

# LOS CUIDADOS EN LOS MOVIMIENTOS AGROECOLÓGICOS

*Feminismos y masculinidades*



Sistematización  
Cuidados en la Asamblea MAELA Mesoamérica

# CONTENIDOS

01

Presentación

02

Metodología

04

Las Experiencias

08

Hallazgos

10

Aprendizajes

11

Recomendaciones

13

Agradecimientos y Créditos

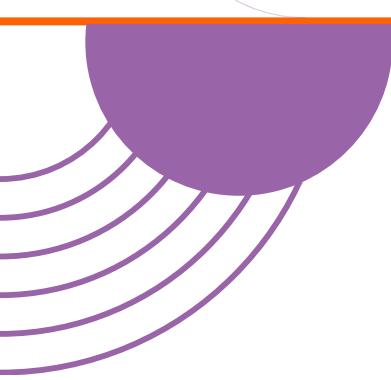
14

Referencias



# PRESENTACIÓN

“Desde el MAELA el tema de cuidado es relevante, debemos replicarlo en las organizaciones y adoptar el tema en nuestro quehacer y en nuestros procesos.”  
Integrante de CPC- MAELA



Los cuidados representan una apuesta y un cambio profundo dentro del Movimiento Agroecológico de América Latina y el Caribe (MAELA), frente a las multicrisis ambientales, sociales, económicas y políticas, la agroecología toma fuerza como una apuesta para el buen vivir. La agroecología nos muestra formas más profundas de transformar las realidades de maneras más armoniosas y apegadas a los contextos locales desde lo común y lo que nos une, desde los pueblos y los movimientos. Estos movimientos por la agroecología colocan la importancia de gestar otras formas más profundas de transformar las relaciones entre las personas, y por supuesto en las formas de movilizar los territorios por la defensa de la vida. Y estas formas demandan poner énfasis en los cuidados.

Los cuidados son todas esas formas en la que nos cuidados a nivel personal, comunitario y organizativo. Desde el MAELA, hemos venido incluyendo en nuestras agendas el tema de autocuidados (también llamado autocuido), los colecticuidados y el cuidado en reciprocidad con la Madre Tierra. Reconocemos el enorme trabajo que MAELA ha desarrollado desde hace mas de una década para impulsar el protagonismo de las mujeres dentro de los movimientos por la Agroecología, sin embargo, se hace necesario profundizar sobre el tema de los cuidados y esta es nuestra primera sistematización que recoge la experiencia de dos talleres simultáneos en el Marco de la Asamblea Regional Mesoamericana del MAELA realizada el Chimaltenango, Guatemala el 29 abril del 2024.

# METODOLOGÍA

## Objetivo de la Sistematización

Reflexionar sobre los alcances de habilitar espacios, herramientas y momentos de cuidado entre las personas que lideran procesos agroecológicos en América Latina y el Caribe, con base en la experiencia de gestación, facilitación y construcción del MAELA.

## Ejes de la sistematización

### Metodología



Elementos del diseño, habilitación y facilitación de los espacios para hablar sobre los cuidados en los movimientos agroecológicos.

### Sentipensares



Reflexiones sobre la importancia de hablar y practicar los cuidados en los movimientos agroecológicos.

## Articulación del Proceso Vivido

La sistematización se integró con base en:

1. Documentación de la metodologías a través de las cartas descriptiva y relatorías de las dos sesiones de cuidado.
2. Sentipensares con base en las reflexiones de cada sesión de cuidado.

# METODOLOGÍA

## Voces del Proceso Vivido

### Sistematizadoras



Organizan, ordenan y analizan el proceso vivido de las sesiones de cuidado.

### Facilitadorxs



Habilitan, guían, median, protegen y acuerpan los espacios, herramientas y momentos de cuidado.

### Participantes



Comparten sus reflexiones sobre su experiencia e importancia en estos espacios de cuidado.

### Imbuidorxs



Quienes han replicado la experiencias/reflexiones en sus iniciativas, proyectos y/o comunidades.

Generalmente las personas que participan son líderes/as pertenecientes al MAELA y realizan acciones en diversas áreas como la promoción de la agroecología, la salud, el cooperativismo, los derechos humanos, campesinos e indígenas, la academia comprometida, la defensa del agua, las semillas, el territorio y la espiritualidad.

# LAS EXPERIENCIAS

## Las Experiencias de los Espacios de Cuidado en MAELA

Los cuidados en MAELA se han colocado como un momento de reconocimiento con quienes integran el movimiento y un espacio para conectar con nuestros cuerpos que se mantienen en movimiento por la defensa de la vida a través de la agroecología.

Para ello, en el encuentro realizado en el Marco de la Asamblea Regional Mesoamericana del MAELA realizada el Chimaltenango, Guatemala el 29 abril del 2024 se facilitaron dos espacios simultáneos haciendo una distinción entre quienes se reconocen como mujeres y quienes como hombres para hablar sobre los cuidados desde el nivel personal, familiar y como movimiento agroecológico.

## Caracterización de Las Experiencias

Espacios de Cuidado	Mujeres MAELA	Hombres MAELA
Fecha de Facilitación	29 de abril, 2024	29 de abril, 2024
Tiempo de Facilitación	1.5 horas	1.5 horas
Nombre de la Sesión	Hermanádonos entre mujeres	Auto-cuido, Co-cuido y Paternidad Responsable.

# LAS EXPERIENCIAS

## Caracterización de Las Experiencias

**Espacios de Cuidado**

**Mujeres MAELA**

**Hombres MAELA**

**Facilitadorxs**

Gisela, Yeni y  
Enriqueta

Nelson

**Participantes**

13 mujeres

16 hombres

**Metodología**

Guía Círculos de  
Mujeres para la Salud  
Emocional de la  
organización VIDA, AC.  
[https://vidaycafe.org/  
wp-content/uploads/Guia-  
Circulos-de-  
Mujeres.pdf](https://vidaycafe.org/wp-content/uploads/Guia-Circulos-de-Mujeres.pdf)

Experiencia de trabajo  
con otras organizaciones  
de MAELA sobre  
sensibilización de género  
y Nuevas Masculinidades  
a través de la educación  
popular, el juego y el  
aprendizaje vivencial.

**Objetivo General**

Colocar al centro los cuidados para tejer y  
concientizar sobre relaciones sanas y afectivas  
entre los/las líderes/as de MAELA Mesoamericana.



# LAS EXPERIENCIAS

## Caracterización de las Experiencias

### Espacios de Cuidado

### Objetivos Específicos

### Mujeres MAELA

- Tejer relaciones sanas y afectivas entre las líderes del MAELA Mesoamérica.
- Compartir la metodología de círculos de mujeres.
- Generar cambios profundos que permitan poner al centro los cuidados entre las mujeres del MAELA.
- Formar a facilitadoras de círculos de mujeres para que compartan y expandan la experiencia
- Fortalecer la autoestima y el empoderamiento de las mujeres.
- Compartir prácticas de autocuidado emocional, físico y espiritual.

### Hombres MAELA

- Experimentar las potencialidades del cuerpo, el disfrute de las sensaciones y la multiplicidad de placeres, para trascender el concepto de sexualidad como mero contacto genital, ampliando el abanico de las posibilidades de placer y disfrute.
- Experimentar a través del juego formas de cuidado y responsabilidad hacia el otro, que representa entre otras cosas un elemento fundamental de la práctica de una responsabilidad de cuidar a otro) mi pareja, mi familia etc.





# LAS EXPERIENCIAS

## Los Momentos de las Experiencias

Acomodo del espacio.  
Armonización con ofrenda y herramienta de protección energética.  
Ejercicio de respiración.  
Explicación qué es un círculo, para qué sirven, qué se hace y qué no se hace.  
Bebida para abrir la palabra.

Reflexionar sobre ¿Cuáles son los poderes construidos entre las mujeres? ¿Qué nos duele a partir de nuestros relacionamientos? ¿Cómo entiendo los cuidados entre las mujeres? ¿Qué necesito para sostener el cuidado desde la colectividad?  
Ejercicio de transmutación de lo negativo hacia lo positivo.

Danza.  
Ronda de agradecimiento y peticiones.  
Se dice en voz alta y al mismo tiempo “confiamos las unas en las otras, hasta que volvamos a encontrarnos”.



Acomodo del espacio.  
Armonización con ofrenda e incienso.  
Bebida para romper el hielo.  
Presentación de los integrantes.  
Círculo de agradecimiento.  
Ejercicios de respiración.

Ejercicio de caminata con apoyo en diferentes partes del pie y masaje en parejas, para conectar con nuestro cuerpo y conocer más nuestras sensaciones corporales.

Se comparte ¿cómo se sintieron en la sesión de trabajo en una palabra? ¿Qué le proponemos a MAELA?

Experimentar a través del juego formas de cuidado y responsabilidad hacia el otro, haciendo una dramatización de hermano mayor y menor, para reflexionar sobre el cuidado y colecticuidado.

# HALLAZGOS

## Claves Metodológicos de las Experiencias

### **Mujeres**

Aprendizaje a través de compartir como enfrentamos situaciones similares.

Un espacio para sanar, desde lo personal y lo colectivo.

Un espacio para expresar lo que sentimos.

### **Lo Común**

Momento de sentirnos.

Ambiente seguro y de confianza sobre lo que se comparte en el círculo.

### **Hombres**

Espacio de actividad física personal para el disfrute y reconexión con el cuerpo entre hombres menos sexualizadas.



# HALLAZGOS

## Sentipensares desde la Reflexión en Las Experiencias

### **Mujeres**

Nos sentimos acuerpadas. Reconocemos prácticas violentas muy naturalizadas y como transitar hacia espacios seguros. Fortalece la confianza entre mujeres.

### **Lo Común**

Reconocimiento de prácticas machistas y patriarcales que impactan nuestra vida colectiva y relaciones interpersonales. Tiempo de descanso y autocuidado, para una mejor calidad de vida.

### **Hombres**

Incomodidad al mostrar acciones de afecto entre hombres.

Reconocimiento de la importancia de los cuidados en la familia y el autocuidado. Nuevo concepto de ser hombre, más allá del rol de proveedor.



# APRENDIZAJES

Estos espacios son significativos, porque...

- ✓ Son un espacio para reconocernos a través del cuidado/autocuido y colecticuidado/cocuido como movimiento agroecológico.
- ✓ Permite asumir el compromiso de implementarlo con cada una de las iniciativas a nivel organizativo y comunitario, así como en nuestras familias.
- ✓ Se puede adaptar con base en las necesidades, contextos e intereses de las iniciativas, grupos o comunidades. \*
- ✓ Han fortalecido la autoestima y redes de apoyo entre mujeres. \*

*El asterisco (\*) indica: reflexiones que parten de la experiencia replicable en círculos de mujeres realizados en Honduras por Frances Meza.*

Con base en estas primeras experiencias, se debería de mantener...

- = Respetar los momentos de la facilitación: apertura, desarrollo y cierre.
- = Generar un ambiente de confianza y de seguridad entre las participantes.
- = Contar con una sesión previa de reconocimiento entre las personas asistentes, o en su defecto, realizar un círculo de presentación en la apertura de la sesión.
- = Respetar la idiosincrasia de cada territorio, pueblo o grupo.
- = Incluir ejercicios corporales de forma individual, como estiramientos, respiraciones o caminatas.

Sugerimos realizar los siguientes cambios...

- ⟳ Contar con un tiempo para la sesión de 2 a 3 horas, para que se pueda disfrutar cada uno de los momentos de la sesión.
- ⟳ Contar con las condiciones logísticas y de presupuesto para la facilitación, documentación y sistematización de estas experiencias.

# RECOMENDACIONES

## Acciones Claves para la Facilitación

Armar una biblioteca virtual de herramientas o recursos para habilitar estas formas de encuentros.

Que las personas facilitadoras cuenten con experiencia participando en otros círculos o que tengan una guía sobre cómo hacerlo.

Contar con las herramientas, recursos y formatos necesarios para la facilitación

Definir claramente la documentación que se va a generar y contar con las herramientas necesarias.

Realizar un intercambio de experiencias entre las personas que ya hayan facilitado círculos.

Reconocer las capacidades internas de las organizaciones del MAELA.

Ejercicios con poca escritura y más de diálogo y escucha.

Desarrollar una propuesta corporal poco invasiva de acuerdo con el nivel de conocimiento de los grupos, su religión o creencias.

Incluir ejercicios lúdicos, de juego y aprendizaje vivencial.

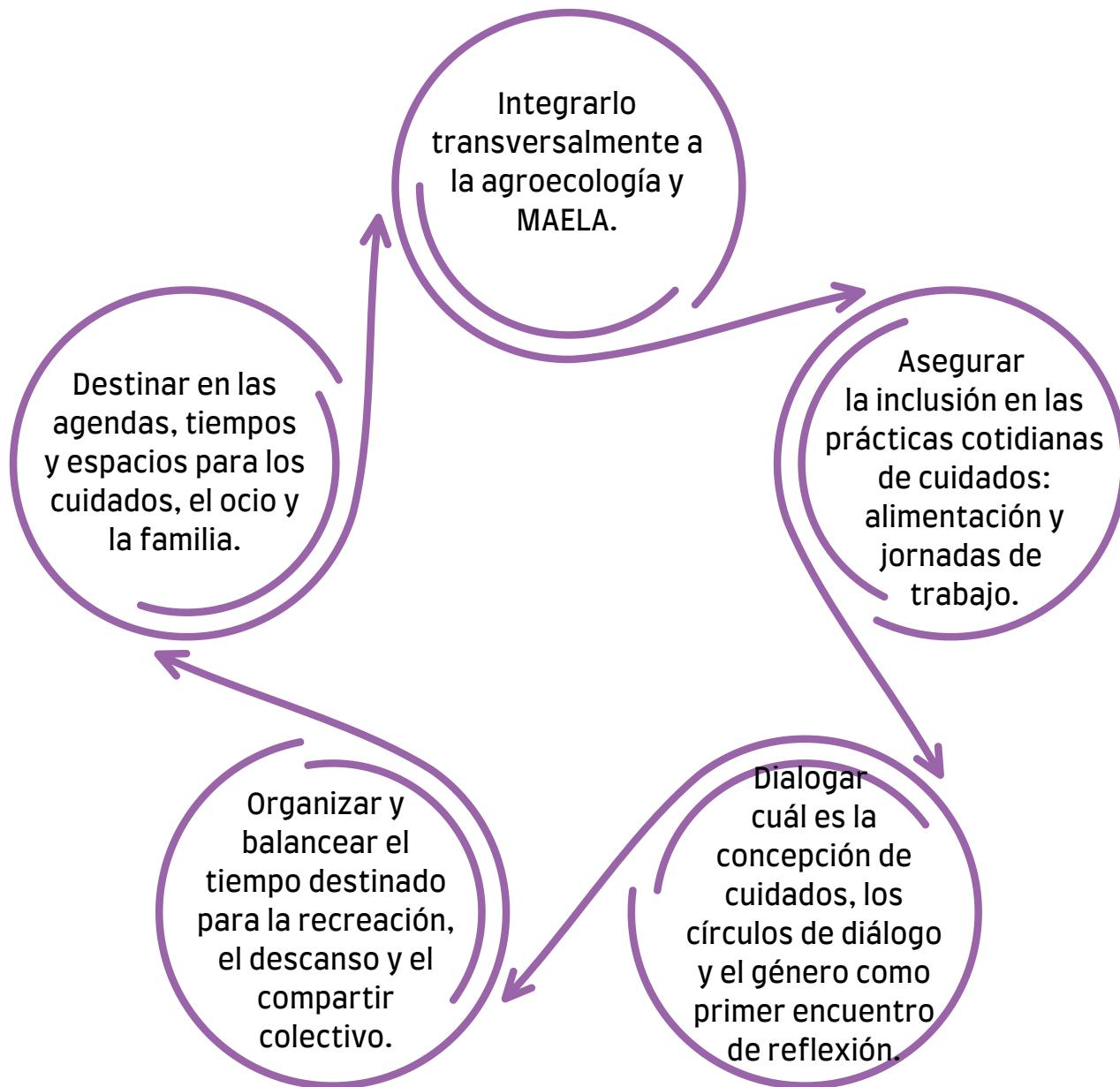
Formar a líderes/as en el tema de género con temáticas definidas y organizadas.

Contextualizar el nombre de la sesión.

Desarrollar procesos por niveles o en etapas.

# RECOMENDACIONES

## Acciones Claves para Los Cuidados



# AGRADECIMIENTOS Y CRÉDITOS

## Agradecemos...

Agradecemos al Consejo Político Continental del Movimiento Agroecológico de América Latina y el Caribe MAELA por poner en la agenda el tema de los cuidados para las mujeres.

Agradecemos a We Effect por brindar apoyos financieros para construir la Agenda política latinoamericana de la Agroecología.

También nos agradecemos a nosotrxs mismxs, nos reconocemos, nos abrazamos, nos miramos con ternura y nos permitimos seguir floreciendo en cada paso que damos.

## Créditos

### Sistematización

Gisela Illescas y Mónica Severiano.

### Facilitadorxs

Gisela Illescas Palma, Yeni Granados, Fanny Reyes Ortiz, Enriqueta Tello y Nelson Francisco Martínez.

### Aportes Metodológicos de la Facilitación

Gisela Illescas, Mónica Severiano, Rocío Romero, Sara Tome, Enriqueta Tello, Yeni Granados y Laura Reyes.

### Documentación Audiovisual

Ana Cristina Pineda.

### Diseño del Documento

Mónica Severiano.

### Participantes

Abi Judith Álvarez, Ana Cristina Pineda, Blanca Yeni Granados, Dalia Azucena Quinich, Dolores Romero, Fanny Reyes, Frances Meza, Gisela Illescas, Kerenn Alicia Sagastume, María del Rocío Romero, María Elena Tuit, Sandra López y Wanessa Marinho. Abel González, Harold Calvo, Abelino Mejía, Iván Román, Cesar Mendoza, Jaime Peña, Douglas García, Jorge Mairena, Edgar Ixcaya, Manuel Pérez, Elias Liberart, Nelson Martínez, Gerson Suchite Pedro Arauz, Guido Soto y Selvín Bueso.

### Imbuidoras

Yeni Granados y Frances Meza.

# REFERENCIAS

Vinculación y Desarrollo Agroecológico en Café. 2023. Tejiendo nuestras lunas, a través de una sistematización sentipensante. [Documento interno].

