cumplimiento de los cuidados, se muestra como un respaldo económico y una garantía de propiedad a considerar para los/las cuidadores y cuidadoras informales.

Resulta interesante el análisis del número de cuidadores y cuidadoras informales, aun cónyuges, familiares consanguíneos y afines que asisten sin retribución económica durante años, donde los bienes de la persona a la que cuidan, una vez que esta fallece, pasan a manos de herederos/as que nunca aportaron de forma intencionada a los cuidados. En estos casos queda invisibilizado nuevamente el trabajo de cuidados, fundamentalmente en el ámbito familiar. Optar por esta alternativa privada no demerita la familiaridad, afectividad y voluntariedad del acto de cuidar, pues constituye un contrato basado en la confianza y relación íntima preexistente entre los sujetos, que de alguna manera se retribuye con prestaciones económicas y/o garantías de propiedades futuras.

El conocimiento de esta alternativa es medular, y evita que personas que disponen de un patrimonio lo tengan inmovilizado, deteriorado y no sea rentable, por no contar con mecanismos jurídicos o correcta asesoría para utilizar sus bienes según sus voluntades y preferencias. La solución no ha de encontrarse en acudir a negocios como el testamento (que puede ser revocado y perjudicar al cuidador/a) o la donación (que despoja en vida al sujeto dependiente de sus bienes) para obtener cuidados y compañía sin las correspondientes garantías o seguridad jurídica tanto para la persona en situación de dependencia como para el cuidador o cuidadora<sup>1</sup>.

En general, el contrato de alimentos busca ampliar las posibilidades para que las personas con determinados bienes, de cualquier tipo, aunque sean escasos, puedan acudir a una modalidad contractual que les permita ceder parte de su patrimonio a cambio de recibir prestaciones vitalicias que le brinden cuidado según sus voluntades y preferencias.

Los avances sociales en la protección a cuidadores/as y a la vejez, demandan la articulación de diversidad de mecanismos para incentivar el autogobierno. Las ideas en relación a que los ancianos o ancianas no son capaces para tomar decisiones en torno a su futuro y disponer de sus bienes con racionalidad, ha de ser desterrada en la sociedad que se construye a partir de la positiva consigna "todos los derechos para todas las personas". Al mismo tiempo, los retos en relación con los derechos de los cuidadores/as y el equilibrio con la protección a personas vulnerables, exigen propuestas efectivas para la vida cotidiana que articulen retribución al cuidado, autodeterminación y soluciones asistenciales desde el financiamiento privado, en total congruencia con las políticas públicas. Por otra parte, los desafíos respecto a la tutela de los derechos de las personas adultas mayores y quienes les asisten desde el ámbito familiar, muestran la necesidad de una heteroregulación, es decir, una multiplicidad de alternativas que garanticen la protección integral, el bienestar, la dignidad y la autonomía, no basta para ello la utilización de un único mecanismo.

<sup>1</sup> Un estudio empírico realizado por la autora demuestra que los adultos mayores no poseen conocimiento completo sobre las alternativas jurídicas que pudieran beneficiarle para la planificación de su situación de dependencia. El 58 % de las personas encuestadas, refieren desconocer los mecanismos para su protección, mientras que de las que lo conocen, el 72 % opina que resultan insuficientes. De igual manera, ante la pregunta de la vía a utilizar para la transmisión de un bien a cambio de cuidados, el 76 % de los/as adultos/as mayores respondió que utilizaría el testamento, el 19 % la donación y solo un 5 % el contrato de alimentos, mostrándose un predominio en la elección del tradicional negocio testamentario.

#### Referencias bibliográficas

- Asamblea General de las Naciones Unidas (2006). *Convención de los derechos de las personas con discapacidad*. <http://buenosaires.gob.ar>
- Asamblea General de las Naciones Unidas (2014). *Convención interamericana sobre protección de los Derechos Humanos a los adultos mayores*. <http://argentina.gob.ar>
- Asamblea Nacional del Poder Popular (2019). *Constitución de la República de Cuba*. Gaceta Oficial.
- Carmona, S. E. (2009). El bienestar personal en el envejecimiento. *Iberoforum*, 4(7), 48-65. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=211014858003>
- Meléndez, J. C., Tomás, J. M. y Navarro, E. (2008). Análisis del bienestar en la vejez según la edad. *Revista Española de Geriatria Gerontológica*, 43(2) 90-95. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-analisis-del-bienestar-vejez-segun-S0211139X08711612>

## FAMILIAS Y CUIDADOS

## Novedades



### PUBLICACIONES RECIENTES EN LA WEB

Una invitación a nuevos diálogos y re/des/aprendizajes



#### Políticas del cuidado

*Karina Batthyány*

Se reconoce que el “cuidotoriado” refleja un cambio teórico, porque con él se aspira al reconocimiento del cuidado y, especialmente, de las y los cuidadores, como una categoría social y política emergente en las sociedades desarrolladas, la que está destinada a jugar un papel de importancia similar al que en otras épocas históricas jugaron el campesinado y el proletariado. Hay que insistir en que las relaciones entre cuidadores y cuidados no representan un asunto individual, sino que forman parte de un proceso estructural en el que participan el Estado, el mercado y el voluntariado.

Disponible en: [www.clacso.org.ar](http://www.clacso.org.ar)



### CALENDARIO

Más allá de las fechas

#### 24 de julio:

Día Internacional del Autocuidado, fue elegida la fecha 24/7, por ser abreviatura de “24 horas al día, 7 días a la semana”, porque la salud es fundamental y debe ser atendida sin interrupción. El autocuidado es una práctica estimulada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) que se refiere a una actitud activa y responsable respecto a la calidad de vida.

#### 26 de julio:

Día de l@s Abuel@s, fecha de origen cristiano que se ha estandarizado gracias a la cultura digital. Según el calendario católico se celebra por la onomástica de San Joaquín y Santa Ana, padres de la Virgen María y abuelos de Jesucristo. Los abuelos y las abuelas ejercen un rol fundamental en las familias, a través de la transmisión de valores a las nuevas generaciones.

#### 1 de octubre:

Día Internacional de las Personas de Edad, celebración reconocida por la ONU desde 1991. Tiene como objetivo promover políticas y programas públicos centrados en las personas de la tercera edad. Además, busca sensibilizar sobre la importancia de erradicar los prejuicios que todavía persisten sobre este grupo etario.

#### 5 de noviembre:

Día del/la Cuidador/a, fecha que se celebró por primera vez en 2014 por la Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología. Entre sus objetivos se destaca reconocer la labor de todas las personas que se dedican, de una manera profesional o informal, al cuidado de otros/as.



#### El trabajo de cuidados desde la perspectiva familiar en diálogo con las políticas públicas (GESF)

*Colectivo de autores/as*

Propone un Programa para la Atención al Trabajo de Cuidados desde la perspectiva familiar. La visión del trabajo de cuidados como una categoría de alta diversidad, marcada por las desigualdades sociales de clase y grupo, género, generación, color de la piel, etnia y territorio y su reconocimiento como categoría compleja que abarca intenciones, acciones, actores y resultados, son algunos de los resultados que presenta la publicación.

Disponible en: [www.cips.cu](http://www.cips.cu)



#### Cuidados en América Latina y el Caribe en tiempos de COVID – 19. Hacia sistemas integrales para fortalecer la respuesta y la recuperación

*ONU Mujeres (CEPAL)*

Se fundamenta la relevancia que tienen los cuidados para las sociedades, caracteriza la situación actual de los cuidados en la región y describe los impactos generados por la crisis sanitaria.

Disponible en: [www.cepal.org/es/publicaciones/](http://www.cepal.org/es/publicaciones/)

FAMILIAS Y CUIDADOS

Novedades



NOTICIAS SOBRE CUIDADOS

Recorrer fronteras y aunar voces

CONGRESO INTERNACIONAL  
CUIDADOS Y CORRESPONSABILIDAD DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO Y LA INTERSECCIONALIDAD

Inscripción  
<https://bit.ly/3Cinl6s>

AGOSTO  
11-12-13  
Transmisión en vivo

Dirigido a:  
Organismos internacionales y regionales  
Políticos, legislativos, ejecutivos y académicos  
Instituciones públicas y privadas  
Organizaciones de la sociedad civil  
Activistas de los derechos humanos de las mujeres y publicaciones en condición de vulnerabilidad.

Organizaciones participantes:  
Justicia y Género, ONU MUJERES, OEA CIM, OXFAM

El Congreso Internacional sobre Cuidados y Corresponsabilidad desde la perspectiva de género y la interseccionalidad fue celebrado entre el 11 y el 13 de agosto pasado. Coordinado por la Fundación de Justicia y Género, ONU Mujeres, Comisión Interamericana de Mujeres y Oxfam; el encuentro virtual -dada las presentes condiciones epidemiológicas- resultó ser un gran espacio para enriquecer saberes. Entre la diversidad de panelistas se pudieron observar herramientas de trabajo para seguir impulsando las buenas prácticas de cuidados desde la corresponsabilidad, el autocuidado, la perspectiva de género, el cuidado integral y otros. Así lo reflejaron desde Cuba, la representación que participó de la Red Cubana de Estudios sobre Cuidados; integrantes que sin duda son la prueba de los avances alcanzados en nuestro país sobre el tema cuidados y que dejaron marcadas, magistralmente, rutas a seguir.

REDSEMLAC-CUBA.NET

#VIDAS sin VIOLENCIAS

Según cifras de la Oficina Nacional de Estadísticas e Información (ONEI), en Cuba

- de 20.8% de la población tiene 60 años y más
- y el 15% de las personas mayores viven solas.

El maltrato tiene un espectro amplio que va desde la agresión física y/o verbal, que es explícita, hasta la sobreprotección y la subdimensionamiento del cuidado.

MALTRATO HACIA LAS PERSONAS DE MÁS DE 60 AÑOS

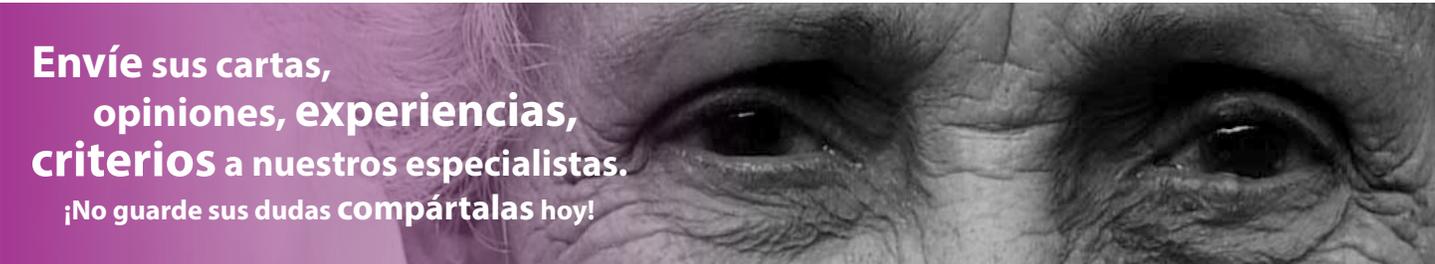
SEMIac-Cuba desde su espacio de Comunicación para la equidad en la red social Facebook, ha compartido el 11 de agosto de 2021 una serie de noticias que advierten sobre los agravamientos en la desigualdad, discriminación y las crecientes vulnerabilidades hacia las personas mayores que se han venido profundizando en el escenario de la crisis sanitaria global generada por la COVID - 19. El llamado se hace a la necesidad de identificar y seguir desmontando estereotipos que traen la narrativa del “edadismo” o el “viejismo” dado que afectan el envejecimiento saludable, autónomo y sostenible. El “edadismo” no se refiere solo al intercambio entre sujetos sociales a nivel interpersonal, se da también a nivel institucional mediante leyes, normas sociales, políticas y prácticas que limitan a la población en razón de su edad. Así mismo, el espacio virtual comparte algunas pistas muy interesantes para evitar el maltrato al comunicarse con una persona mayor.



“Sobre las mujeres recae, por ejemplo, en este tiempo de pandemia, la sobrevivencia de la sociedad, no solo en lo que aportamos cada una de nosotras en la trinchera que nos toca, sino además en la retaguardia, los cuidados de la vida cotidiana de este país que es sumamente difícil”, estas fueron parte de las palabras de la Dra. C. Clotilde Proveyer pronunciadas durante un encuentro con el Presidente Miguel Díaz-Canel Bermúdez en la sede de la FMC en La Habana, el 12 de agosto de 2021. Intercambio fructuoso donde se reconoció la importancia de la mirada sobre el tema y estudio de los cuidados y sus efectos en la población, en las mujeres principalmente y a nivel nacional. Al respecto, Dagmar García, una de las creadoras de la vacuna Soberana, manifestó “entre los desafíos actuales, Cuba tiene el cuidado de los adultos mayores que recae sobre muchas mujeres científicas en plenitud laboral”.

## CON LOS OJOS DEL ALMA

## Espacio de diálogo



**Envíe sus cartas,  
opiniones, experiencias,  
criterios a nuestros especialistas.**  
¡No guarde sus dudas compártalas hoy!

### ¿Puedo solicitar ayuda?

Ofrecemos respuesta a la carta enviada por Carmen Sánchez, ciudadana cubana, jubilada, de 72 años de edad y vecina del municipio Plaza de la Revolución.

En su relato señala que vive en compañía de su única hija, de 42 años, la que padece de serios problemas de salud que le han provocado en los últimos años crecientes limitaciones físicas. Carmen realizó por un tiempo trabajos como costurera con cuya retribución podía elevar sus ingresos, tarea que tuvo que abandonar como consecuencia de los requerimientos de los cuidados que provee a su hija.

Conocedora de su situación, una de sus vecinas le sugirió escribir la misiva que hizo llegar a esta sección, a fin de esclarecer su duda.

### Nuestra respuesta:

La Constitución de la República de Cuba, proclamada en Sesión Extraordinaria de la Asamblea Nacional del Poder Popular el 10 de abril de 2019, establece en el artículo 70 que:

El Estado mediante la asistencia social, protege a las personas sin recurso ni amparo, no aptas para trabajar, que carezcan de familiares en condiciones de prestarle ayuda; y a las familias que debido a la insuficiencia de los ingresos que perciben así lo requieran, de conformidad con la ley (p.5).

El artículo 108 de la Ley 105 de "Ley de Seguridad Social", establece en los incisos del "a-h" quiénes son las personas que pueden estar protegidas por el régimen de asistencia social. Se señala en el inciso "h" que podrán serlo, además: "otras personas que, sin estar comprendidas en los incisos anteriores, requieran de asistencia social" (p.26).

El artículo 109 establece que: "la protección de la asistencia social se concede mediante prestaciones monetarias, especies y servicios" (p.26).

Según lo establecido legalmente, cabe entender que la voluntad del Estado cubano es proteger a todas las personas que lo necesitan. En este sentido, le recomendamos a la remitente que solicite, a través de la Dirección Municipal de Trabajo del municipio donde reside, que se analice su situación y seguros estamos que contará con la debida orientación de los/as trabajadores/as sociales y funcionarios/as de la citada Dirección y también el apoyo que se le pueda conceder según sus necesidades. Por nuestra parte, estaremos atentos/as a usted para ofrecerle nuestra colaboración.

#### Referencias bibliográficas

Asamblea Nacional del Poder Popular (2019). *Constitución de la República de Cuba*. Gaceta Oficial. <https://www.granma-cu/gaceta>  
Asamblea Nacional del Poder Popular (2008). *Ley No. 105 de Seguridad Social*. <https://www.minjus.gob.cu>

## Breve guía de orientación psicológica para los cuidadores y las cuidadoras

El trabajo de cuidados se realiza todos los días en múltiples formas y por distintas personas. Se reconoce el cuidado formal, brindado por profesionales y el informal, desarrollado por miembros de la red social del receptor o la receptora de los cuidados, que generalmente asume una mujer de la familia.

Las investigaciones cada vez más apuntan a considerar este trabajo en su complejidad e interseccionalidad. También aparece el dilema de la crisis de los cuidados, ¿quién cuida a quién y cómo? Este espacio pretende ser una breve guía para que cuidadores y cuidadoras reflexionen sobre esas interrogantes.

### ¿Quién cuida?

Ante esta pregunta se revela ese rol tan importante para la mantención de las tareas de cuidado en nuestra sociedad, que implican sobre todo el cuidado de niños, niñas, adultos/as mayores y personas dependientes reconocidas por la sociedad como las "más necesitadas de cuidados". Sin embargo, todos/as a lo largo de la vida necesitamos de cuidados en mayor o menor medida y los/as cuidadores/as no están exentos de estas necesidades.

### ¿Cómo se cuida?

Los cuidados de calidad son un tema fundamental en este sentido. Para un desempeño efectivo del rol de cuidador/a es necesario reconocer y ser capaz de satisfacer las necesidades de esa otra persona necesitada de ayuda, pero también tener la capacidad de mantener el equilibrio emocional que permita ser una compañía positiva.

Después de estas breves reflexiones podemos entonces compartir algunas orientaciones específicas a tener en cuenta a la hora de asumir el trabajo de cuidado:

## 5 Recomendaciones de nuestras especialistas para los cuidadores y las cuidadoras.

- 1 Mantener un espacio personal del cuidador/a para realizar actividades recreativas y momentos de descanso, contribuye al equilibrio emocional que se comentaba anteriormente.
- 2 La persona que cuida debe conocer las características y necesidades de la persona cuidada, edad, enfermedades que pueda presentar, entre otras características.
- 3 El cuidador/a debe respetar siempre los derechos de la persona a la que brinda cuidados y mantener una relación donde las necesidades de ambos tengan espacio de satisfacción.
- 4 Practicar la corresponsabilidad, es decir, si existen otras personas que pueden contribuir con las disímiles tareas de cuidado, hacerlas partícipes.
- 5 El síndrome del cuidador es una alteración psicológica caracterizada por: tristeza, cansancio, irritabilidad, alteración del sueño, aislamiento social, entre otras. Ante estas manifestaciones debe acudir a un especialista.

## Cómo ejercitar las funciones cognitivas en las personas mayores desde casa

La estimulación de las funciones cognitivas contribuye a elevar la calidad de vida de las personas mayores. Durante el proceso de envejecimiento se manifiestan enfermedades que repercuten en el estado de cognición, riesgo que aumenta cuando las condiciones ambientales son poco estimulantes. En este sentido se recomienda

aprender a ejercitarlas, también, durante esta etapa de la vida.

Pero, ¿qué entendemos por funciones cognitivas? Son aquellas acciones u operaciones mentales que permiten el conocimiento y la interacción con las personas que nos rodean. A partir de ellas, el ser humano puede adaptarse al medio y ser capaz de desarrollar estrategias, planificar el futuro y eva-

luar sus consecuencias. Comprende procesos como la atención, memoria, comprensión, orientación temporal, espacial, entre otras.

Existen factores que determinan un adecuado funcionamiento cognitivo como la actividad física, la dieta y una buena relación sueño-descanso; pero requieren una base educativa que nos permita ejercitar estas funciones.

### 10 tareas sencillas para ejercitar las funciones cognitivas desde casa y en compañía de su familia.

- 1 Elaborar de memoria, una lista de objetos de un espacio de la casa y luego comprobar visualmente cuál olvidó.
- 2 Realizar crucigramas, sopas de palabras, sudokus u otros, en los que la mente se esfuerce por resolver determinadas situaciones.
- 3 Asociar mentalmente rostros de familiares y amigos con números de teléfono o fechas; o relacionar palabras con letras de canciones.
- 4 Escribir o compartir con la familia y amistades, las anécdotas que recuerde de años anteriores de su vida.
- 5 Leer libros o revistas, ver películas, telenovelas o series de su interés y luego escribir o comentar lo que ha leído o visto.
- 6 Resolver mentalmente cálculos sencillos como ordenar números de mayor a menor; sumar, restar de 2 en 2... y verbalizar el resultado.
- 7 Deletrear palabras al revés; por ejemplo, MUNDO (O-D-N-U-M).
- 8 Observar objetos que estén a su alrededor y nombrarlos; por ejemplo, televisor, escaparate, cocina.
- 9 Responder a un familiar preguntas que lo ubiquen temporal y espacialmente; por ejemplo: ¿Qué día de la semana es hoy?
- 10 Tararear letras de canciones y verbalizar poesías.



**PRÓXIMOS TEMAS**

Cuidado infantil durante el periodo de pandemia. Experiencias educativas en las familias.

El trabajo de cuidados y su impacto en la salud mental.

## LEGISLANDO LOS CUIDADOS

## Orientación jurídica

## La Constitución y hacia un nuevo Código de las Familias

En el camino que nos acerca al nuevo Código de las Familias, es oportuno destacar el valor que nuestro Estado concede al derecho de las personas a fundar una familia, su reconocimiento y protección cualquiera sea su forma de organización como célula fundamental de la sociedad<sup>1</sup>. Reflexionemos cómo se articula el nuevo Código con la Constitución.



En el Capítulo III de la Constitución de la República de Cuba, promulgada el 10 de abril de 2019, denominado "Las Familias", se revela el valor en el plano de derechos que se concede a las distintas construcciones y estructuras familiares cualquiera sea su naturaleza. "Sigo la idea de que las familias son para siempre y nos identifican como seres humanos, cualquiera sea el modelo o construcción familiar a la que pertenezcamos o construyamos" (Pérez, L., 2020).

Sobre la institución social y jurídica del matrimonio, el artículo 82 lo reconoce como una de las formas de organización de las familias indicando el legislador que se funda en el libre consentimiento y en la igualdad de derechos, obligaciones y capacidades de los cónyuges. Este artículo constitucional sirve de puerta además para el reconocimiento de la unión estable y singular, con aptitud legal, que forme de hecho un proyecto de vida en común.

## Referencias bibliográficas

Asamblea Nacional del Poder Popular (2019). *Constitución de la República de Cuba*. Gaceta Oficial. <https://www.granma-cu/gaceta>

Pérez, L. (2020). Las Familias en la Constitución cubana de 2019: Especial referencia al matrimonio y a la unión de hecho. *Scielo*, (289). <http://www.scielo.sld.cu>

La igualdad de derechos de todos/as los/as hijos/as y la prohibición de toda calificación sobre la naturaleza de su filiación es contenido del artículo 83, mientras que el artículo 84 se refiere a la protección de la maternidad y la paternidad, sobre la que, como logro de justicia de género, se reconocen las responsabilidades de ambos progenitores y las funciones esenciales en la educación y formación integral de sus descendientes, bajo valores en correspondencia con la vida de nuestra sociedad socialista.

Uno de los grandes desafíos a los que se enfrenta actualmente la sociedad cubana es el envejecimiento poblacional. Con respecto a este fenómeno, el artículo 88 expresa las obligaciones del Estado, la sociedad y las familias, según lo que a cada uno corresponde en la protección, asistencia y facilitación de condiciones necesarias para elevar la calidad de vida de las personas adultas mayores y el respeto a su autodeterminación, garantía del ejercicio pleno de sus derechos, promoción de su integración y participación social.

Nuestra recomendación, antes de finalizar, es que continúen acercándose al capítulo de referencia contenido en la Ley Fundamental de la República. Vamos abriendo la puerta a una mayor inclusión y justicia reflejadas en el nuevo Código de las Familias, al que declaro desde ahora bienvenido.

<sup>1</sup> Constitución de la República de Cuba, artículo 81 (2019).



## PRÓXIMO TEMA

Los cuidados familiares como objeto de políticas públicas en Cuba, desde un enfoque de derechos. Contexto actual y retos futuros.

## APRENDIENDO SOBRE FAMILIAS

## Glosario

### La corresponsabilidad en las buenas prácticas sobre el cuidado

Volvemos a mirar sobre los temas asociados a las familias y los cuidados como parte de este recorrido que iniciamos en el encuentro anterior para ir aprendiendo en familia. En la primera edición estuvimos dialogando sobre los cuidados y el bienestar familiar desde la construcción teórica. En la entrega de hoy, nos estaremos acercando a un concepto fundamental relacionado con las buenas prácticas de cuidado, la corresponsabilidad.

La discusión sobre el trabajo de cuidados ha conducido a colocarlo como un problema de política pública al que deben responder los Estados. No se trata, por tanto, de un problema individual y privado que cada persona responde como puede y en función de los recursos de los que dispone, sino que se trata de un problema colectivo que requiere de respuestas colectivas y, por ende, sociales (Batthyány, 2015).

Es por ello, que deben articularse las políticas sociales especialmente en el ámbito cultural, laboral, fiscal y de salud, que faciliten el cuidado familiar, y que incorporen al adulto/a mayor y también al cuidador/a (Aja et al., 2014), desde una corresponsabilidad social.

**La corresponsabilidad se concibe como la responsabilidad directa de cada uno en tareas cotidianas necesarias con la equitativa participación de todos los miembros de la familia en el cumplimiento de sus obligaciones.**

Este concepto hace referencia a patrones comportamentales e interaccionales que intervienen en el reparto, la distribución y el consenso en torno a los roles y tareas familiares entre los miembros de las familias, comprende por tanto la percepción de un reparto justo de tareas, la actuación coordinada y la asunción

de responsabilidades de manera compartida y que implica no solamente su realización sino su organización y control (Maganto et al., 2010).

Variados son los aportes de estudios sobre corresponsabilidad, pero en general están encaminados a de/construir patrones sexistas presentes en las funciones familiares.

En el caso cubano en materia de corresponsabilidad, la Asamblea Nacional del Poder Popular (2019), en la Carta Magna de la República norma, en su Artículo 73 que, "El Estado, la sociedad y las familias tienen la obligación de proteger y asistir a los adultos mayores en lo que a cada uno corresponde y de promover su integración social" (p. 13).

Y es que aún, cuando para muchos las acciones de cuidado recaen sólo en las mujeres, para la realización de buenas prácticas en materia de cuidados deben integrarse las acciones de todos los miembros de las familias, sin distinción de género y las funciones gubernamentales, deconstruyendo la mirada de que esta es una acción sólo para féminas, por estar mejor dotadas de capacidades para el cuidado.

Cuidar implica amor, compromiso, sensibilidad, responsabilidad y ayuda mutua de todos/as; porque como mismo en algún momento de la vida nos cuidaron, nos toca a nosotros/as cuidar a los demás.

Fomentemos una cultura de corresponsabilidad desde los/as más pequeños/as de casa, hasta las generaciones longevas, así no sólo facilitamos las dinámicas familiares del hogar, sino aprendemos buenas maneras de hacer para vivir en familia.

#### Referencias bibliográficas

- Aja, A., Rodríguez, G., Martín, J. L., Benítez, M. E., Alfonso, A., Araujo, R., Lorenzo, O. (2014). *Propuesta de un enfoque estratégico para abordar el envejecimiento de la población* [informe de investigación]. CEDEM.
- Asamblea Nacional del Poder Popular (2019). *Constitución de la República de Cuba*. Gaceta Oficial.
- Batthyány, K. (2015). *Las políticas y el cuidado en América Latina. Una mirada a las experiencias regionales*. CEPAL.
- Maganto, J. M., Etxeberria, J., y Porcel, A. (2010) La corresponsabilidad entre los miembros de la familia, como factor de conciliación. *Educatio Siglo XXI*, 28 (1), 69-84. <https://revistas.um.es/educatio/article/view/109731>

## AL CIERRE



### PRÓXIMA EDICIÓN

*Cuidados y políticas públicas en Cuba* será el tema que se abordará en la próxima edición del boletín, para seguir aprendiendo en familia y sobre familias.



### CONVOCATORIA

Se convoca a investigadores/as y académicos/as que estudien el tema de los cuidados, a que envíen un artículo científico para publicar en próximos números del Boletín CuidArte. El Comité Editorial seleccionará aquellas propuestas que cumplan con los requisitos establecidos a continuación:

- Abordar las temáticas de familias y cuidados.
- Ser inéditos.
- Contar con una extensión máxima de 4 cuartillas, incluyendo las referencias bibliográficas.
- Enviar imágenes (fotos, gráficos y/o tablas) que sirvan de apoyo al texto del artículo. Ellas deben tener una resolución de 150 ppp y estar numeradas y tituladas. Se entregarán en archivo adjunto e indicará el lugar del texto donde se ubica.
- Emplear normas editoriales APA 7ma edición, con lenguaje libre de sesgos.

*Comité Editorial Cuidarte*



### ÚLTIMO MINUTO

Del 24 al 28 de Octubre sesionó, de manera online, la X Conferencia Iberoamericana sobre Familias. Con el título "Las familias contemporáneas frente a los desafíos de un cambio de época", representó un espacio idóneo para actualizar los temas de familia en el contexto iberoamericano. Las especialistas Rosa Campoalegre Septien, Teresa Orosa Fraiz y Mayda Álvarez Suárez, participaron en la mesa 6: "Modelos y discursos históricos de las políticas públicas para las familias". La Conferencia tuvo como propósito marcar el inicio de una nueva etapa en los procesos de construcción de conocimientos y de prácticas sociales desde y con las familias, en aras de una radicalidad crítica en lo epistémico, en las acciones, en lo ético y en lo político.

El Grupo de Estudios sobre Familia junto a otros/as investigadores/as del CIPS, desarrolla, desde octubre, el Proyecto "Casa Adentro: La transformación social del barrio El Fanguito". Surge así un programa de alta pertinencia social, atendiendo a la prioridad otorgada por el PCC y el Estado, al bienestar de la población, especialmente al mejoramiento de sus condiciones de vida y de trabajo. Entre los impactos del proyecto, se espera el desarrollo de alianzas multiactorales desde una concepción emancipadora y autonomía integral a nivel comunitario; el desarrollo de habilidades para la interacción social desde diversos ámbitos; la creación y funcionamiento de redes; la capacitación a líderes, lideresas y actores comunitarios claves y la dinamización de la base productiva y económica del barrio a través de la transformación social casa adentro.

#### **Comité Editorial:**

Dra. C. Rosa Campoalegre Septien  
M. Sc. Yanel Manreza Paret  
Dra. C. Felicitas López Sotolongo  
M. Sc. Geidy C. Hernández Iglesias

#### **Autoras/es:**

Dra. C. Rosa Campoalegre Septien  
Dra. C. Felicitas López Sotolongo  
Dra. C. Anabel Puentes Gómez  
M. Sc. Yanel Manreza Paret  
M. Sc. Odalys González Collazo

M. Sc. Yudelsy Barriel Díaz  
M. Sc. Geidy C. Hernández Iglesias  
Lic. Lorena Ávila Interián  
Lic. Ernesto Chávez Negrín  
Lic. Anisia Castro Morera

#### **Colaboradora:**

Lic. Lilian Rosa Burgos Martínez

#### **Edición, diseño y realización:**

D.I. David Fernández Fonseca

**En este número hemos añadido un espacio de lujo para compartir la entrevista realizada a la Dr. C. Mayda Álvarez Suárez, coordinadora del Centro de Estudios de la Mujer, de la FMC, sobre el proceso de actualización del Código de las Familias en Cuba. Compartimos con ustedes sus reflexiones.**



### **¿Por qué hablamos hoy de un nuevo Código de las Familias en Cuba?**

El Código de la Familia, promulgado el 14 de febrero de 1975, constituyó un hito en el desarrollo de la familia cubana. Este cuerpo legal, ha contribuido a lo largo de sus 46 años a la valoración de la familia como célula fundamental de la sociedad, a la lucha por la igualdad de derechos de mujeres y hombres, a la creciente participación de la mujer en todas las esferas de la vida y a la igualdad de derechos entre los hijos e hijas.

Las nuevas situaciones que el propio desarrollo social ha ido generando, la complejidad de las relaciones sociales y la concurrencia de otras regulaciones que de un modo u otro inciden en esta materia, hacen necesarias nuevas modificaciones a este Código para actualizar y perfeccionar las instituciones del Derecho de Familia, manteniendo la esencia que lo inspiró. Por esta razón desde hace ya varias décadas se han propuesto sucesivas modificaciones y se trabaja en el perfeccionamiento de tan importante cuerpo legal.

La construcción de una nueva sociedad y las transformaciones que han tenido lugar en el seno de las familias hacen necesario entonces dotar al país de

una legislación que plasme las nuevas realidades. Estamos ante una propuesta de Código progresista, moderno, basado en evidencias científicas acerca de los cambios que han tenido lugar en las familias cubanas y sus implicaciones y con una mayor correspondencia con las realidades actuales de las familias cubanas.

### **¿Cuáles son los elementos de cambio más significativos en el nuevo Código de las Familias?**

- La nueva norma jurídica familiar, responde ante todo a los paradigmas constitucionales de igualdad y no discriminación, dignidad y respeto a la diversidad. Es un código inclusivo en el cual se respetan y se refrendan los derechos de todas las familias.
- Responde a instrumentos internacionales que son vinculantes para nuestro país.
- Reconocimiento por el Estado de la importancia de las familias para la sociedad, su protección, apoyo a la diversidad de familias existente y sus miembros.
- Valorización del afecto, no solo de la consanguinidad en la definición y constitución de una familia.
- El matrimonio como una de las formas de constituir familias, pero no la única.
- Mayor protección a las uniones afectivas que existen y siempre han existido tanto heterosexuales como del mismo sexo.
- Protección a la maternidad y la paternidad afín.
- Protección especial a grupos vulnerables; adultos mayores, personas discapacitadas.
- Fuerte rechazo y condena a la violencia intrafamiliar: protección sobre todo a niños, niñas, mujeres, adultos mayores y personas discapacitadas.



Imagen: [www.invasor.cu](http://www.invasor.cu)

*Sobre los cuidados es importante destacar:*

- Regula explícitamente el deber de cuidado familiar y se considera un derecho el uso equilibrado del tiempo que le permita cumplir sus responsabilidades y desarrollarse integralmente sin sobrecargas domésticas y de cuidado.
- Se refuerza el valor económico del trabajo en el hogar.

**¿Qué le recomiendas a nuestros/as lectores/as?**

Le diría a todas las personas: ¡Voten a favor del Código con las dos manos! Se puede estar en desacuerdo con un artículo en específico, pero deben tomar en cuenta que votar en contra significa no tener la garantía de un conjunto de derechos contenidos en este nuevo Código mucho más justo, más humano, que nos protege y defiende a todas y todos y a todas las familias.

Por otra parte, siempre es necesario recordar el papel jugado por la Presidenta por siempre de la FMC, Vilma Espín y por la FMC.

Imposible hablar del Código de las Familias, sin referirnos a la labor desplegada por Vilma Espín Guillois, Presidenta de la FMC durante todos estos años, primero, como impulsora de su promulgación en 1975 y después como Presidenta de la Comisión de Atención a la Infancia, la Juventud y la Igualdad de Derechos de la Mujer de la Asamblea Nacional del Poder Popular, dirigiendo los trabajos de modificación con el objetivo de perfeccionarlo.

La consulta que se realiza y el amplio y democrático debate popular a que será sometida la propuesta jugará un importante papel educativo en la población y tendrá un profundo impacto en la conciencia social de cubanas y cubanos en torno al tema de la igualdad de derechos, oportunidades y responsabilidades entre los miembros de las familias, en la promoción de un modelo de relaciones de pareja más justo y equitativo y a cambiar concepciones y valoraciones sobre hechos o situaciones que estigmatizan a las personas y sirven de pretexto para su discriminación.

**Entrevista realizada por:** Rosa Campoalegre Septien