

Día de las familias: cuidar no puede seguir siendo una tarea invisible

Por Claudio Muñoz Ibarra, docente carrera Terapia Ocupacional de la Universidad Santo Tomás Puerto Montt.

Cada 15 de mayo, el Día Internacional de las Familias invita a reconocer el lugar fundamental que estas ocupan en la vida de las personas. Sin embargo, esta fecha no debería limitarse a una celebración simbólica. También debería ayudarnos a mirar las condiciones reales en que muchas familias cuidan, crían, acompañan y sostienen la vida cotidiana.

Hablar de familia es hablar de vínculos. Es hablar de quienes están presentes cuando un niño aprende a confiar, cuando una persona mayor necesita compañía, cuando un adolescente atraviesa una crisis o cuando alguien enferma. En la familia se aprenden las primeras formas de relacionarse, pedir ayuda, expresar afecto y sentirse parte de algo. Por eso, su valor no está solo en su composición, sino en la calidad del cuidado que entrega.

Hoy no existe una sola forma de familia. Hay familias biparentales, monoparentales, extendidas, reconstituidas, adoptivas, migrantes, rurales, urbanas y muchas otras. Lo importante no es si responden a un modelo tradicional, sino si ofrecen protección, respeto y oportunidades de desarrollo.

Pero las familias no pueden hacerlo todo solas. Durante mucho tiempo se ha depositado en ellas la responsabilidad de criar, educar, cuidar a personas mayores, acompañar enfermedades y sostener emocionalmente a sus integrantes. Esto ocurre en medio de jornadas extensas, dificultades económicas, falta de redes y desigualdades territoriales.

Cuando un niño o niña presenta

dificultades, no basta con mirar solo su conducta. También hay que mirar su entorno, las condiciones familiares, el tiempo disponible de sus cuidadores, las redes de apoyo, el acceso a salud, la escuela y la presencia de adultos significativos. Ningún desarrollo ocurre en el vacío.

Fortalecer a las familias es también fortalecer la infancia. Un niño que crece en un entorno estable, afectuoso y protector tiene mejores condiciones para aprender, confiar y construir vínculos sanos. Pero criar no puede depender solo de la voluntad individual: requiere tiempo, apoyo, descanso y condiciones materiales mínimas.

La corresponsabilidad es clave. Cuidar no puede seguir siendo una tarea silenciosa, privada y muchas veces feminizada. Cuidar es escuchar, contener, organizar horarios, anticipar problemas y estar disponible emocionalmente. Cuando esa carga recae siempre sobre las mismas personas, puede transformarse en agotamiento.

Una sociedad que valora a las familias no solo las saluda en su día. También crea condiciones para cuidar sin quebrarse: políticas públicas sensibles a la diversidad familiar, jardines infantiles accesibles, escuelas que trabajen con las familias, salud oportuna, redes comunitarias y trabajos compatibles.

Celebrar este día no debería consistir solo en agradecer a las familias por todo lo que hacen. También debería comprometernos a no dejarlas solas. Ninguna familia, por amorosa que sea, puede sostener indefinidamente la vida sin apoyo.