

PRÁCTICAS AGROECOLÓGICAS COMO BASE PARA LA ECONOMÍA DEL CUIDADO Y LA REPRODUCCIÓN SOCIAL EN EL ÁMBITO RURAL: ESTUDIO DE CASO DE LA ORGANIZACIÓN BIOVIDA

AGROECOLOGICAL PRACTICES AS A BASIS FOR THE CARE ECONOMY AND SOCIAL REPRODUCTION IN RURAL AREAS: A CASE STUDY OF THE BIOVIDA ORGANIZATION

Autores: ¹Grace Alejandra Ortiz Rodríguez y ²Abel Alejandro Arias Arcentales.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0002-3839-0289>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0000-3136-8375>

¹E-mail de contacto: graceaconsultorias@gmail.com

²E-mail de contacto: aaarias@uce.edu.ec

Afiliación: ¹*Investigadora Independiente, (Ecuador). ²*Universidad Central del Ecuador, (Ecuador).

Artículo recibido: 05 de Marzo del 2026

Artículo revisado: 07 de Marzo del 2026

Artículo aprobado: 13 de Marzo del 2026

¹Licenciada en Sociología graduada en la Universidad Central del Ecuador, (Ecuador).

²Magíster en Economía del Desarrollo graduado de la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, (Ecuador).

Resumen

La presente investigación analiza la relación entre las prácticas agroecológicas desarrolladas por mujeres campesinas y la economía del cuidado en contextos rurales, tomando como estudio de caso la Asociación de Mujeres Campesinas Bio Vida, ubicada en el cantón Cayambe, Ecuador. El objetivo principal consiste en examinar de qué manera las prácticas agroecológicas implementadas por las integrantes de la organización contribuyen al sostenimiento de la vida cotidiana y a los procesos de reproducción social en el ámbito doméstico, comunitario y territorial. Metodológicamente, el estudio se desarrolla desde un enfoque cualitativo descriptivo, apoyado en entrevistas semiestructuradas e historias de vida realizadas a cinco mujeres con trayectoria organizativa dentro de la asociación. El análisis se fundamenta en tres ejes conceptuales derivados de la literatura sobre economía feminista y cuidados: el cuidado con valor, la centralidad del cuidado en la organización del tiempo y la revalorización de las mujeres como sujetos económicos. Los resultados evidencian que la agroecología no solo cumple una función productiva, sino que constituye una infraestructura social de cuidado que articula prácticas agrícolas, reproducción familiar, organización comunitaria y sostenibilidad ambiental. Asimismo, se identifican tensiones vinculadas a la persistencia de desigualdades de género en

el ámbito doméstico y al limitado reconocimiento institucional del trabajo de las mujeres rurales. Se concluye que las prácticas agroecológicas lideradas por las mujeres de Bio Vida operan como una base estructural de la economía del cuidado rural, al integrar producción, sostenimiento de la vida y organización colectiva en el territorio.

Palabras clave: Prácticas agroecológicas, Economía, Reproducción social, Rural.

Abstract

This research analyzes the relationship between agroecological practices developed by rural women and the care economy in rural contexts, using the Association of Peasant Women Bio Vida in Cayambe, Ecuador, as a case study. The main objective is to examine how the agroecological practices implemented by members of the organization contribute to sustaining everyday life and social reproduction processes within domestic, community, and territorial spheres. Methodologically, the study adopts a qualitative descriptive approach, supported by semi-structured interviews and life histories conducted with five women who have organizational trajectories within the association. The analysis is structured around three conceptual dimensions derived from feminist economics and care literature: the recognition of care as valuable work, the centrality of care in the organization of daily

time, and the revaluation of women as economic subjects. The findings show that agroecology fulfills not only a productive function but also acts as a social infrastructure of care that articulates agricultural practices, family reproduction, community organization, and environmental sustainability. At the same time, tensions related to the persistence of gender inequalities within domestic spaces and the limited institutional recognition of rural women's work are identified. The study concludes that the agroecological practices led by the women of Bio Vida operate as a structural foundation of the rural care economy by integrating production, life-sustaining activities, and collective organization within the territory.

Keywords: Agroecological practices, Economy, Social reproduction, Rural.

Sumário

A presente pesquisa analisa a relação entre as práticas agroecológicas desenvolvidas por mulheres camponesas e a economia do cuidado em contextos rurais, tomando como estudo de caso a Associação de Mulheres Camponesas Bio Vida, localizada no cantão Cayambe, Equador. O objetivo principal é examinar de que maneira as práticas agroecológicas implementadas pelas integrantes da organização contribuem para o sustento da vida cotidiana e para os processos de reprodução social nos âmbitos doméstico, comunitário e territorial. Metodologicamente, o estudo adota uma abordagem qualitativa descritiva, baseada em entrevistas semiestruturadas e histórias de vida realizadas com cinco mulheres que possuem trajetória organizativa dentro da associação. A análise se fundamenta em três eixos conceituais derivados da economia feminista e dos estudos sobre cuidado: o cuidado com valor, a centralidade do cuidado na organização do tempo cotidiano e a revalorização das mulheres como sujeitos econômicos. Os resultados indicam que a agroecologia não cumpre apenas uma função produtiva, mas constitui uma infraestrutura social de cuidado que articula práticas agrícolas, reprodução familiar, organização

comunitária e sustentabilidade ambiental. Ao mesmo tempo, identificam-se tensões relacionadas à persistência de desigualdades de gênero no espaço doméstico e ao limitado reconhecimento institucional do trabalho das mulheres rurais. Conclui-se que as práticas agroecológicas lideradas pelas mulheres de Bio Vida operam como base estrutural da economia do cuidado rural, ao integrar produção, sustento da vida e organização coletiva no território.

Palavras-chave: Práticas agroecológicas, Economia, Reprodução social, Rural.

Introducción

En la presente investigación se busca comprender la relación entre las prácticas agroecológicas y la llamada "economía del cuidado". La pregunta que orienta el desarrollo del estudio es la siguiente: ¿las prácticas agrícolas impulsadas por las mujeres campesinas de la organización Bio Vida no solo cumplen una función productiva sostenible, sino que también contribuyen activamente al sostenimiento de la vida cotidiana, tanto en el ámbito doméstico como comunitario? Este cuestionamiento consiste en que, efectivamente la agroecología no es solo una forma de cultivar la tierra, es una forma de organizar el cuidado y la vida social del grupo comunitario que lo practique. Es posible que estas prácticas estén funcionando como estructuras de base que ayudan a sostener tareas fundamentales, como criar a los hijos, cuidar a las personas mayores o enfermas, garantizar la alimentación, mantener el hogar en funcionamiento y, en general, asegurar el bienestar de la comunidad (Ezquivel, 2011).

Soler et al. (2022) recogen la experiencia del proceso conocido con el nombre de La Vía Campesina, en el que la agroecología emerge como alternativa política y estructural a la globalización agroalimentaria. Por tanto, su investigación pone conceptos como agroecologías y feminismos como proyectos

políticos diversos. En esta línea sobre el feminismo en el proceso de soberanía alimentaria, las autoras explican que las prácticas de agroecología campesina no lo son “automáticamente” ya que existen desigualdades de género. El sesgo patriarcal impregna la cotidianidad de estas prácticas agroecológicas. Lo que resulta problemático y de particular interés para el análisis es que la agroecología académica tiene un origen técnico y poco reflexivo en torno a las cuestiones de género, donde predominan categorías asexuadas que ignoran las desigualdades en la familia, la comunidad y el campesinado (Soler et al., 2022). En la práctica, las mujeres son invisibilizadas y socializadas como “ayuda” en lugar de reconocerse como protagonistas de los procesos reivindicativos del movimiento agroecológico (Soler et al., 2022).

Bien, ahora lo que se comprende por “economía del cuidado”, implica todas las actividades cotidianas que muchas veces se vuelven invisibles o no pagadas, que permiten que la vida continúe: cuidar de otras personas, preparar la comida, limpiar, organizar la casa, acompañar emocionalmente, entre muchas otras (Organización Internacional del Trabajo, 2025). Estas tareas, históricamente han sido realizadas por mujeres y no siempre se reconocen como trabajo, aunque son fundamentales para que todo lo demás como: la economía, la producción, la educación, etc. pueda existir (ONU Mujeres, 2018). El concepto surge por el decenio de los 70, específicamente dentro de los debates feministas y marxistas, cuando las mujeres comenzaron a cuestionar por qué su trabajo doméstico no era valorado, en principio, ni remunerado como el trabajo de los hombres fuera de casa, planteando la idea de una “doble explotación” (Aguirre, 1989). Uno de los cuestionamientos clave durante este periodo,

implicaba el hecho de que si cocinar, limpiar y cuidar a los niños o ancianos es tan necesario para que la sociedad funcione, por qué no se reconoce como un trabajo verdadero. Desde este punto la economía del cuidado se empezó a entender como una parte central de la economía en general, aunque normalmente se mantiene oculta o desvalorizada (Ezquível, 2011).

La reflexión sobre la economía del cuidado abre un debate decisivo para el desarrollo de lo que se conceptualizaría como “economía feminista”. Al poner en evidencia que las actividades de cuidado sostienen el trabajo productivo y la reproducción social, entra en duda la neutralidad del pensamiento económico tradicional. En ese sentido la economía feminista puede entenderse de dos maneras, tanto como una propuesta analítica y metodológica o como una forma alternativa de organización económica que se vincula a procesos educativos y de resistencia al modelo hegemónico. Colocando en el centro las realidades diarias de mujeres rurales, múltiples y frecuentemente invisibilizadas (Orozco, 2014). Una de las características más significativas de los feminismos en Abya Yala es su diversidad, a veces acompañada de profundas contradicciones. Dentro de este marco, los feminismos del sur, construyen epistemologías propias, nutridas por experiencias vividas de opresión y por los procesos de resistencia que de ella emergen. En sociedades altamente desiguales, como la de estos países, el acceso y provisión de cuidados, depende del nivel de ingreso: las familias de mayores recursos, pueden sustituir el trabajo doméstico no remunerado, recurriendo a servicios del mercado, este último aspecto es sostenido en una gran proporción por mujeres empleadas domésticas, mientras otras familias dependen de la oferta pública limitada o del propio esfuerzo (Ezquível, 2011).

De manera simultánea, esta estructura reproduce y profundiza, tanto la desigualdad económica, como las desigualdades de género que los feminismos buscan problematizar. En tanto, en el ámbito rural, la opresión y la naturaleza son culturalmente una misma colectiva. La opresión de las mujeres y la explotación de la naturaleza son una misma estructura cultural y simbólica sostenida por el patriarcado y el orden económico. Existe una reducción significativa e invisibilizada, del vínculo que existe entre el dominio sobre las mujeres y el orden cultural que establece un dominio sobre la naturaleza. En ese sentido, los roles de género y el trabajo de las mujeres campesinas devienen en determinadas áreas de trabajo productivo y reproductivo. "Las mujeres campesinas han cargado históricamente con el trabajo doméstico, de cuidado, alimentación, cultivo, comercialización de excedentes y tareas comunitarias, permaneciendo en una esfera privada e invisible" (González, 2022).

Las mujeres de Bio Vida emergen en el año 2007 con la motivación de formar una red de productoras agroecológicas para lograr producir y comerciar sus productos. Sin embargo, el proyecto va mucho más allá de lo meramente económico, ya que apuestan por una producción orgánica donde lo más importante es lograr preservar saberes ancestrales, promover una alimentación saludable y autónoma para sus familias y proteger el medio ambiente (Bio Vida, 2024). A partir de esa visión general, ellas tienen ejes de acción a través de los cuales pretenden lograr el empoderamiento de más mujeres de sus localidades, brindado herramientas educativas, la apertura de espacios de participación y escucha, el impulso de canales de comercialización justa y la gestión de una caja de ahorro que facilita créditos a pequeñas productoras, entre otras (Ortiz, 2023).

A pesar del creciente interés académico y político por reconocer el papel de las mujeres campesinas en el desarrollo rural, aún persiste una escasa comprensión sobre cómo las prácticas agroecológicas, más allá de su dimensión técnica o productiva, actúan como formas concretas de sostenimiento de la vida, es decir, como pilares de la economía del cuidado y de los procesos de reproducción social en contextos rurales. Existen diversas investigaciones previas que ayudan a fortalecer la investigación para comprender cómo las mujeres, a través del trabajo de cuidado (en el campo y en sus hogares) sostienen la vida en distintas esferas de la misma. El trabajo publicado por ONU mujeres afirma que "el trabajo de cuidados no remunerado, en su mayoría es realizado por mujeres", en donde enfatiza que este tipo de trabajo sostiene a las economías (ONU Mujeres, 2018). En ese sentido organismos internacionales como la Organización Internacional del Trabajo (OIT) pueden aportar dimensiones conceptuales o fundamentos teóricos al rededor del cuidado no remunerado como lo señalan "es una dimensión fundamental del mundo del trabajo" (Organización Internacional del Trabajo, 2018), y vuelve evidente la desconexión entre la economía formal y las actividades que sostienen la vida cotidiana. Estos aportes permiten reflejar la importancia que tiene la presente investigación al buscar evidencia de cómo las prácticas agroecológicas, lideradas por mujeres campesinas, articulan tareas productivas y reproductivas que usualmente han sido invisibilizada históricamente.

Por su parte, estudios como el de Aguirre (1989) han problematizado desde hace décadas la "doble explotación de la mujer en el capitalismo", explicando cómo las mujeres han sido históricamente sometidas tanto en el trabajo productivo como en el reproductivo

dentro del hogar. A esta crítica se suma la perspectiva actual del Grupo Género y Economía (GGE), que sistematizó experiencias de mujeres en la producción agroecológica, destacando que estas prácticas implican “saberes y cuidados en busca de bienestar, ingresos y acceso a recursos” (Eclosio – GGE, 2023). Para la investigación se procura establecer un puente conceptual entre agroecología y economía del cuidado, nos interesa de Trevilla, Estrada y Soto (2020), sus aportes que ofrecen un marco crítico frente a lo que ellas denominan “la crisis global de los cuidados” estableciendo tres propuestas concretas; 1) Reconocer el cuidado como un trabajo poseedor de valor, 2) visibilizar su centralidad en el sostenimiento del sistema mercantil, 3) Revalorizar a las mujeres como sujetos económicos mediante el reconocimiento de sus saberes, momentos y experiencias. Por otro lado, Ezquerro (2012), profundiza en la comprensión de la precarización de los cuidados al externalizarlos, internacionalizarlos y re-privatizarlos para el beneficio del mercado.

El aporte de Rubio (2020) resalta la importancia de recuperar las biografías de mujeres como una vía que permita comprender una perspectiva individualizada y a su vez, marcada por un contexto cargado de obstáculos estructurales. Es imperante situar a las mujeres en ese sentido como agentes de producción de conocimiento y abarcar espacios marginados históricamente, como en esta investigación lo son las prácticas comunitarias y los hogares de las mujeres de Bio Vida. De esta forma se toma el concepto de "dimensión sexuada" que la autora plantea, el cual permite analizar la forma en la que el género atraviesa la producción, circulación y legitimación del conocimiento. Por lo que este enfoque resulta pertinente para este análisis donde las mujeres de Bio Vida producen no solo para su consumo, su visión abraza múltiples

dimensiones de su cotidianidad y formación continua.

A su vez Orozco (2013) guía la discusión desde la crisis sistémica como un momento de redefinición de horizontes, su postulado se basa en que los trabajos no remunerados cumplen un triple papel económico al identificarlos como portadores de una triple función en el sistema económico: ampliar el bienestar, expandir el bien-estar y sostener la fuerza laboral que alimenta al mercado. Desde esta perspectiva, los cuidados dejan de ser entendidos como actividades residuales y se revalorizan como procesos centrales para la reproducción social y la sostenibilidad económica, conectando a la economía feminista y la agroecología de forma que permita dialogar directamente con las experiencias situadas de las mujeres de Bio Vida; redefiniendo relaciones de cuidado, trabajo y comunidad, presentando una propuesta y forma de resistencia al modelo hegemónico. Pese a que hay investigaciones sobre agroecología y economías feministas, existen particularidades que vale la pena observar en cada caso estudiado y en cada territorio analizado, este vacío se acentúa al observar que la literatura dominante sobre agroecología tiende a centrarse en aspectos ecológicos, agronómicos o de soberanía, sin profundizar en sus implicaciones cotidianas para el sostenimiento de los vínculos afectivos, comunitarios y de cuidado, especialmente desde la experiencia de las mujeres. El objetivo principal de este artículo es analizar de qué manera las prácticas agroecológicas implementadas por las mujeres de la organización Bio Vida pueden operar como base estructural de la economía del cuidado y la reproducción social en contextos rurales. Esta investigación se desarrolla en el cantón Cayambe o también conocido como San Pedro de Cayambe. Está ubicada en la provincia de

Pichincha, en Ecuador. Y particularmente se trabaja en el contexto organizativo de la Asociación de Mujeres Campesinas Bio Vida, ellas practican la agroecología como una alternativa productiva y a su vez como una forma de vida.

Materiales y Métodos

Este estudio se desarrolla desde un enfoque descriptivo cualitativo como lo plantean (Quecedo, 2002), buscando entender a profundidad como piensan, sienten y actúan las personas dentro de sus contextos reales. Un proceso de investigación narrativo que buscan construir las representaciones subjetivas entre dos dimensiones sociales: la agroecología y la economía del cuidado. Este enfoque fue seleccionado debido a que responde a la necesidad de comprender a profundidad las experiencias, significados y sobre todo las prácticas cotidianas que las mujeres campesinas de organización Bio Vida desarrollan a partir de sus actividades en el campo de la agroecología y su relación con la economía del cuidado. De esta manera lo que se pretende es interpretar realidades situadas, en contextos específicos y desde las voces de las propias protagonistas. En ese sentido el abordaje cualitativo descrito por (Quesedo, 2002) se vuelve el más adecuado para capturar la complejidad social del fenómeno de estudio.

A nivel metodológico, se seguirá la propuesta historiográfica de Rubio (2020), esta es una herramienta que busca recuperar la participación histórica de las mujeres situadas y bajo el análisis de la "dimensión sexuada" visibilizando los prejuicios patriarcales que atraviesan los procesos de construcción del conocimiento. En este caso se examina una unidad social concreta, la Asociación de Mujeres Campesinas Bio Vida, con el fin de generar aprendizajes analíticos alrededor del

género, la producción del saber y la reproducción de la vida a través de herramientas como la entrevista o la historia de vida. Con esta herramienta se logrará desplazar la mirada hacia prácticas sociales y culturales previamente consideradas "marginales"; y desarrollar un marco analítico donde el sujeto se concibe no como neutro, sino como sexuado y situado en contextos históricos, sociales y culturales específicos.

El material recolectado constituye el núcleo empírico de esta indagación, que retoma y reinterpreta dicha evidencia a la luz de nuevas categorías teóricas y estudios previos sobre economías del cuidado, agroecología feminista y reproducción social. Además del trabajo de campo recuperado, la presente investigación se construye a partir de una estrategia de contraste con antecedentes documentales y bibliografía académica relevante. En este sentido, se recurre a la triangulación de la información (Aguilar, Barroso, 2015), que implica la utilización de diferentes estrategias y fuentes de información que permiten contrastar lo recabado. La triangulación efectuada en este caso es denominada "personal"; al trabajar con diferentes muestras de sujetos alrededor de las mismas variables, fortaleciendo de esta manera la solidez y consistencia del análisis cualitativo.

La población de estudio estuvo conformada por las aproximadamente 150 socias de la asociación Bio Vida, en zonas rurales del cantón Cayambe y sus alrededores. Dada la naturaleza cualitativa y exploratoria de la investigación, se utilizó una muestra intencional conformada por los relatos de cinco mujeres, quienes por su experiencia y trayectoria fueron seleccionadas como relatoras clave al desempeñar, en el momento de la entrevista; roles de dirigencia en la organización de mujeres campesinas, roles de activismo en la

producción agroecológica y roles de cuidado familiar y comunitario. Estos criterios de selección y exclusión fueron predominantemente organizacionales, es decir, se centraron en la pertenencia y la experiencia en cargos y activismo organizativos. Cabe mencionar que los aspectos organizativos no deben ser considerados en sí como variables dependientes. Criterios de inclusión:

- Socia activa de la Asociación Bio Vida.
- Haber tenido cargos de dirigencia y liderazgo organizativo en algún momento de su trayectoria, o ejercerlos.
- Tener prácticas reconocidas en producción y comercialización agroecológica.
- Estar vinculada directamente a una dinámica de la vida de las socias, así fuere de ida y vuelta, relación, contacto directo.

Para analizar la información se construyen variables de investigación que son tomadas de Trevilla, Estrada y Soto (2020), quienes plantean una propuesta de tres ejes que permite

responder a la "crisis global de los cuidados" los cuales se simplifican en: 1) Cuidado con valor, 2) centralidad, 3) revalorización de las mujeres como sujetos económicos reconociendo sus saberes, tiempos y experiencias. Se profundiza en estas categorías a través de una entrevista semiestructurada como herramienta de recolección de datos, “las entrevistas semiestructuradas se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información” (Hernández Sampieri et al. 2014, p. 403), que permitirá indagar en las experiencias biográficas concretas de estas mujeres, recuperar sus narrativas en torno al trabajo agroecológico y de cuidados, y analizar finalmente cómo estas prácticas establecen un puente conceptual entre agroecologías y economías del cuidado feministas.

Tabla 1. Primera Variable

Variable	Categoría	Subcategoría
Cuidado con valor	Tareas de cuidado doméstico	Preparación de alimentos para la familia. Limpieza del hogar (barrer, trapear, lavar platos, lavar ropa). Organización de espacios domésticos (ordenar, mantenimiento básico). Cuidado directo de hijos/as: alimentación, educación en casa, acompañamiento escolar. Cuidado de personas mayores o enfermas dentro del núcleo familiar. Administración del hogar (manejo del presupuesto familiar, compra de víveres, planificación de gastos)
	Cuidado comunitario	Participación en mingas o trabajos colectivos (limpieza de acequias, arreglos comunitarios). Organización y preparación de alimentos en eventos comunitarios. Apoyo en fiestas patronales, celebraciones religiosas o culturales. Cuidado de niñas/os de otras familias en actividades comunitarias. Acompañamiento a personas mayores o enfermas de la comunidad. Gestión y participación en proyectos comunitarios (salud, educación, seguridad alimentaria).
	Cuidado de la tierra y la producción agroecológica	Organización de grupos de mujeres, asociaciones o comités locales. Preparación del terreno para siembra (deshierbe, abono orgánico). Siembra y trasplante de cultivos. Cuidado de semillas (selección, resguardo, intercambio). Riego y mantenimiento de cultivos. Elaboración de insumos agroecológicos (bioles, compost, repelentes naturales). Cosecha y recolección de productos. Preparación y conservación de alimentos (transformación: mermeladas, conservas, etc.). Comercialización en ferias o mercados locales con enfoque solidario. Prácticas de protección del medio ambiente (reforestación, reciclaje, cuidado de fuentes de agua).

Fuente: Elaboración propia

Tabla 2. Segunda Variable

Variable	Categoría	Subcategoría
Centralidad del cuidado	Organización del tiempo diario.	Establecer rutinas para levantarse temprano, preparar alimentos y organizar el hogar antes de ir al campo. Dividir la jornada entre actividades agrícolas y atención a la familia. Uso del tiempo nocturno para actividades de cuidado (ej. preparación de insumos, organización escolar de hijos/as). Ajuste del tiempo en función de las necesidades de los hijos/as o de personas dependientes. Priorización de ciertas tareas según urgencias (ej. dejar el trabajo en el campo si un niño está enfermo).
	Equilibrio entre producción agrícola y cuidado familiar	Ir al campo acompañada de los hijos/as pequeños y cuidarlos mientras se realizan labores agrícolas. Incluir a los hijos/as en tareas ligeras del campo como forma de enseñar y al mismo tiempo cuidar. Distribuir responsabilidades con otros miembros de la familia (ej. esposo, hijas/os mayores) para balancear las cargas. Preparar alimentos nutritivos con productos de la propia chacra/huerta, integrando producción y cuidado. Planificar siembras pensando en la seguridad alimentaria familiar antes que en el mercado. Cuidar la salud familiar al garantizar que los productos consumidos sean agroecológicos.

Fuente: Elaboración propia

Tabla 3. Tercera Variable

Variable	Categoría	Subcategoría
Revalorización de las mujeres como sujetos económicos	Reconocimiento de saberes femeninos	Transmitir conocimientos de siembra, cosecha y cuidado de semillas a hijas/os o a otras mujeres de la comunidad. Elaborar remedios caseros o productos naturales (ej. medicina tradicional, bioles, infusiones) y compartir esas prácticas. Enseñar prácticas de cocina, conservación de alimentos y preparación de productos agroecológicos. Ser reconocida en la comunidad como referente en temas de producción agroecológica o cuidado. Participar en talleres, capacitaciones o mingas donde los saberes de las mujeres son valorados.
	Participación en decisiones económicas	Manejar el dinero de la venta de productos agroecológicos en ferias o mercados. Decidir qué cultivos priorizar para consumo y cuáles para venta. Administrar los ingresos familiares (planificación de gastos en educación, salud, alimentación). Participar en reuniones de la organización Bio Vida donde se toman decisiones económicas colectivas. Tener voz y voto en proyectos o programas que generan recursos en la comunidad. Impulsar iniciativas propias (pequeños emprendimientos agroecológicos o artesanales).

Fuente: Elaboración propia

Resultados y Discusión

Cuidados con valor: Tareas de cuidado domésticos

Desde la perspectiva de Ezquível (2011), el trabajo doméstico constituye la base material que posibilita la existencia del sistema económico. La preparación de alimentos no es

un gesto doméstico aislado; es la condición que permite que la familia desenvuelva su cotidianidad, en este caso que el esposo salga a trabajar y que las hijas asistan a la escuela. Aquí se evidencia la función que Orozco (2013) denomina la triple función económica del cuidado: 1) Amplía el bienestar (alimentación

adecuada), 2) Expande el bien-estar (organización afectiva del hogar), 3) Sostiene la fuerza laboral (preparación de quien participa en el mercado). Desde la economía feminista, el cuidado no se limita a la infancia. La reproducción social implica sostener la vida en todas sus etapas: niñez, adultez, vejez, enfermedad y dependencia (Ezquivel, 2011). El cuidado del padre enfermo profundiza esta dimensión cuando la entrevistada responde: “Yo le cuido a mi papi, estoy a cargo de él y es una persona enferma. Tengo que tenerle paciencia. Entonces yo les digo a mis hijas: si es de darles licuando, hay que darle licuando” (Entrevista, comunicación personal, 2025).

Aquí el cuidado se articula con lo que la OIT (2018) reconoce como una dimensión fundamental del mundo del trabajo, aunque no remunerada. Además, desde una lectura ecofeminista (González, 2022), este cuidado se inscribe en una lógica relacional donde sostener la vida, humana o natural, constituye el eje ético central. En ese sentido hay otro elemento que aporta al análisis. Aunque las hijas participan, el hijo varón permanece exento del cuidado doméstico, reproduciendo lo que Aguirre (1989) denominó la doble explotación femenina: trabajo productivo más trabajo reproductivo. “Mi hijo cuando llega cansado nos pide que le demos cocinando, que le demos lavando la ropa. Ya vuelta yo le digo a mis hijas que den haciendo” (Entrevista, comunicación personal, 2025). Este punto dialoga directamente con Soler et al. (2022) quienes advierten que la agroecología no es automáticamente feminista. A pesar de que las mujeres lideran procesos productivos agroecológicos, la estructura patriarcal persiste en el ámbito doméstico. Esta constatación emerge gracias al carácter abierto de la entrevista semiestructurada, que permitió identificar relaciones de poder implícitas.

Cuidado comunitario

Trevilla et al. (2020) hablan de una crisis global de los cuidados: aumento de la esperanza de vida, debilitamiento de redes comunitarias y ausencia de políticas públicas suficientes. Ezquerra (2012) profundiza esta idea señalando que el sistema económico externaliza y reprivatiza los cuidados, descargando el peso sobre las familias y particularmente sobre las mujeres. En ese sentido si en el ámbito doméstico el cuidado aparece como trabajo invisible que sostiene la vida familiar, en el ámbito comunitario el cuidado se expande y adquiere una dimensión política. Los testimonios recogidos permiten observar que las prácticas organizativas de Bio Vida no constituyen únicamente mecanismos productivos o comerciales, sino formas concretas de cuidado comunitario que sostienen la reproducción social en escala ampliada.

Desde la economía del cuidado Ezquivel (2011), el cuidado no se restringe al espacio privado del hogar, sino que abarca todas aquellas actividades que garantizan la continuidad de la vida en sus distintas dimensiones. En este sentido, la participación organizativa, la gestión colectiva y el acompañamiento entre mujeres pueden ser leídos como trabajo de cuidado no remunerado que sostiene tanto la estructura económica de la organización como la cohesión social del territorio. Como lo sostienen los testimonios, una de las participantes menciona: “Si participo solo en un lado y en otro lado no, no me van a dejar ni vender porque no estoy participando y ahí dando la organización” (Entrevista, comunicación personal, 2025). Lo que revela que de manera central la producción agroecológica y el acceso a esta red productiva está condicionada por el sostenimiento organizativo. No basta con cultivar; es necesario participar, coordinar, sostener la red y

reconocer el cuidado como trabajo con valor implica identificar aquellas tareas que, aunque no generen ingreso directo, son indispensables para el funcionamiento del sistema. La gestión organizativa cumple precisamente esa función: garantiza los canales de comercialización, la legitimidad colectiva y la continuidad del proyecto. Aquí se produce un desplazamiento analítico importante ya que la organización deja de ser un instrumento productivo y pasa a ser un espacio de cuidado colectivo.

Desde Orozco (2013) los cuidados cumplen una triple función económica como ya se ha mencionado y la organización cumple estas tres funciones simultáneamente: 1) Amplía el bienestar al generar ingresos, 2) Expande el bien-estar al crear redes de apoyo, 3) Sostiene la fuerza productiva al facilitar comercialización y formación. Bio Vida opera así como una infraestructura comunitaria de cuidado. No es únicamente una asociación productiva, es más un espacio donde se intercambian saberes, se gestionan conflictos, se habilitan créditos y se sostienen emocionalmente las socias. Este hallazgo dialoga críticamente con Soler et al. (2022), en este caso concreto, la práctica organizativa parece estar generando condiciones para una reconfiguración del lugar de las mujeres como sujetas activas del territorio, rompiendo parcialmente su histórica invisibilización como “ayuda”.

Desde la economía feminista, el cuidado incluye la dimensión afectiva y relacional (ONU Mujeres, 2018). No se trata únicamente de hacer, sino de sostener emocionalmente. Este tipo de cuidado comunitario cumple funciones estructurales como la prevención del aislamiento, genera redes de apoyo frente a crisis económicas o emocionales y reproduce solidaridad femenina en contextos de

precariedad. Aquí se activa la “dimensión sexuada” propuesta por Rubio (2020): la producción de conocimiento y de organización está atravesada por el género. Las mujeres no solo producen alimentos; producen vínculos, sostienen relatos compartidos, construyen diagnósticos colectivos sobre la vulnerabilidad. El cuidado comunitario aparece entonces como producción de capital social feminizado, históricamente invisibilizado por las categorías económicas tradicionales.

Cuidado de la Tierra y la producción agroecológica

Bio Vida no solo produce alimentos; produce comunidad. Y esa producción comunitaria es, en sí misma, una forma de economía del cuidado territorializada. Dentro del marco teórico planteado, el cuidado de la tierra y la producción agroecológica pueden ser comprendidos como una extensión material y simbólica de la economía del cuidado, en tanto constituyen prácticas orientadas al sostenimiento de la vida en múltiples escalas. Desde la perspectiva de la economía feminista, el cuidado abarca todas aquellas actividades que permiten la reproducción social y la continuidad de las condiciones materiales y afectivas de existencia (Orozco, 2013; Ezquivel, 2011). En este sentido, la agroecología desarrollada por las mujeres de Bio Vida trasciende se sitúa como una práctica de cuidado ampliado, ya que contempla: cuidado del suelo como fuente de alimento, cuidado de las semillas como resguardo de la soberanía alimentaria, cuidado del entorno natural.

Durante la recolección de información, llama la atención que al momento de preguntar a las mujeres qué entendían por “cuidado”, ninguna inició su respuesta hablando del hogar o sus familias, casi de inmediato se situaron en su relación con la tierra. Una de ellas expresó:

“Pero desde que llegó la agroecología yo aprendí mucho, muchas cosas, que estamos cuidando nuestra tierra, primeramente, a nuestra tierra, a nuestro suelo, porque hay muchos microorganismos que ellos también necesitan estar alimentados... la tierra nos da los productos, pero también a ella tenemos que darle de comer. Tenemos que darle de comer, eso es el cuidado”. Esta dimensión dialoga con lo planteado por González (2022), quien advierte que la explotación de la naturaleza y la opresión de las mujeres responden a una misma lógica patriarcal de dominación; por tanto, la apuesta agroecológica puede leerse como una forma de resistencia que reconfigura esa relación histórica. Asimismo, al integrar saberes ancestrales, tiempos propios de cultivo y lógicas no extractivistas, las prácticas de estas mujeres encarnan lo que Trevilla, Estrada y Soto (2020) identifican como la revalorización de los saberes femeninos en contextos de crisis de cuidados. Así, el cuidado de la tierra deja de ser una actividad “naturalizada” o asociada exclusivamente al rol femenino, para convertirse en un acto político que articula producción, reproducción y comunidad, evidenciando que la agroecología, en este caso, opera como una infraestructura concreta de la economía del cuidado rural.

Las experiencias de vida de las mujeres que aportaron a esta investigación evidencian que la organización del tiempo diario en contextos rurales agroecológicos no responde a una lógica lineal ni segmentada entre trabajo productivo y reproductivo, sino a una dinámica continua, flexible y sobrecargada, en la que el cuidado opera como eje estructurante de la vida cotidiana. Dado que el día, en ninguno de los tres casos, se organiza según un reloj abstracto propio de la racionalidad industrial, sino a partir de la multiplicidad de demandas simultáneas que emergen desde la casa y el territorio

productivo y comunitario, el cuidado implícito no se limita a los trabajos reproductivos clásicamente definidos en el ámbito privado como lo son: cocinar, limpiar o acompañar a los hijos. Hay una extensión a la planificación del agro, el cuidado de animales, la organización de la huerta y la dimensión dirigencial. En este sentido, se confirma lo planteado por Ezquivel (2011), quien sostiene que el cuidado constituye la base material que permite el funcionamiento del resto de la economía, aunque permanezca invisibilizado. El cuidado impregna todas estas esferas y actúa como principio ordenador de las jerarquías diarias: qué hacer primero, qué puede postergarse y qué no admite espera.

Centralidad del cuidado

Tabla 4. Organización del tiempo diario.

Franja horaria aproximada	Participante 1	Participante 2	Participante 3
02:00 – 04:00	—	Preparación de alimentos (caldos, papas, ensaladas), inicio de jornada productiva	—
04:00 – 05:00	—	Continuación preparación cocina	—
05:00 – 06:00	Despertar, planificación del día	Trabajo en cocina / terreno	Preparación de café y desayuno
06:00 – 07:00	Desayuno familiar, organización hijos	Trabajo productivo	Desayuno, salida del esposo
07:00 – 08:00	Envío hijos a la escuela	Traslado / trabajo en terreno	Hijas a la escuela
08:00 – 11:30	Trabajo agrícola en la huerta	Trabajo en terreno, animales	Trabajo en terreno, riego, animales
11:30 – 13:00	Preparación de almuerzo	Continuación trabajo productivo	Regreso parcial / almuerzo
13:00 – 15:00	Lavado, arreglo del hogar	Trabajo en terreno / ventas	Trabajo agrícola o reuniones
15:00 – 17:00	Actividades variables (hogar o campo)	Trabajo en terreno / directiva	Reuniones organizativas
17:00 – 18:30	—	Traslado a casa	Regreso a casa
18:30 – 20:00	Cena, cierre del día	Limpieza, orden del hogar	Preparación merienda
20:00 en adelante	Descanso relativo	Descanso Relativo	Descanso (Relativo)

Fuente: Elaboración propia

Equilibrio entre producción agrícola y cuidado familiar

La organización del tiempo muestra patrones comunes, jornadas que inician en la madrugada, ausencia de pausas definidas y una constante alternancia entre actividades familiares y productivas. En el caso de la participante 1, el día se estructura desde la planificación

temprana del campo y del hogar, asumiendo ella la coordinación integral del espacio doméstico y agrícola. La afirmación de que “nunca se terminan las actividades” revela lo que Orozco (2013) conceptualiza como la centralidad de los trabajos no remunerados en la reproducción social: el cuidado no se suspende cuando inicia la producción, sino que se transforma y acompaña cada fase del proceso agrícola. Por su parte, la participante 2 presenta una intensificación extrema del trabajo, con jornadas que comienzan entre las 2 y 3 de la madrugada. Aunque establece límites frente al cuidado de los nietos, su relato no desplaza la centralidad del cuidado, sino que lo redefine desde una ética de autosuficiencia y responsabilidad económica. Aquí el cuidado se expresa como gestión de sí misma, del orden productivo y de su participación organizativa, lo que sugiere que el cuidado también puede adoptar formas de autogobierno y sostenimiento económico, ampliando la noción clásica de reproducción doméstica.

En el relato de la participante 3, la integración es aún más evidente, el cuidado familiar, cuidado de la tierra y cuidado comunitario aparecen como dimensiones entrelazadas. La organización del hogar, el acompañamiento educativo de sus hijas, el trabajo en terrenos propios y ajenos y la asistencia a reuniones se suceden sin fronteras claras. Esta articulación corresponde a una estrategia permanente de ajuste y adaptación, donde incluso cuando ciertas tareas se redistribuyen parcialmente hacia las hijas, la responsabilidad estructural continúa recayendo en ella. Tal como advierten Trevilla et al. (2020) la crisis de los cuidados se manifiesta precisamente en esta sobrecarga sostenida por mujeres que garantizan simultáneamente la reproducción familiar, productiva y comunitaria. En conjunto, las tres entrevistas muestran que la relación entre

producción y cuidado no se organiza en una división tajante entre esferas, sino en una tensión permanente gestionada por las mujeres mediante una administración flexible y exhaustiva del tiempo. El cuidado no aparece como actividad secundaria, sino como condición de posibilidad de la producción agroecológica, de la participación organizativa y de la estabilidad familiar. Es, en última instancia, el fundamento invisible que sostiene el sistema económico y comunitario en el que estas mujeres están insertas.

Revalorización de las mujeres como sujetos económicos

Los testimonios evidencian que la revalorización de las mujeres como sujetos económicos no se origina prioritariamente en el reconocimiento externo, sino en procesos subjetivos de autoafirmación que posteriormente se fortalecen mediante la organización y la formación colectiva. La participante 1, lo expresa con claridad: “¿Cómo sería bueno valorado por otras personas? No. Si no valorado por sí mismo, por mí misma me he valorado el tiempo... O sea, por mí misma sí” (Entrevista, comunicación personal, 2025). Esta afirmación sostiene que el reconocimiento económico no necesariamente adopta la forma de validación simbólica explícita, sino que se construye como conciencia del propio aporte en el sostenimiento de la vida. Asimismo, el hecho de que la participante 1 vincule su proceso de fortalecimiento a espacios de capacitación “nos daban capacitación de autoestima, de finanzas...” (Entrevista, comunicación personal, 2025), dialoga con la propuesta de Trevilla, Estrada y Soto (2020) sobre la necesidad de revalorizar a las mujeres reconociendo sus saberes, tiempos y experiencias, considerándolas como agentes económicas plenas.

En contraste, la participante 2 y 3 muestran que esta revalorización es desigual y tensionada. La participante 2 asocia su autonomía económica con la ruptura de relaciones de violencia y con la constatación material de su aporte: “Ucha, si hubiera sido así, Dios mío, me hubieran seguido dando de puñetes. No, no, no. Yo llegué acá como que había la doña Marianita, que ella ya se murió. {...} Ella me daba ánimo. Aquí hay cuidado, sí hay cuidado entre las compañeras. Como le digo, hay de lado y lado. Pero yo suelo ver a las compañeritas que están así y digo: algo les pasa. Porque, como dice uno, cuando algo le pasa y no tiene con quién por lo menos gritarlo, algo le pasa. Y todo eso ha habido aquí en mi organización.” (Entrevistada, comunicación personal, 2025). El reconocimiento surge cuando su ausencia visibiliza la carga productiva y reproductiva que sostenía cotidianamente, confirmando lo que Aguirre (1989) problematiza como la histórica doble explotación femenina.

Por su parte, la tercera entrevistada afirma: “En la familia no son muy valoradas... el municipio no nos toma en cuenta... en mi familia sí valora” (Entrevistada, comunicación personal, 2025), evidenciando que el reconocimiento institucional continúa siendo limitado, pese a su rol productivo y organizativo. En conjunto, estas narrativas confirman que la revalorización económica no es automática ni garantizada por la participación agroecológica; se construye de forma fragmentada, en tensión con estructuras patriarcales que, como advierten Soler, Rivera y García (2022), tienden a invisibilizar a las mujeres como “ayuda” y no como protagonistas. No obstante, a través de la agroecología y la organización colectiva, las mujeres de Bio Vida comienzan a disputar esa invisibilidad, posicionándose como sujetas económicas cuya labor productiva y de cuidado

constituye la base misma de la reproducción social y comunitaria.

Reconocimiento de saberes femeninos

El reconocimiento de los saberes femeninos se configura como un conocimiento situado, construido desde la experiencia territorial, productiva y organizativa, que articula dimensiones técnicas y relacionales del cuidado. En ese sentido son conocimientos multidisciplinarios que sostienen que el saber agrícola emerge de la práctica concreta y del entendimiento profundo de los ciclos y particularidades del territorio: “Ya sabemos qué producimos en cada sector... la tierra es apta para ese cultivo. Yo no puedo venir a aparecer con aguacates donde yo vivo, porque no se da ahí” (Participante 1, comunicación personal, 2025), sugiere que este conocimiento no es improvisado, es el resultado de una acumulación colectiva de experiencias que, aunque frecuentemente invisibilizadas fuera de la organización, sostienen la producción y la autonomía alimentaria.

A su vez, el saber femenino también se expresa como capacidad de acompañamiento y lectura sensible de las realidades ajenas, tal como señala la Participante 2: “Nosotros les hablamos a nuestras compañeras si les vemos mal, fuimos a la casa... yo le digo seamos buenas, nadie sabe lo que nosotros estamos pasando” (Participante 2, comunicación personal, 2025), lo que da razón de que el cuidado relacional constituye un capital social propuesto por Bourdieu (1986), quien lo define como el conjunto de recursos actuales o potenciales vinculados a la pertenencia a una red duradera de relaciones de conocimiento y reconocimiento mutuo. Imprescindible para la permanencia organizativa.

Participación en decisiones económicas.

La participación de las mujeres en las decisiones económicas dentro de Bio Vida debe interpretarse como una dimensión constitutiva de la economía del cuidado y no simplemente como inserción en el mercado. En el caso de la participante 1, la ruptura con el mandato de confinamiento doméstico confirma lo señalado por Aguirre (1989) respecto a la “doble explotación”: las mujeres han sido históricamente responsables del trabajo reproductivo no remunerado y, cuando intentan incorporarse al trabajo productivo, enfrentan resistencias derivadas de un orden patriarcal que naturaliza su dependencia. Esta experiencia concreta da lugar a entender que la autonomía económica más allá de ser un acto individual aislado, es un campo de disputa dentro de una estructura jerarquizada que invisibiliza el aporte femenino, tal como advierten Soler, Rivera y García (2022) y que puede reproducir desigualdades de género. Sin embargo, cuando esta participante propone una organización económica basada en el trabajo colectivo familiar, desplaza la lógica androcéntrica del proveedor único y se aproxima a la perspectiva de Orozco (2013), quien revaloriza los trabajos demostrando que la economía doméstica también puede entenderse como un espacio estratégico de reorganización del cuidado y la producción. Al menos si así las condiciones lo permiten.

En el caso de la participante 2, el control directo de animales y tierra (siendo sus medios productivos) implica acceso a ingresos para ella, y constituye una forma de reconocimiento de su saber productivo y de su autoridad económica. Su liderazgo económico encarna además la propuesta de Trevilla, Estrada y Soto (2020) de revalorizar a las mujeres como sujetas económicas mediante el reconocimiento de sus experiencias y prácticas situadas. Finalmente, la

experiencia de la participante 3 revela los condicionamientos estructurales que limitan la autonomía femenina, en coherencia con lo planteado por Ezquível (2011) acerca de cómo la provisión de cuidados y la sostenibilidad de la vida dependen de contextos socioeconómicos desiguales que reproducen precariedad. Así, la participación económica femenina en Bio Vida no puede reducirse al acceso al ingreso monetario, sino que debe comprenderse como un campo de disputa donde convergen agencia, desigualdad de género y estructuras económicas que tensionan, pero también posibilitan nuevas formas de organización del cuidado, la producción y la reproducción social en el ámbito rural.

Conclusiones

La investigación permite concluir que las prácticas agroecológicas desarrolladas por las mujeres de Bio Vida no se limitan a una función productiva orientada al mercado, sino que operan como una infraestructura concreta de la economía del cuidado en el contexto rural estudiado. A partir del análisis empírico y del diálogo con la economía feminista, se confirma que la agroecología constituye una forma ampliada de organización del cuidado que articula producción, reproducción social y sostenimiento comunitario. En este sentido, la pregunta de investigación puede responderse afirmativamente: las prácticas agrícolas impulsadas por estas mujeres contribuyen activamente al sostenimiento de la vida cotidiana en el ámbito doméstico, comunitario y territorial.

En primer lugar, los resultados muestran que el cuidado doméstico en cuestiones como alimentación, atención a personas dependientes, organización del hogar no es una esfera separada de la producción agroecológica, sino su condición de posibilidad. La preparación de

alimentos, el acompañamiento educativo y el cuidado intergeneracional sostienen la fuerza laboral familiar y permiten la continuidad del proyecto productivo. Así, se corrobora lo planteado por la economía del cuidado: el trabajo no remunerado amplía el bienestar, expande el bien-estar y sostiene la base material del sistema económico. Sin embargo, también se evidencia que esta centralidad del cuidado continúa recayendo de manera desproporcionada sobre las mujeres, reproduciendo tensiones estructurales y confirmando que la agroecología, por sí sola, no elimina las desigualdades de género en el ámbito doméstico. Por ende, la organización es la que construye activamente ese horizonte. En segundo lugar, la participación organizativa en Bio Vida no puede entenderse únicamente como requisito para la comercialización, sino como trabajo de cuidado colectivo que sostiene redes de apoyo, circulación de saberes, gestión de conflictos y mecanismos de financiamiento solidario. La organización actúa como un espacio de reproducción social ampliada, donde el cuidado se politiza y adquiere valor estructural. En este punto, la agroecología trasciende lo técnico y se convierte en una práctica relacional que fortalece el capital social y reconfigura parcialmente el lugar histórico de las mujeres como “ayuda” invisible.

La organización del tiempo diario demuestra que los conceptos de producción y cuidado no se distribuyen en esferas separadas, sino que se entrelazan en jornadas continuas y flexibles donde el cuidado estructura prioridades, ritmos y decisiones, es decir, que se ejecutan de manera complementaria⁰. La sobrecarga evidenciada confirma la persistencia de la crisis de los cuidados en contextos rurales, pero también visibiliza la capacidad de agencia de las mujeres para gestionar simultáneamente múltiples responsabilidades productivas y reproductivas.

Lo que no justifica su condición, pero permite evaluarla desde cada experiencia situada. El cuidado se vuelve el principio ordenador de la vida cotidiana ya que, sin esta esfera, la vida es despojada de su sostén. Una de las conclusiones más significativas de este proyecto es el reconocimiento de que no existe una única forma de articular la relación entre agroecología y economía feminista. En el caso de Bio Vida, puede resolver que la agroecología opera como base estructural del cuidado rural; sin embargo, esta articulación demanda profundizar en estrategias de incidencia y en un plan de acción formativo más concreto, orientado a la transformación del núcleo intrafamiliar, institucional y territorial. A través de la práctica agroecológica y la organización colectiva, las mujeres de Bio Vida han comenzado a disputar su propia historia frente a la invisibilización, posicionándose como productoras y gestoras de sus condiciones materiales de vida y sustento, y reconociéndose como tejedoras de la red, todavía poco visible, que sostiene a sus familias y comunidades.

Referencias Bibliográficas

- Alehagen, U. (2024). Selenium and coenzyme Q10 supplementation improves thyroid hormone status and quality of life in an elderly population. *Nutrients*, 16(4), 612. <https://doi.org/10.1186/s12916-024-03411-1>
- American Diabetes Association. (2024). *Standards of care in diabetes—2024*. *Diabetes Care*, 47(Supplement_1), S1–S350. <https://doi.org/10.2337/dc24-Sint>
- Ming, W., Cheng, H., Yong, S., Ching, G., Chung, G., Heng, H. (2025). Impact of the Mediterranean Diet on Glycemic Control, Body Mass Index, Lipid Profile, and Blood Pressure in Type 2 Diabetes: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Nutrients*, 17(24), e3908. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2025.e24176>

- Chaker, L., Bianco, A., Jonklaas, J., & Peeters, R. (2022). Hypothyroidism. *The Lancet*, 399(10321), 793–803.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)30703-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)30703-1)
- Duntas, L., & Orgiazzi, J. (2011). The interface between thyroid and diabetes mellitus. *Clinical Endocrinology*, 75(1), 1–9.
https://research.manchester.ac.uk/en/publications/the-interface-between-thyroid-and-diabetes-mellitus/?utm_source=chatgpt.com
- Franz, M., MacLeod, J., Evert, A., Brown, C., Gradwell, E., Handu, D., Reppert, A., & Robinson, M. (2022). Academy of Nutrition and Dietetics nutrition practice guideline for type 1 and type 2 diabetes in adults. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 122(1), 43–62.
<https://doi.org/10.1016/j.jand.2021.09.008>
- Godos, J., Zappalà, G., Bernardini, S., Giambini, I., Bes-Rastrollo, M., & Martinez-Gonzalez, M. (2020). Adherence to the Mediterranean diet is associated with better glycemic control in type 2 diabetes. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 30(5), 737–744.
<https://doi.org/10.1016/j.numecd.2020.01.014>
- International Diabetes Federation. (2024). *IDF diabetes atlas* (10th ed.). International Diabetes Federation.
<https://diabetesatlas.org>
- Morley, J., Anker, S., & von Haehling, S. (2021). Prevalence, incidence, and clinical impact of sarcopenia: Facts, numbers, and epidemiology. *Journal of Cachexia, Sarcopenia and Muscle*, 12(4), 770–781.
<https://doi.org/10.1002/jcsm.12783>
- Pérez, A. (2021). Terapia cognitivo-conductual sobre la adherencia terapéutica y la conducta alimentaria en personas adultas mayores con diabetes tipo 2. *Revista Mexicana de Análisis de la Conducta*, 47(2), 193–210.
<https://www.scielo.org.mx/pdf/rmta/v47n2/2007-1523-rmta-47-02-193.pdf>
- Rayman, M. (2020). Selenium and human health. *The Lancet*, 379(9822), 1256–1268.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)61452-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)61452-9)
- Pérez, A., Ortega, M., Mancilla, J., González, A., Amaya, A., Becerra, A. (2021). Terapia cognitivo-conductual sobre la adherencia terapéutica y la conducta alimentaria en personas adultas mayores con diabetes tipo 2. *Revista Mexicana de Análisis de la Conducta*, 47(2), 193–210.
<https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2021.2.734>
- Salas-Salvadó, J., Díaz-López, A., Ruiz-Canela, M., Basora, J., Fitó, M., Corella, D., Serra-Majem, L., Wärnberg, J., Romaguera, D., Estruch, R., & Ros, E. (2020). Effect of a lifestyle intervention program with energy-restricted Mediterranean diet and physical activity on weight loss and cardiovascular risk factors. *JAMA*, 322(16), 1529–1544.
<https://doi.org/10.1001/jama.2019.15324>
- Soares, D. (2022). Older adults with type 2 diabetes mellitus undergoing calorie-restricted diet and recreational sports training: A randomized clinical trial. *Clinical Nutrition ESPEN*, 48, 352–359.
<https://doi.org/10.1016/j.clnesp.2022.03.020>
- Wang, C., Zhang, Y., Li, H., & Chen, Y. (2023). Thyroid dysfunction and type 2 diabetes: Epidemiological evidence and clinical implications. *Frontiers in Endocrinology*, 14, 1187429.
<https://doi.org/10.3389/fendo.2023.1187429>
- Winther, K., Bonnema, S., Cold, F., Debrabant, B., Nybo, M., & Hegedüs, L. (2020). Does selenium supplementation affect thyroid function? Results from a randomized controlled trial. *European Journal of Endocrinology*, 182(3), 279–289.
<https://doi.org/10.1530/EJE-19-0893>
- World Health Organization. (2023). *Global report on diabetes*. World Health Organization.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240068467>
- Zhang, A. (2025). Community-based intelligent blood glucose management for elderly patients with type 2 diabetes mellitus: A randomized controlled trial. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 210, 110992.

<https://doi.org/10.1016/j.diabres.2025.110992>

Zhang, W. (2024). Effects of shared decision-making informed dietary intervention based on digital health technology in older adults with type 2 diabetes mellitus: A randomized controlled trial. *Frontiers in Nutrition*, 11,

1298476.

<https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1298476>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Grace Alejandra Ortiz Rodríguez y Abel Alejandro Arias Arcentales.

Declaraciones éticas y editoriales del artículo

Contribución de los autores (Taxonomía CRediT)

Grace Alejandra Ortiz Rodríguez: conceptualización de la investigación, diseño metodológico, desarrollo del proceso investigativo, análisis formal de los datos, redacción del borrador original del manuscrito, revisión crítica del contenido científico y supervisión general del estudio.

Abel Alejandro Arias Arcentales: curación y organización de los datos, participación en la recolección de información, validación de los resultados obtenidos y elaboración de representaciones gráficas y visualización de los datos.

Declaración de conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con la investigación presentada, la autoría del manuscrito ni la publicación del presente artículo.

Declaración de financiamiento

La presente investigación no recibió financiamiento específico de agencias públicas, comerciales o de organizaciones sin fines de lucro. En caso de existir financiamiento institucional o externo, este deberá ser declarado explícitamente por los autores en esta sección.

Declaración del editor

El editor responsable certifica que el proceso editorial del presente artículo se desarrolló conforme a los principios de integridad científica, transparencia y buenas prácticas editoriales. El manuscrito fue sometido a un proceso de evaluación mediante revisión por pares doble ciego, garantizando la confidencialidad de la identidad de los autores y revisores durante todo el proceso de dictamen académico. Asimismo, el editor declara que el artículo cumple con los criterios científicos, metodológicos y éticos establecidos por la revista.

Declaración de los revisores

Los revisores externos que participaron en la evaluación del presente manuscrito declaran haber realizado el proceso de revisión de manera objetiva, independiente y confidencial. Asimismo, manifiestan que no mantienen conflictos de interés con los autores ni con la investigación evaluada, y que sus observaciones y recomendaciones se fundamentan exclusivamente en criterios científicos, metodológicos y académicos.

Declaración ética de la investigación

Los autores declaran que la investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación científica, garantizando la confidencialidad de los datos y el respeto a los participantes del estudio. En los casos en que la investigación involucre seres humanos, los procedimientos deben ajustarse a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y a las normativas institucionales correspondientes.

Declaración sobre el uso de inteligencia artificial

Los autores declaran que el uso de herramientas de inteligencia artificial, en caso de haberse utilizado durante el proceso de investigación o redacción del manuscrito, se realizó únicamente como apoyo técnico para mejorar la claridad del lenguaje o el análisis de información, manteniendo siempre la responsabilidad intelectual sobre el contenido del artículo. Las herramientas de inteligencia artificial no fueron utilizadas como autoras del manuscrito ni sustituyen la responsabilidad académica de los investigadores.

Disponibilidad de datos

Los datos que respaldan los resultados de esta investigación estarán disponibles previa solicitud razonable al autor de correspondencia, respetando las normas éticas y de confidencialidad establecidas por la investigación.

