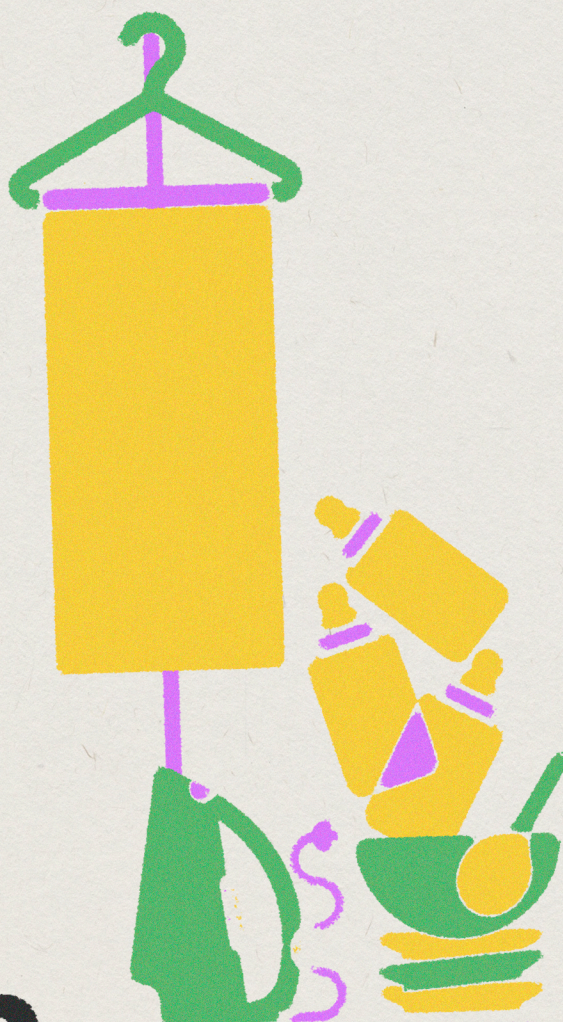




OXFAM

México



**NO
NGS
LLAMES
NI-
NIS.**

Mujeres
jóvenes
que cuidan
en México

**NO
NOS
LLAMES**

Mujeres
jóvenes
que cuidan
en México

**NI-
NIS**

Publicado por Oxfam México, mayo de 2026

La información contenida en este documento es correcta al momento de su publicación. No se utilizaron herramientas de inteligencia artificial de forma directa en su realización.

Sobre Oxfam México

Oxfam México forma parte de un movimiento global para erradicar la desigualdad y tiene presencia en más de 80 países. Desde hace tres décadas, trabajamos para inspirar y movilizar a personas, organizaciones y gobiernos para construir un mundo más justo e igualitario. Siempre acompañadas de donantes, activistas, especialistas y organizaciones aliadas, documentamos las enormes desigualdades de nuestro país y generamos propuestas para la justicia económica.

Autoras principales

Soledad Rodríguez Moreno, Alejandra Benítez Silva, Mariana Belló y Efrén Pérez de la Mora.

La elaboración de este informe fue posible gracias a la colaboración de Emilio del Río Castro, Valentina Ramírez Reynoso, Abedel Galindo Meneses, Alejandra Isibasi y Carlos Brown Solà.

Crédito de la fotografía de portada: Barbara Zandoval

Oxfam México

Cda. de Salvador Alvarado, No.7, Nivel 2
Col. Escandón. Alcaldía Miguel Hidalgo C.P. 11800
Ciudad de México, México

Esta licencia permite a los reutilizadores distribuir, remezclar, adaptar y crear a partir del material en cualquier medio o formato, únicamente con fines no comerciales y siempre que se dé el crédito correspondiente al creador. Si remezclas, adaptas o creas a partir del material, debes licenciar el material modificado bajo los mismos términos.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



No nos llames nini, somos mujeres jóvenes que cuidan

“Nini es una etiqueta social que, pues, no sabemos qué hay detrás, no sabemos el contexto y pues [...] como en mi persona [...] podemos tener los estudios, pero si no hay las oportunidades laborales o incluso sociales.... O que justamente también tenemos otras situaciones. Como este tema de los cuidados. Quizá alguien detrás no sabe que estamos cuidando a una persona muy enferma y pues no nos permite incluso salir a buscar trabajo y algunas oportunidades.”

– Stephanie, 25 años.

Aunque no se reconoce y no se remunera en la mayoría de los casos, cuidar es un trabajo que genera valor a nuestra sociedad, incluso bajo los criterios de la economía productiva. Según la Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares del Instituto Nacional de Estadística y Geografía, en 2024, las labores domésticas y de cuidados representaron al menos una cuarta parte (23.9 %) del producto interno bruto nacional, más que la industria manufacturera (20.1 %) o el comercio (18.7 %). De ser considerado como parte de la contabilidad nacional, el trabajo doméstico y de cuidados sería el sector productivo más importante de México y las mujeres, sus protagonistas. En 2024, las mujeres contribuyeron 2.7 veces más al valor económico de estas actividades que los hombres.

También bajo los criterios de la economía productiva, a las personas jóvenes¹ que aparentemente no estudian y no trabajan se les denomina de forma despectiva “ninis” en la discusión pública.² Esta etiqueta social tiene la función de señalar que las personas jóvenes no están cumpliendo el mandato de ser productivas o de ganarse lo que tienen mediante su esfuerzo. Sin embargo, 3 de cada 4 personas jóvenes que aparentemente no estudian ni trabajan son mujeres que trabajan cuidando, sin reconocimiento y sin pago. Casi 8 de cada 10 personas que no estudian y no trabajan en una actividad productiva son mujeres y alrededor de 9.5 de cada 10 mujeres que no estudian y no trabajan se dedican a cuidar de otras personas y los cuidados son un trabajo que no se remunera.

Las ninis no existen, son mujeres jóvenes que cuidan.

El uso de la palabra “nini” como etiqueta invisibiliza y estigmatiza a las mujeres y al trabajo que realizan, como muestran diversos análisis sobre la categoría *nini* en México (Campos Vázquez, 2011; OCDE, 2017; Escoto, 2021; Arceo Gómez y Campos Vázquez, 2021). **Este término es una señal de desprecio hacia las juventudes más discriminadas, hacia el trabajo de cuidados y la autonomía de las mujeres.** Cuando se llama “ninis” a personas jóvenes que están dedicando una jornada completa al trabajo de cuidados se construye una dicotomía falsa entre quienes “le echan ganas” y quienes no, bajo la lógica meritocrática, además de esconder a quien no tiene otra opción más que cuidar debido a desigualdades estructurales y a la injusta organización social del cuidado

¹ En México, de acuerdo con la legislación vigente, las personas jóvenes son aquellas cuyas edades están entre los 12 y 29 años. Sin embargo, este análisis se concentra en aquellas personas en edad de trabajar, por lo que para fines del análisis en este documento se considerarán las personas de 15 a 29 años de edad.

² El término “nini” —derivado del acrónimo anglosajón NEET (*Not in Education, Employment or Training*), surgido en Reino Unido a finales de la década de los noventa del siglo pasado como categoría técnico-estadística para identificar a personas jóvenes fuera de la educación, el empleo o la capacitación— alude originalmente a desigualdades estructurales en la transición a la vida adulta, como pobreza, exclusión educativa, precariedad laboral, maternidad temprana, responsabilidades de cuidado y falta de oportunidades. Sin embargo, en México su circulación pública hacia 2010 estuvo marcada por usos mediáticos y políticos que tendieron a estigmatizar a las juventudes como apáticas, improductivas o socialmente riesgosas, desplazando la atención de las causas estructurales de su situación.

que persiste hasta nuestros días. A su vez, al estar centrada en una visión sesgada e incompleta de una economía que prioriza lo productivo y lo masculino, invisibiliza a las mujeres que brindan cuidados y sostienen a nuestras comunidades.

Tal estigmatización también tiene el efecto de desmovilizar a las personas. Si el discurso público les repite que “no hacen nada” y que, por lo tanto, su voz y necesidades no importan, se anula su capacidad de reconocerse como personas sujetas de derechos y, por lo tanto, su capacidad de exigir al estado las condiciones necesarias para construir un proyecto de vida propio y autónomo. **Las jóvenes que cuidan no eligen, de manera individual, estar fuera del mercado laboral o del sistema educativo**, sino que se ven empujadas a cuidar de manera desproporcionada en un contexto donde los cuidados están distribuidos injustamente y donde hay poca o nula infraestructura pública para hacerlos más dignos y sin cargo a la vida y tiempo de las cuidadoras.

La vida de las mujeres jóvenes en México refleja una desproporción muy clara en términos de autonomía. En primer lugar, **no están inactivas**, pues en promedio destinan 5.2 horas diarias a algún tipo de trabajo de cuidados —quehaceres domésticos, acompañamiento o cuidados directos³ a personas en situación de dependencia—, más del triple que sus pares hombres. Aunque esta brecha sería suficiente para mostrar la desigualdad entre unas y otros, el dato representa solo una parte de la sobrecarga que enfrentan las mujeres. Cuando se pone atención particular a las mujeres jóvenes que hacen los tres tipos de cuidados —quienes representan a 1 de cada 5 mujeres jóvenes que cuidan— encontramos que dedican 7.6 horas diarias a trabajo gratuito y no reconocido, acumulando 53.2 horas por semana, muy por encima de la jornada laboral establecida por la ley para los trabajos de mercado.

La consecuencia inmediata de esta distribución injusta del trabajo de cuidados es que **las mujeres jóvenes que cuidan no pueden hacer otras actividades**. Las oportunidades para el ocio, el estudio, el trabajo remunerado, el autocuidado o la participación social o política quedan restringidas. Esta realidad, que tiene como base el mandato social que dicta que el cuidado es la principal vocación y obligación de las mujeres, se recrudece pues el derecho a la educación tiene fecha de caducidad y su nivel social o educativo las condena a la precariedad laboral. A esto se suma la ausencia de políticas públicas que hagan de los cuidados una responsabilidad compartida entre distintos actores sociales, incluyendo al propio Estado y los espacios de trabajo. No solo se trata de pobreza de tiempo, sino de la expropiación de su autonomía. **Las mujeres jóvenes que cuidan son tanto un subsidio como un amortiguador de la crisis de cuidados para el estado, el mercado e incluso, para sus familias.**

Es necesario dar visibilidad a quienes están haciendo trabajo de cuidados sin remuneración. Por ello, en este documento nos centramos en entender quiénes son las mujeres jóvenes que cuidan y que están fuera del mercado laboral y educativo. Se analiza la situación tanto a nivel nacional como en el caso de la Ciudad de México (CDMX), donde actualmente se consulta y discute una iniciativa de ley para crear el sistema local de cuidados.

³ Los cuidados directos son las acciones que implican contacto físico y personal entre la persona cuidadora y la persona que recibe cuidados. Para saber más, ver Oxfam México (2025).

Es urgente reconocer a estas mujeres jóvenes para que el estado asuma la rectoría en **la creación, diseño e implementación de políticas de cuidados con y para ellas**, que les permitan decidir de manera autónoma sobre la vida que desean para sí. Promover políticas de cuidados para las mujeres jóvenes que cuidan, especialmente las más discriminadas, es avanzar por la justicia social y de género en nuestro país. Poner los cuidados al centro de las decisiones políticas es el camino para construir una sociedad más justa.

¿Quiénes son las mujeres jóvenes que cuidan en México?

Si hubiera que poner rostro a las mujeres jóvenes que cuidan descubriríamos que la mayoría son madres (59.2 %) de entre 25 y 29 años (2 de cada 5) que viven en pareja (6 de cada 10) y cuya trayectoria educativa se detuvo en la secundaria (4 de cada 10). En buena medida, se trata de jóvenes expulsadas por el sistema educativo que se convierten en madres desde temprana edad: mujeres dedicadas por completo al hogar y a la crianza de sus hijos. Mientras que el término “ama de casa” reconoce un papel social, la etiqueta “nini” las borra por completo de los mapas familiares, sociales y productivos, haciendo que su trabajo diario parezca “inactividad laboral” que justifica el estigma social y oculta el abandono del estado.

Por su parte, las jóvenes de entre 15 y 19 años son un sostén intergeneracional invisibilizado, ya que no cuidan a su descendencia, sino que podemos inferir que procuran a personas de diferentes edades de sus redes más cercanas. Las jóvenes de 15 a 19 años representan alrededor de una quinta parte del total de mujeres jóvenes que cuidan. Entre ellas, 4 de cada 5 no tienen hijos y 2 de cada 3 son solteras; casi la mitad vive en zonas rurales (42.9 %) y su trayectoria escolar también se detiene en la secundaria (48.3 %).

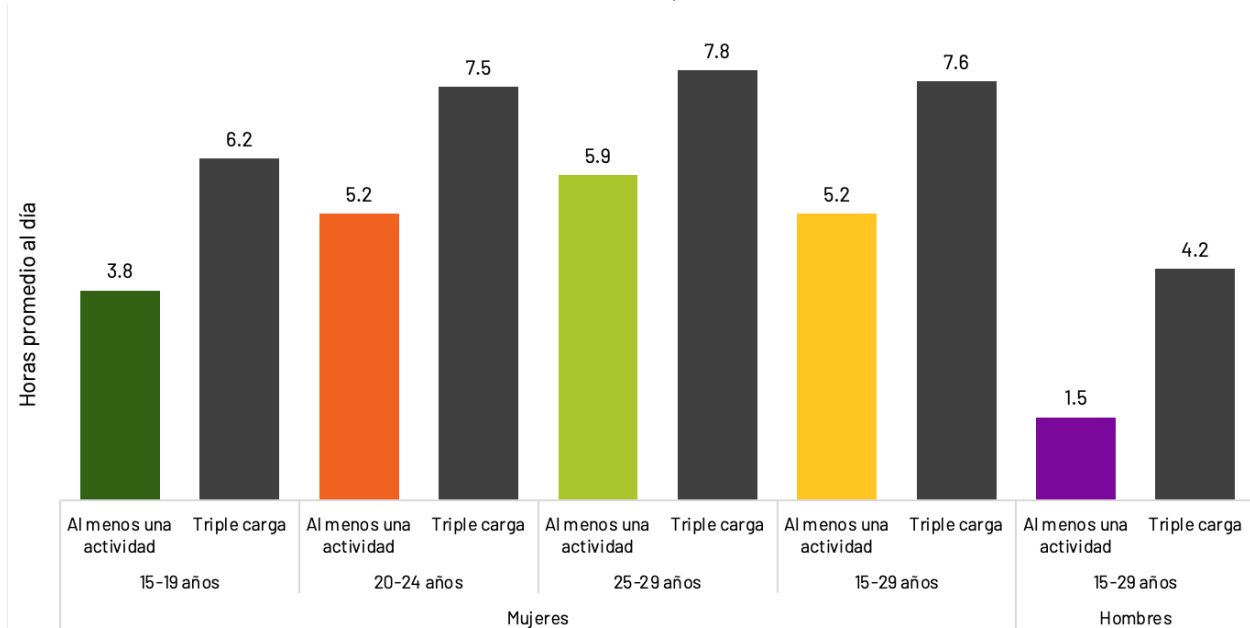
En promedio, ellas dedican 3.8 horas diarias a los cuidados de hermanos, tíos, abuelos y familiares enfermos, pero también a realizar labores domésticas para que otras personas del hogar tengan oportunidad de salir a trabajar de forma remunerada. Así, **no solo cuidan, sino que también subsidian al sistema económico y a la participación del resto de su familia en el mercado laboral a costa de su propio tiempo y proyecto de vida.**

Asumir responsabilidades de cuidados en edades tempranas tiene consecuencias muy diversas según el contexto en que ocurre. No obstante, la más evidente, y a veces, irreversible, es la exclusión del sistema educativo. No es casualidad que casi la mitad de las mujeres más jóvenes que no estudian y no trabajan formalmente vean truncada su educación en la secundaria. En realidad, es una muestra de que **hay una exigencia social para que orienten sus proyectos de vida a actuar como red de seguridad gratuita para sus familias.**

Como se observa en la Gráfica 1, el gran punto de inflexión ocurre entre los 20 y los 24 años, cuando las mujeres jóvenes tienden a comenzar su vida en pareja y a tener hijos. Este comportamiento demográfico trae consigo una agudización de la pobreza de tiempo. Las horas diarias destinadas al trabajo no remunerado pasan de un promedio de 3.8 entre las mujeres de 15 a 19, a 5.2 entre las mujeres de 20 a 24 y casi 6 horas diarias entre las mujeres de 25 a 29 años. Mientras tanto, el tiempo que destinan los hombres jóvenes a estas actividades se mantiene prácticamente constante sin importar la edad.

Gráfica 1. Un punto de inflexión en la vida de las mujeres jóvenes

Horas promedio diarias dedicadas al trabajo de cuidados en distintos intervalos de edad, por género y por número de actividades de cuidados que realizan, 2024



Fuente: elaboración propia con datos de la ENOE, 2024 (cuatro trimestres).

Cómo leer esta gráfica: cada barra representa el total de horas al día que dedican, en promedio, hombres y mujeres a nivel nacional a los cuidados en distintos intervalos de edad dentro de la juventud (15 a 19, 20 a 24 y 25 a 29 años). Las barras de colores indican el promedio de horas entre quienes hicieron al menos una de las tres actividades de cuidados: acompañamiento, cuidados directos, quehaceres; las barras grises representan el número de horas diarias en promedio entre quienes hicieron los tres tipos de cuidados en el mismo día. Entre más grandes sean las barras, mayor es el promedio de horas diarias que las personas de ese intervalo de edad dedican a los cuidados. Quienes hacen las tres actividades de cuidados dedican al menos una hora diaria más a los cuidados en cualquier rango de edad. Las mujeres que realizan triple carga dedican más de tres horas adicionales que los hombres en el intervalo de 15 a 29 años.

Para las mujeres, tener una hija o un hijo o vivir en pareja redefine por completo su biografía y su disponibilidad de tiempo, mientras que para los hombres es un evento que prácticamente no cambia su rutina diaria durante su tránsito por la juventud. **Parece haber una penalización social para las mujeres por cuidar**, en tanto que, para los hombres no cuidar es entendido como un privilegio de género. Esto coincide con los hallazgos de la economista Claudia Goldin, premio Nobel de economía, quien puso en evidencia el castigo salarial que sufren las mujeres por materner, especialmente por el poco tiempo disponible del que gozan. Mientras esto ocurra y los cuidados sigan sin reconocerse como un trabajo valioso a ser distribuido de manera equitativa entre toda la sociedad, estos seguirán siendo una de las piedras angulares de la desigualdad de género.

Sin embargo, **la desigualdad más grave surge al observar el estado civil y la condición de maternidad de las mujeres**. En promedio, las jóvenes con pareja e hijos dedican más horas diarias a los cuidados (6.7 horas) que las madres solteras o separadas (6 horas). Esto lleva a suponer que **la presencia de una pareja masculina en los hogares no reduce la carga de cuidados, sino que la incrementa**. ¿Bajo qué paradigmas, arreglos y prácticas están construidas las relaciones de pareja heterosexuales hoy en día y qué costo tiene esto para la

carga de cuidados de las personas? Las mujeres jóvenes no solo se encargan del cuidado de las infancias, sino también de su propia pareja, y eso representa casi una hora más de sus vidas. Por su parte, el que las madres solteras o separadas dediquen menos tiempo a los cuidados también puede ser indicativo de la existencia de redes de cuidados que operan comunitaria o colectivamente y en las que se incluyen abuelas, madres, hermanas, amigas y vecinas. Estas redes liberan el tiempo de las cuidadoras principales, a costa del trabajo de otras mujeres.

¿Dónde están las mujeres jóvenes que cuidan en México?

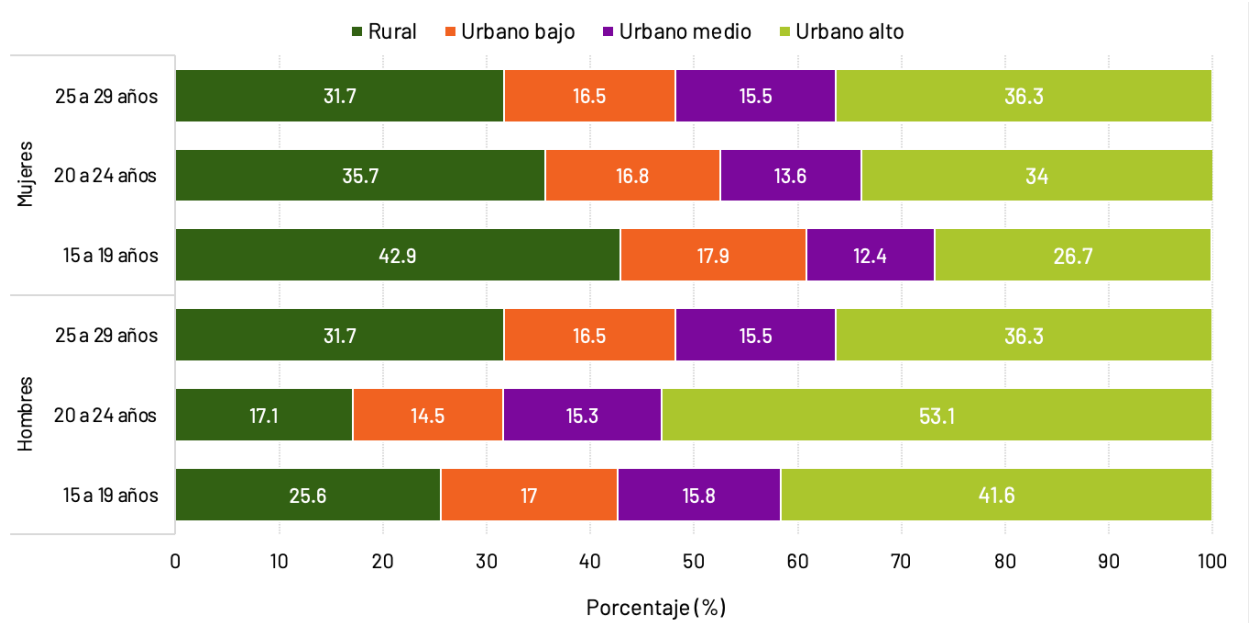
Las mujeres que cuidan se ubican en localidades distintas que los hombres que no estudian y no trabajan.

Poco más de una tercera parte de las mujeres jóvenes que cuidan se encuentran en localidades rurales (35.6 %), mientras que otro tercio está en localidades urbanas (33.4 %). Aunque la diferencia porcentual no es tan amplia, las implicaciones en su escolaridad y uso de tiempo reflejan un sesgo territorial. La Gráfica 2 deja ver cómo, a menor edad, las jóvenes que cuidan tienden a concentrarse en las localidades rurales o pequeñas urbes, mientras que hay más jóvenes que cuidan de 20 a 29 años en las ciudades medianas y grandes. Esto contrasta con el perfil de los hombres que no estudian y no trabajan, pues ellos se concentran sobre todo en grandes ciudades en etapas más tempranas de su juventud —entre 20 y 24 años y, en menor medida, entre los 15 y 19 años.

Por sus condiciones estructurales particulares, el entorno rural es un factor importante para entender las diferencias en las responsabilidades de cuidados. En estas localidades, las jóvenes dedican, en promedio, hasta 2.7 horas semanales más a los cuidados. En las zonas rurales se invierte más tiempo en cuidar porque, entre otras razones, históricamente ha habido un racismo institucional materializado en falta de servicios básicos y en una infraestructura básica y de cuidados insuficiente o inadecuada. En México, las desigualdades territoriales —junto con las sociales, étnicas, raciales y de género— hacen que el trabajo de cuidados se concentre en las mujeres más pobres y discriminadas.

Gráfica 2. Las jóvenes que cuidan no están en los mismos lugares que los hombres

Distribución porcentual promedio de jóvenes que no estudian y no trabajan según el tamaño de localidad en que habitan e intervalos de edad, 2024



Fuente: elaboración propia con datos de la ENOE, 2024 (cuatro trimestres).

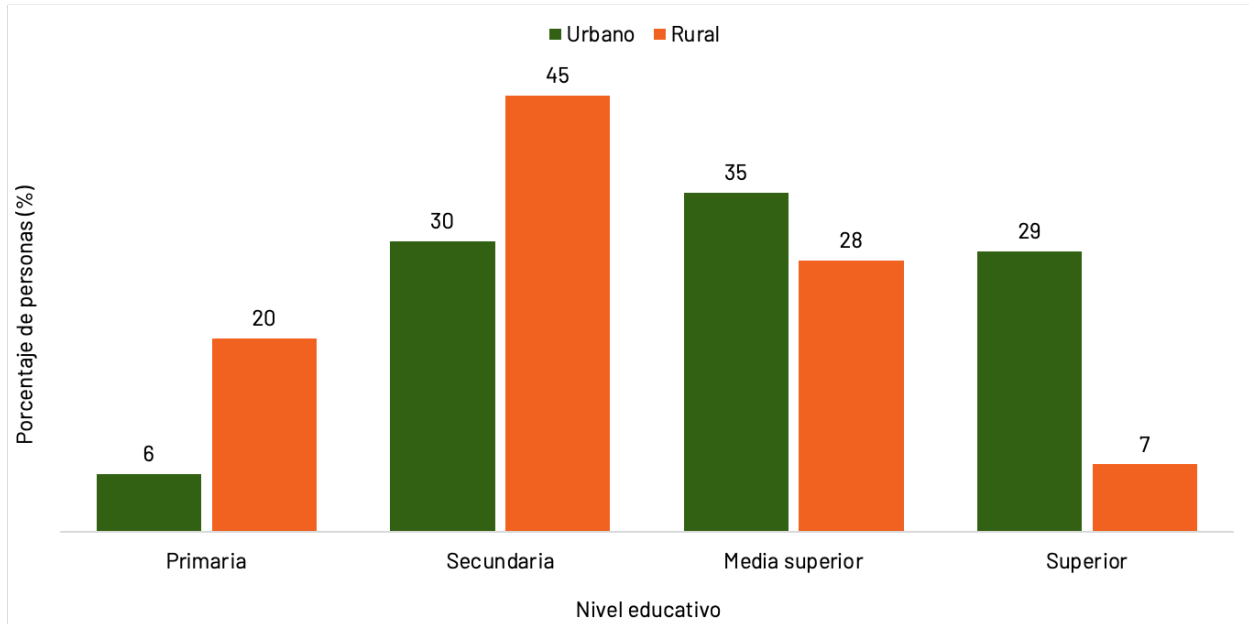
Cómo leer esta gráfica: cada barra representa el total de personas en distintos intervalos de edad dentro de la juventud (15 a 19, 20 a 24 y 25 a 29 años) entre hombres y mujeres a nivel nacional. Las franjas de colores indican el tamaño de la localidad (rural, urbano bajo, urbano medio, urbano alto) donde viven distintas proporciones de personas dentro de cada grupo de edad. Entre más grande sea la franja, mayor es el porcentaje de personas de ese intervalo de edad que vive en ese tipo de localidad. La mayoría de las jóvenes que cuidan de 15 a 19 años y de 20 a 24 años se encuentra en localidades rurales, mientras que la mayoría de los hombres que no estudian y no trabajan se encuentran en localidades más urbanizadas.

Las diferencias territoriales también se reflejan en los niveles de escolaridad de las jóvenes que cuidan. En general, **vivir en la ruralidad implica que las personas tengan mayor dificultad para alcanzar niveles máximos de estudios por arriba de la educación secundaria, mientras que las oportunidades educativas son mayores en las ciudades.** Entre las mujeres jóvenes de 25 a 29 años que cuidan en el campo, solo el 7 % alcanzó la educación superior y apenas 28 % logró acceder a la educación media superior, mientras que el 29 % de las jóvenes que cuidan en las ciudades contó con educación superior y el 35 % alcanzó el nivel medio superior, como ilustra la Gráfica 3.

Esto indica que **la ruralidad implica un techo educativo para quienes cuidan**, además de las barreras de acceso a la educación presentes en este tipo de entornos. Mientras que el discurso público dominante etiqueta a todas por igual como ninis, la realidad rural nos muestra que las jóvenes que cuidan en el campo probablemente han tenido que sacrificar su educación media superior y superior para convertirse en la única red de cuidados de sus comunidades. Otra posibilidad es que, por la falta de oportunidades educativas adecuadas, de calidad y accesibles, han dedicado su tiempo a cuidar.

Gráfica 3. Un techo educativo para quienes cuidan en el campo

Nivel máximo de estudios promedio alcanzado por mujeres de 25 a 29 años que no estudian ni trabajan, según tamaño de localidad, 2024



Fuente: elaboración propia con datos de la ENOE, 2024 (cuatro trimestres).

Nota: los datos para la categoría “urbano” corresponden a las zonas más urbanizadas o urbano alto (localidades de más de 100 mil habitantes). No se incluyeron los niveles educativos de posgrado y preescolar, así como a quienes reportaron no haber cursado ningún nivel educativo.

Cómo leer esta gráfica: las barras representan el porcentaje de personas que han alcanzado cada nivel educativo en contextos urbanos (verde) o rurales (naranja). Entre más alta sea la barra, mayor es la proporción de personas en cada nivel educativo. En el contexto rural, la mayoría de las jóvenes que cuidan solo alcanzan la secundaria, mientras que en el contexto urbano logran llegar a la preparatoria o la universidad.

A pesar de la diversidad de experiencias entre las mujeres jóvenes, hay tres aspectos que se mantienen. Primero, las mujeres jóvenes llamadas “ninis” sí están trabajando, pues están cuidando a sus hijos, personas de sus redes cercanas o incluso a sus parejas. Esto lo hacen a expensas de su tiempo y sus proyectos de vida. Aunque los datos disponibles no permiten afirmar que no continúan estudiando directamente por sus responsabilidades de cuidados, sí dejan claro que sobre las jóvenes pesa un mandato social y de género para que cuiden de otras personas a su alrededor, además de que son percibidas como mano de obra disponible y gratuita para cuidar sin la corresponsabilidad de otros actores sociales e institucionales.

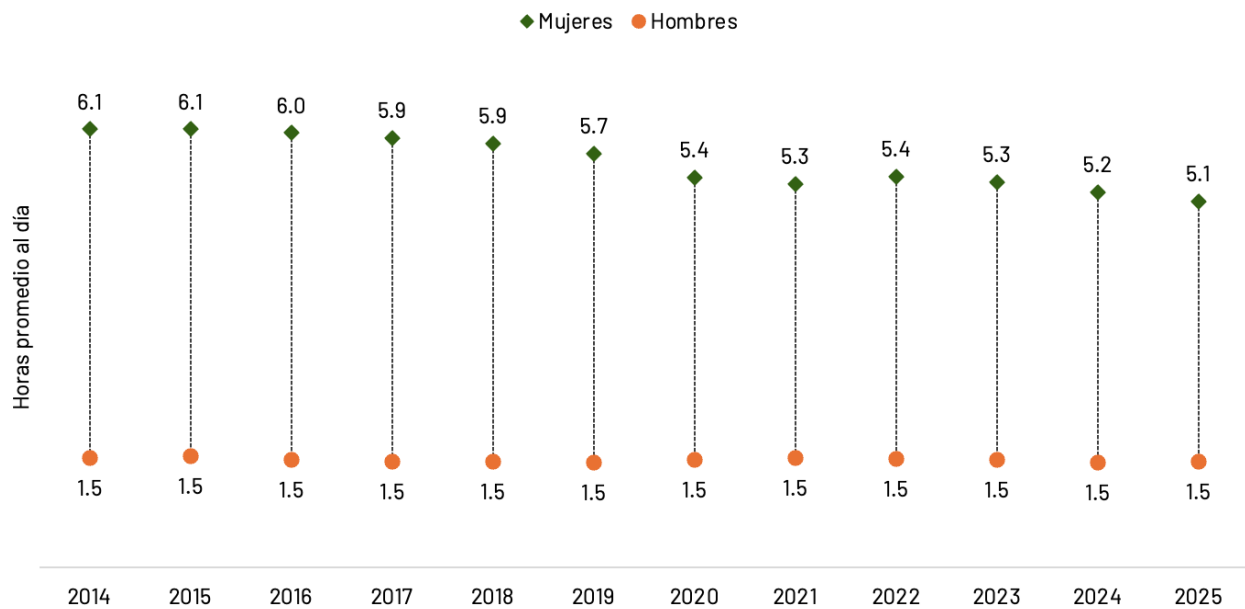
Segundo, el trabajo de cuidados está inscrito en un sistema patriarcal que lo distribuye de manera sumamente desigual: sistemáticamente, las mujeres cuidan más del triple del tiempo que los hombres en cualquier etapa de su juventud. Tercero, las mujeres que cuidan en localidades rurales enfrentan una desigualdad adicional: la falta o la adecuación de bienes y servicios —incluyendo los de cuidados, pero no solamente— que caracteriza a los territorios más marginados y periféricos del país. Esto es un factor importante para que las jóvenes que cuidan en el campo dediquen más tiempo a cuidar y tengan niveles educativos más bajos que sus pares en las ciudades.

El tiempo no lo cura todo

Si bien la brecha del trabajo de cuidados se ha reducido en la última década, como ilustra la Gráfica 4, el cambio ha sido bastante pequeño. **En 2024, las jóvenes cuidaban apenas una hora diaria menos que en 2014 (¡sí, en una década sólo se redujo una hora su tiempo de cuidados!),** mientras que, en el mismo periodo, los hombres que no estudian ni trabajan cuidan exactamente lo mismo –una hora y media diaria. La disminución de la brecha del trabajo de cuidados se debe más a una contracción del tiempo que dedican las jóvenes que cuidan que a un incremento en la corresponsabilidad masculina. Si no hay políticas de cuidados y una responsabilidad activa de los hombres en los cuidados, las mujeres seguirán esperando... y cuidando en desigualdad.

Gráfica 4. Hombres que no estudian, no trabajan y no cuidan

Evolución del promedio de horas diarias dedicadas al trabajo de cuidados entre jóvenes que no estudian ni trabajan según género, 2014-2025



Fuente: elaboración propia con datos de la ENOE.

Cómo leer esta gráfica: los rombos y círculos reflejan cómo ha cambiado en el tiempo el número de horas diarias que las personas jóvenes que no estudian ni trabajan dedican al trabajo de cuidados. Los rombos (verde) representan a las mujeres, mientras que los círculos (naranja) representan a los hombres. Los hombres han cuidado 1.5 horas casi de manera constante durante los últimos años, mientras que las jóvenes que cuidan apenas han visto una disminución de una hora en el tiempo que dedican al trabajo de cuidados en este periodo.

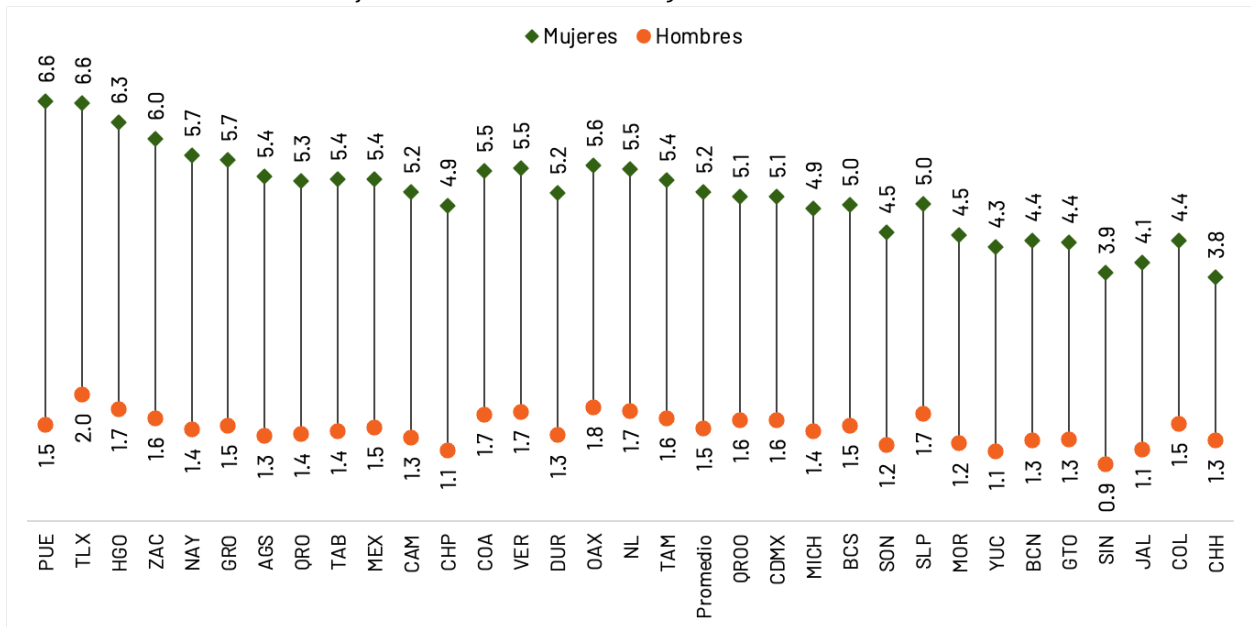
Si bien este documento no profundiza en las actividades que realizan los hombres, los datos nos dejan con preguntas ineludibles: si las mujeres están ocupadas trabajando y sosteniendo la vida, ¿qué uso hacen los hombres de su tiempo? Si las mujeres jóvenes enfrentan la expropiación de su autonomía, de su tiempo, de sus proyectos de vida y de sus cuerpos, ¿de qué privilegios de género disfrutaban ellos y cómo beneficia al sistema económico este arreglo patriarcal? En caso de no ser así, ¿qué conflictos o abandonos están librando los hombres en un entorno de extremas desigualdades?

La disparidad en el uso de tiempo entre unas y otros es una constante a través de los años y también en el territorio nacional, como muestra la Gráfica 5. Sin importar la entidad federativa que se analice, en ninguna de ellas los hombres alcanzan las dos horas de tiempo dedicado al trabajo de cuidados. En la Gráfica 5 también se observa que Tlaxcala, Puebla, Nayarit y Zacatecas son los estados con las brechas más significativas, pues superan las cinco horas de diferencia. En el extremo opuesto se encuentran Sinaloa, Chihuahua, Jalisco y Colima, que reportan diferencias de alrededor de tres horas.

No obstante, el patrón siempre es el mismo: **la reducción en la brecha de género en el tiempo dedicado a los cuidados depende completamente de que las mujeres cuiden un poco menos.** Así, los datos confirman el carácter estructural del problema de los cuidados: **las jóvenes que cuidan subsidian la reproducción de la vida a costa de su tiempo y autonomía.**

Gráfica 5. En cualquier estado de la república, los hombres cuidan menos

Brecha en el promedio de horas diarias dedicadas al trabajo de cuidados entre hombres y mujeres que no estudian y no trabajan de manera remunerada según entidad federativa, 2024



Fuente: elaboración propia con datos de la ENOE, 2024 (cuatro trimestres).

Cómo leer esta gráfica: las líneas representan la diferencia entre las horas promedio que cuidan las mujeres y los hombres en los estados del país. Entre más larga sea la línea, mayor será la brecha. Las jóvenes que cuidan dedican más horas al trabajo de cuidados que los hombres en todas las entidades del país, sin excepción. Hay estados donde la diferencia es muy grande, de alrededor de cinco horas (Puebla, Tlaxcala, Hidalgo, Zacatecas), mientras que en otros es más reducida, en torno a las tres horas (Sinaloa, Jalisco, Colima y Chihuahua).

La Ciudad de México: otro rostro, misma desigualdad

En las últimas décadas, la capital del país se ha ganado una reputación como entidad de vanguardia y de derechos sociales. Por ello, podría pensarse que la realidad del trabajo de cuidados es muy diferente respecto al resto del país y que este se distribuye de mejor manera en la CDMX. No obstante,

como ya se vio en la Gráfica 5, la CDMX está ligeramente por debajo del promedio nacional en la brecha de género en el tiempo dedicado al trabajo de cuidados. Como se mostrará en esta sección, las jóvenes capitalinas que cuidan enfrentan circunstancias particulares en un entorno de oportunidades políticas con un sello propio.

A diferencia de lo que sucede a nivel nacional, donde 3 de cada 10 mujeres jóvenes no estudian ni trabajan de forma remunerada, en la CDMX esta proporción se reduce a 1.5 de cada 10. Esta ventaja aparente oculta que la capital sigue la tendencia nacional, pues 96 % de estas mujeres se dedica de forma exclusiva a las tareas de cuidados. Es decir, el tradicional rol de cuidados para las mujeres se mantiene aún en la capital. Sin embargo, hay que reconocer que la CDMX también sobresale por una participación mayor de los hombres en las labores de cuidados. A nivel nacional, por cada 3 mujeres que se dedican exclusivamente a cuidar sin remuneración hay un hombre que lo hace; en cambio, en la capital la relación es de 2 a 1. Sin embargo, la mayor presencia de los hombres capitalinos en los cuidados no significa plena corresponsabilidad, pues la participación igualitaria en los cuidados está lejos de la actual ayuda, aún marginal y voluntaria por su parte.

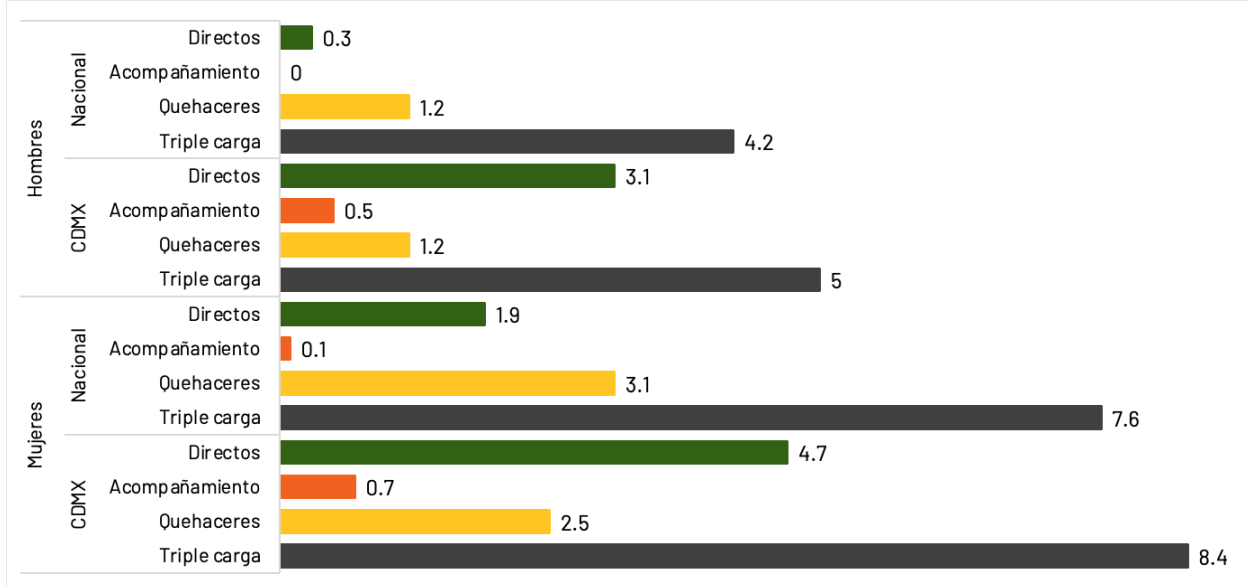
La verdadera paradoja surge cuando nos detenemos en el uso del tiempo, como se observa en la Gráfica 6. A diferencia de lo que sucede a nivel nacional, las jóvenes capitalinas dedican menos horas a los quehaceres domésticos (2.5 horas frente a 3.1), pero invierten más en el cuidado directo de otras personas: 4.7 horas frente a las casi 2 del promedio del país. Esto sugiere que, si bien labores como la limpieza o la cocina (trabajo doméstico) se podrían estar tecnificando, terciarizando (vía trabajadoras del hogar) o delegando a otras personas (generalmente, mujeres racializadas o bien de su comunidad), esto no se traduce en mayor tiempo libre.

Por el contrario, **el contexto urbano parece imponer una mayor exigencia de cuidados directos** —apoyo a infancias, personas mayores, con discapacidad o con enfermedad— que son más difíciles de delegar, pagar o realizar de forma colectiva porque las redes comunitarias no existen o están debilitadas. Ante la ausencia de sistemas de cuidados que contemplen apoyos y servicios de asistencia personal para la vida independiente y autónoma e infraestructura pública que responda a las necesidades y demandas de las jóvenes cuidadoras y de quienes necesitan cuidados, parece que el tiempo de las mujeres no se libera; simplemente se desplaza hacia tareas de cuidado mucho más extenuantes.

A este panorama se suma la realidad que enfrentan las jóvenes que se dedican en un mismo día a realizar las tres actividades de cuidados contempladas en este análisis: trabajo doméstico, de cuidado y acompañamiento. En una ciudad que se asume a la vanguardia en los derechos, las jóvenes capitalinas que cuidan destinan casi una hora más que el promedio nacional a esta labor triple, alcanzando las 8.4 horas diarias (58.5 horas semanales), muy por encima de una jornada laboral legal y remunerada, superando al ya de por sí alto promedio nacional de 7.6 horas como indica la Gráfica 6.

Gráfica 6. Las jóvenes de la CDMX que cuidan sostienen una triple carga

Número promedio de horas diarias que las personas jóvenes que no estudian ni trabajan dedican a distintos tipos de cuidados en la CDMX y a nivel nacional según género, 2024



Fuente: elaboración propia con datos de la ENOE 2024 (cuatro trimestres).

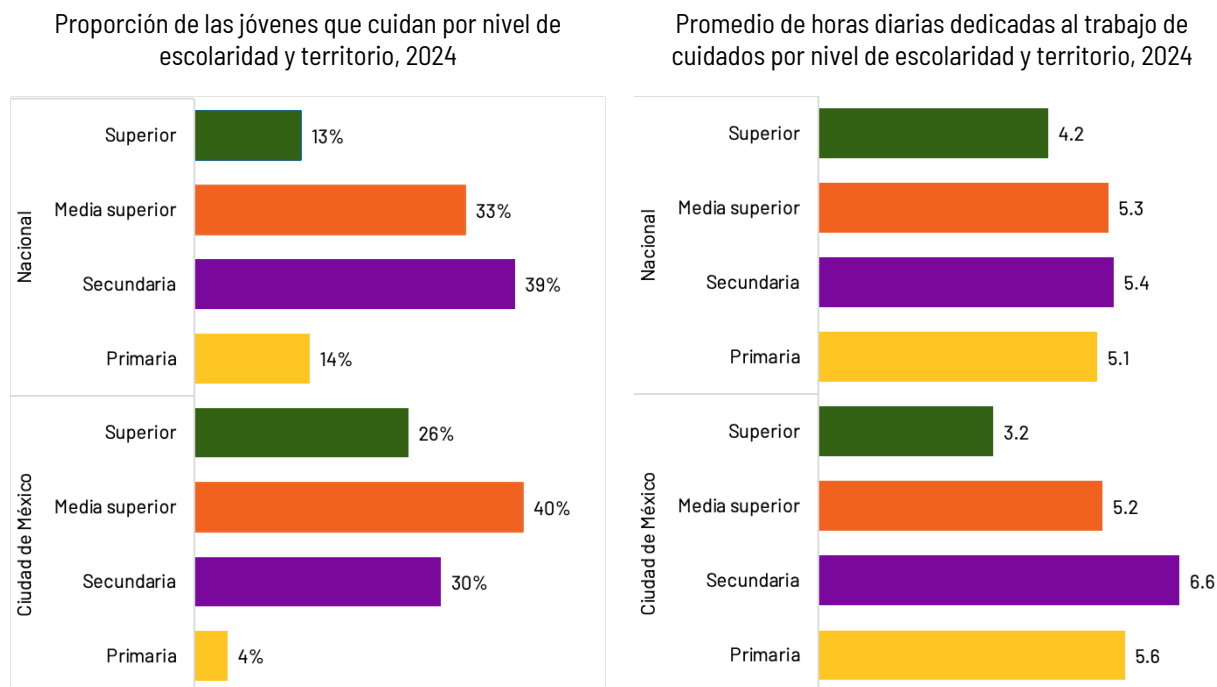
Cómo leer esta gráfica: las barras representan el promedio de horas diarias que dedican hombres y mujeres a distintos tipos de cuidados. Entre más grande sea la barra, mayor es el tiempo que las personas destinan a los cuidados. Las jóvenes que cuidan en la CDMX dedican más tiempo a los tres tipos de cuidados y a los cuidados directos que sus pares en el resto del país.

Habitar en grandes centros urbanos resulta en mayores oportunidades académicas, lo cual también ocurre entre las jóvenes que cuidan en la CDMX. La mayoría de ellas (66 %) cuenta con estudios de nivel medio superior y superior, lo que contrasta con el perfil educativo de las jóvenes que cuidan a nivel nacional, donde predomina la escolaridad hasta nivel secundaria. Aunque esto podría parecer alentador, en realidad refleja que **casi 7 de cada 10 jóvenes capitalinas están cuidando sin remuneración dentro de sus hogares a pesar de su nivel educativo medio alto o alto**, posiblemente por falta de empleos bien remunerados o discriminación en el acceso al empleo, servicios de cuidado accesibles o como parte de un mandato social. En otras palabras, este dato apunta a una falla estructural, donde los roles y estereotipos de género se imponen en el sistema, haciendo que el estado no contribuya a liberar su trabajo de cuidados para que puedan ser autónomas y hacer proyectos de vida alternativos al cuidado o que el mercado penalice a quienes cuidan, ya sea no empleándolas o precarizándolas.

Además, hay un componente aún más alarmante. En la CDMX, las mujeres jóvenes tienden a cuidar menos horas que sus pares en el resto del país cuando tienen educación media superior o superior, pero dedican más tiempo a cuidar si solo alcanzaron la primaria o la secundaria, es decir, como dos caras de una misma moneda, la falta de acceso a la educación no sólo obstaculiza sus oportunidades y desarrollo, sino que las penaliza cuidando, como muestra la Gráfica 7. De hecho, las mujeres que solo cuentan con la primaria cuidan casi el equivalente

a una semana laboral de 40 horas, mientras que las que tienen educación superior cuidan prácticamente la mitad, en tanto que a nivel nacional la diferencia no es siquiera de seis horas. Esto nos habla de que la CDMX es una ciudad de contrastes y oportunidades polarizadas y diferenciadas.

Gráfica 7. Las jóvenes que cuidan en la CDMX tienden a tener mayores niveles educativos, pero también reflejan una brecha social



Fuente: elaboración propia con datos de la ENOE, 2024 (cuatro trimestres)

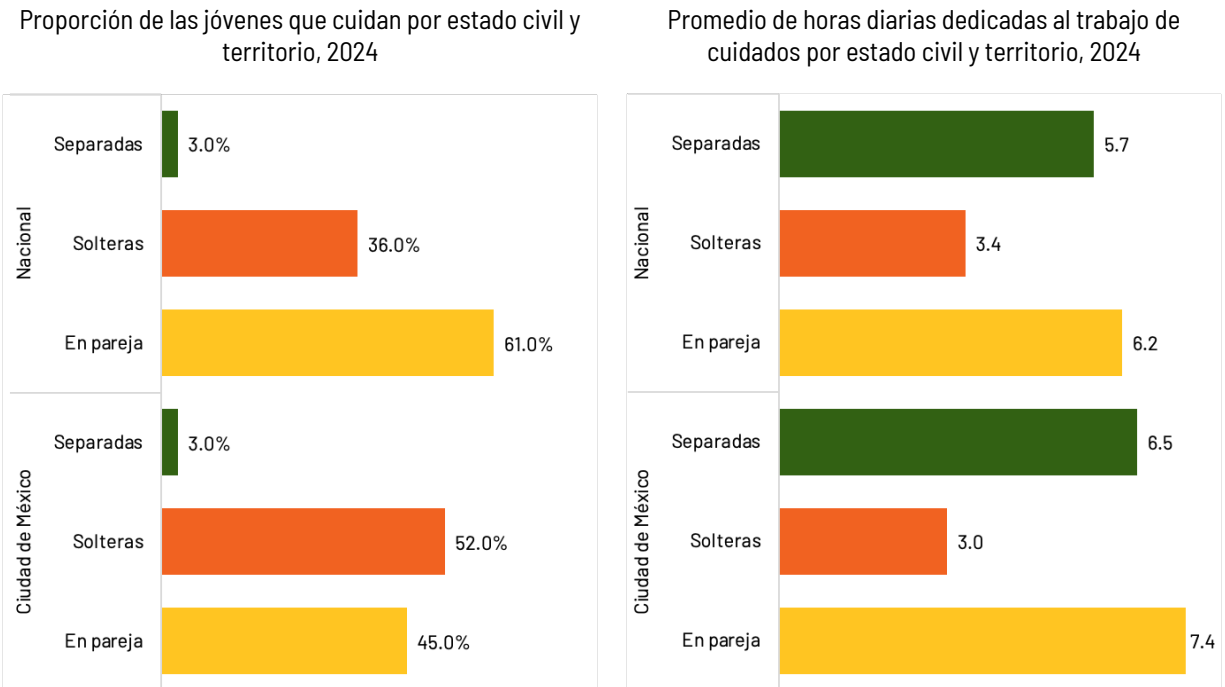
Cómo leer esta gráfica: la gráfica del lado izquierdo muestra barras que representan la proporción de mujeres jóvenes que cuidan según su nivel educativo en la CDMX y en todo el país. Entre más grandes sean las barras, mayor es la proporción de las jóvenes que cuidan según su nivel de escolaridad. A nivel nacional, la mayoría de las jóvenes que cuidan alcanzan solo la secundaria, mientras que en la CDMX llegan a la preparatoria y la universidad. Del lado derecho se representan las horas diarias que dedican las jóvenes que cuidan según su nivel educativo. En la CDMX, las jóvenes que tienen solo la primaria o la secundaria cuidan muchas más horas que las que tienen mayores niveles educativos.

En la capital hay más mujeres jóvenes que cuidan y no tienen hijos (53 %) que en el resto del territorio nacional (41 %), pero esto no las salva de trabajar sin remuneración: las jóvenes que cuidan y son madres en la CDMX dedican casi diez horas más a la semana al trabajo de cuidados (55.6 horas) que sus pares a nivel nacional (46.1 horas). Esto nos habla de que **ser madre joven en la CDMX implica una inversión de tiempo mucho mayor que en el resto del país, aun con la concentración de oportunidades, servicios e infraestructura que hay en la capital.**

A su vez, en la CDMX es más frecuente encontrar mujeres jóvenes que cuidan y son solteras (52 %) que en el resto del país (36 %). Cuando este es el caso, cuidan dos horas semanales menos (21.3 horas) que sus pares a nivel nacional (23.6 horas). No obstante, **las jóvenes capitalinas en pareja o separadas cuidan más horas semanales que el promedio nacional.** De hecho, ser mujer joven que cuida y tiene pareja en la CDMX implica dedicar un promedio de 8 horas semanales más al trabajo de cuidados que en el resto del país.

Mientras la soltería parece permitir una mayor disponibilidad de tiempo, la vida en pareja o la ruptura del vínculo termina confinando a las jóvenes a la dedicación exclusiva al hogar, como muestra la Gráfica 8. Sin duda, como sociedad, tenemos que revisar cómo las responsabilidades de cuidados se incluyen –o no– en los arreglos de pareja y ex pareja en el país, y renegociarlas desde la corresponsabilidad, la igualdad y la autonomía de tiempo.

Gráfica 8. En la CDMX hay más jóvenes solteras que cuidan, pero las que están separadas y en pareja cuidan más tiempo



Fuente: elaboración propia con datos de la ENOE, 2024 (cuatro trimestres).

Cómo se lee este gráfico: la gráfica del lado izquierdo muestra barras que representan la proporción de mujeres jóvenes que cuidan en la CDMX y a nivel nacional según su estado civil. Mientras más grande sea la barra, mayor es la proporción de cada tipo de situación conyugal. En la CDMX la mayoría de las jóvenes que cuidan son solteras, a diferencia de aquéllas en el resto del país, donde las que viven en pareja son mayoría. Del lado derecho se representa el número de horas diarias que dedica cada grupo. En la CDMX, las mujeres en pareja y separadas cuidan mucho más que sus pares en el resto del país.

En conjunto, el panorama de la CDMX muestra una crisis de cuidados distinta a la del resto del país caracterizada por cuatro factores principales:

- **Una ciudad muy desigual:** el tiempo dedicado al trabajo de cuidados no remunerados refleja una brecha social y educativa profunda que acentúa las desigualdades.
- **Menor incidencia, mayor intensidad:** en la CDMX hay menos mujeres jóvenes que cuidan, pero estas se dedican a las labores de cuidados durante más tiempo; y, en particular, a los cuidados directos de otras personas, obstaculizando su autonomía y proyectos de vida.
- **Maternidad intensiva en tiempo:** tener hijes en la CDMX implica una mayor dedicación de tiempo al trabajo de cuidados no remunerado, haciendo visible la penalización social de la maternidad.
- **Vínculos que aumentan la carga:** vivir en pareja penaliza más la autonomía de tiempo de las jóvenes capitalinas que cuidan, dejando clara la urgencia de establecer vínculos más igualitarios.

Los datos disponibles dejan claro que la CDMX todavía tiene un camino por recorrer antes de alcanzar el ideal de la sociedad de los cuidados. La intensidad del trabajo de cuidados para las jóvenes, la fractura social y educativa, la maternidad intensiva en tiempo y las parejas que aumentan la cantidad de horas dedicadas a los cuidados, reflejan una arquitectura social y económica que se sostiene sobre los hombros de las mujeres que representan la esperanza del futuro. En la ciudad con más recursos, las mujeres jóvenes que enfrentan más carencias son quienes sobrellevan las jornadas de cuidados más intensas.

No obstante, es evidente que la CDMX ha avanzado en la garantía del derecho al cuidado, haciendo que las medidas tomadas sean un referente para el resto de las entidades. La capital del país ha emprendido pasos decisivos en políticas, infraestructura, presupuesto y reconocimiento de derechos en beneficio de las personas cuidadoras, sumado a que cuenta con personas servidoras públicas capacitadas y sensibles para hacer frente a la crisis de cuidados que padecemos. No es casualidad que hoy en día se discuta una iniciativa de ley del sistema de cuidados en vías de aprobación pronta. Por todo ello, la CDMX tiene una oportunidad invaluable para poner en práctica políticas de cuidados transformadoras, con perspectiva de juventudes y de género.

No podemos repetir el error de implementar políticas de cuidados sin las jóvenes que cuidan. Es preciso reconocer que las juventudes de la CDMX están interpeladas, movilizadas y politizadas en torno a la agenda de los cuidados y quieren hacer escuchar sus voces, exigencias y necesidades. La sociedad civil y el gobierno deben aprovechar este contexto sociopolítico, tanto para fortalecer su capacidad de incidencia, como para habilitar y crear mecanismos efectivos de participación social comunitaria para que ellas incidan en las políticas públicas capitalinas de cuidados que mantengan a la CDMX a la vanguardia del país y de la región.

Para materializar esta ambición, sin embargo, es indispensable desmontar varios mitos asociados a un contexto como el de la capital del país:

- **La urbanidad no libera tiempo, lo desplaza:** El tiempo que se ahorra en labores domésticas — frecuentemente delegadas a otras mujeres en redes de precariedad— es absorbido de inmediato por cuidados directos más extenuantes que, a su vez, implican mayores tiempos de traslado.
- **La infraestructura no garantiza por sí sola el ejercicio de derechos:** En una metrópoli donde se han fragmentado las redes de apoyo familiar, se hace apremiante e impostergable un sistema público que responda a las necesidades de cuidados de las más jóvenes.
- **La presencia de hombres no es corresponsabilidad:** En la CDMX, el 85 % de los hombres jóvenes que no estudian ni trabajan participan en los cuidados, pero solo le dedican 1.6 horas diarias frente a las 5.1 de las mujeres. El cuidado se entiende como "ayuda" voluntaria y no como trabajo no remunerado, lo que cancela la posibilidad de la redistribución de tareas.

Si en la entidad con más recursos públicos, el tiempo de las mujeres sigue siendo el motor invisible de la economía, el reto no es solo presupuestal, sino sobre cómo entendemos el trabajo y la vida en la ciudad. **La CDMX solo será la capital de los cuidados cuando deje de ver a las jóvenes como un recurso y las reconozca como personas sujetas de derechos.**

Habitar el futuro: las jóvenes que cuidan como sujetas de derechos

“Fue como “yo estoy aquí sin poder trabajar, sin poder hacer otra cosa para mí, porque estoy cuidando a mi papá” y, reitero, no era como que le reprochara de que yo lo hacía porque no me molestaba hacerlo”.

– Stephanie, 25 años.

La próxima vez que alguien diga nini, detengámonos a pensar qué condiciones estructurales sostienen a las juventudes en México. En particular, la decisión de las mujeres de cuidar, pues no siempre es autónoma, sino que frecuentemente se impone como un destino prefigurado; por un lado, por la falta de corresponsabilidad en los cuidados del estado, el mercado y los hombres y, por el otro, por los mandatos de género, la maternidad, el territorio y la etapa de vida. El trabajo doméstico y de cuidados no remunerado actúa como un remolino que captura a las niñas y jóvenes para cuidar de sus familias de origen, con algo más de intensidad en las localidades rurales, y las retiene en su adultez joven para cuidar de su propia descendencia y parejas. Así, se truncan sistemáticamente su autonomía temporal y su derecho al libre desarrollo de la personalidad.

El nini del discurso público es un personaje ficticio y asexuado, diseñado para juzgar la forma de vida de las personas jóvenes como improductiva y parasitaria y, por ello, indigna y marginal. Según esta narrativa, ser nini es una condición que se elige libremente, por cálculo y conveniencia. Así, se asocia a una situación de la que se debe y puede salir a voluntad. El uso cotidiano de esta etiqueta impide mirar el fondo de la crisis de cuidados – y a quienes cuidan– y promueve que se identifique a las personas jóvenes como un problema económico.

Los hallazgos de este informe desarticulan la visión reduccionista que impera sobre las juventudes en México. Las cifras son contundentes: **no estamos ante una generación pasiva, sino sobre todo frente a una población de mujeres jóvenes que cuidan y subsidian al país.** Esta realidad no es una coincidencia biográfica, sino una construcción social y política. Reivindicar la vida de estas jóvenes exige que el estado asuma su papel como garante del derecho al cuidado. Es imperativo transitar de un sistema que se sostiene gracias al trabajo gratuito de las mujeres jóvenes a uno que dignifique los cuidados como bien social fundamental y responsabilidad colectiva.

Las mujeres jóvenes que cuidan no serán agentes de sus proyectos de vida cuando se inserten en un mercado laboral que les ofrece opciones precarias, sino cuando politicen su rabia y su fatiga para romper el cerco de los mandatos sociales y exigir un sistema donde cuidar no sea una condena de género ni un factor de desigualdad. **Cuando el estigma se convierte en indignación y el cuidado se entiende como un derecho y una necesidad, las mujeres jóvenes dejan de ser ninis para convertirse en los sujetos políticos que rediseñarán el pacto social como mujeres cuidadoras.** En este contexto en el cual se entrecruzan el empuje de una agenda pública a favor de la redistribución de los cuidados con la complejidad para materializarla, la Ciudad de México tiene una oportunidad única para incluir la perspectiva y las voces de las juventudes que cuidan y de poner sus demandas al centro de las políticas públicas de cuidados.

Mientras la sociedad siga nombrando como pasividad y oportunismo lo que en realidad es trabajo de cuidados no remunerado se estará bloqueando la posibilidad de que las jóvenes que cuidan se reconozcan como sujetos políticos con derecho a exigir del estado garantías para el ejercicio de su derecho a cuidar, ser cuidadas y autocuidarse, así como una redistribución radical del tiempo y el bienestar. Desmontar el mito del nini es un paso fundamental de reivindicación y dignificación de las mujeres jóvenes que cuidan.

Una juventud que se sabe creadora de valor es una juventud que dejará de pedir permiso para habitar el futuro.

Nota metodológica

El análisis presentado en este documento se basa en la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE) de 2014 a 2024 por ser la principal fuente de información pública sobre el mercado laboral mexicano. Se utilizó la sección "Otras actividades", que permite calcular el tiempo promedio dedicado por las personas al trabajo no remunerado de cuidados.

Para ello se descargaron los microdatos de la ENOE y se tomaron las siguientes definiciones:

- **Personas jóvenes:** todas las personas en el rango de edad entre 15 y 29 años, es decir, en la intersección de la legislación vigente sobre juventudes y de las personas en edad de trabajar.
- **Categoría nini:** todas las personas jóvenes que no asisten a la escuela ni están en programas de formación y están fuera del mercado laboral. El cumplimiento de ambas condiciones permitía su clasificación como nini: jóvenes con edades entre 15 y 29 años que no estudian ni trabajan en el mercado laboral.
- **Trabajo de cuidados:** se compone de tres tipos de actividades que son el cuidado directo de personas en situación de dependencia (infancias, personas mayores, personas enfermas o personas con discapacidad), acompañamiento a lugares como citas médicas y quehaceres domésticos vinculados al bienestar de otros. Una persona se clasifica como cuidadora si participa en al menos una de estas actividades.
- **Tiempo dedicado a cuidados:** se calculó el tiempo total sumando los minutos dedicados a cada una de las actividades que corresponden al trabajo de cuidados. Lo anterior permitió pasar de una variable reportada en horas promedio a la semana a horas promedio al día.
- **Ámbito rural:** son las localidades que tienen menos de 2,500 habitantes.

Es importante destacar que, debido a que toda la información proviene de la ENOE, cuando se nombra a las "mujeres jóvenes" se incluye a aquéllas que respondieron ser mujer a la pregunta del cuestionario sobre sexo.

De manera complementaria, se utilizaron los testimonios cualitativos de personas jóvenes que cuidan en la Zona Metropolitana, recabados por el Dr. Abedel Galindo en una consultoría para Oxfam México, durante la cual se obtuvo el consentimiento informado de quien participó en ella para el uso anonimizado de sus testimonios.

Referencias

- Arceo-Gómez, Eva O., y Raymundo M. Campos-Vázquez. 2011. "¿Quiénes son los ninis en México?" Documento de trabajo. México. Disponible en: <https://www.cide.edu/wp-content/uploads/2014/09/107255.pdf>
- Campero, Lucía, Cristina Herrera, Adriana Benítez, Edith Atienzo, Gabriela González, y Elizabeth Marín. 2014. "Incompatibility between Pregnancy and Educational Projects: Perspectives of Socially Vulnerable Adolescent Women and Men in Mexico." *Gender and Education* 26 (2): 151-167. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/09540253.2014.888403>
- Campos Vázquez, Raymundo M. 2011. "¿Quiénes son los ninis en México?" Documento de trabajo, Centro de Investigación y Docencia Económicas, México. Disponible en: <https://www.cide.edu/wp-content/uploads/2014/09/107255.pdf>
- Escoto, Ana. 2021. "Juventudes, desigualdad y exclusión educativa-laboral en México y Centroamérica." En Emma Liliana Navarrete López y Mauricio Padrón Innamorato (coords.), *Re(significando) a los jóvenes que ni estudian ni trabajan. Una mirada crítica a partir de 14 realidades*. Zinacantepec: El Colegio Mexiquense. Disponible en: <https://www.cmq.edu.mx/documentos/publicaciones/pub2021/re-significando-jovenes-ni-estudian-ni-trabajan.pdf>
- Goldin, Claudia, Sari Pekkala Kerr, y Claudia Olivetti. 2024. "The Parental Pay Gap over the Life Cycle: Children, Jobs, and Labor Supply". *Journal of Economic Dynamics and Control* 169: 104963. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jedc.2024.104963>
- Navarrete López, Emma Liliana, y Mauricio Padrón Innamorato, coords. 2021. *Re(significando) a los jóvenes que ni estudian ni trabajan. Una mirada crítica a partir de 14 realidades*. Zinacantepec: El Colegio Mexiquense. Disponible en: <https://www.cmq.edu.mx/documentos/publicaciones/pub2021/re-significando-jovenes-ni-estudian-ni-trabajan.pdf>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE). 2017. *Construir un México inclusivo: Políticas y buena gobernanza para la igualdad de género*. París: OECD Publishing. Disponible en: <https://doi.org/10.1787/9789264300996-es>
- Oxfam México. 2025. *Materializar el derecho al cuidado: Metodología para el diseño, valoración, definición y financiamiento de políticas públicas de cuidados*. Disponible en: <https://oxfam.mx/materializar-el-derecho-al-cuidado/>
- Pedraza Chávez, Nubia Monserrat. 2026. *Pobreza de tiempo y gasto público: El valor del tiempo de las mujeres en México*. Ciudad de México: Centro de Investigación Económica y Presupuestaria. Disponible en: <https://ciep.mx/pobreza-de-tiempo-y-gasto-publico-el-valor-del-tiempo-de-las-mujeres-en-mexico/>
- Pederzini Villarreal, Carla, y Estela Rivero Fuentes. 2021. "Oportunidades laborales y ninis en México: un análisis a nivel municipal." En Emma Liliana Navarrete López y Mauricio Padrón Innamorato (coords.), *Re(significando) a los jóvenes que ni estudian ni trabajan. Una mirada crítica a partir de 14 realidades*. Zinacantepec: El Colegio Mexiquense. Disponible en: <https://www.cmq.edu.mx/documentos/publicaciones/pub2021/re-significando-jovenes-ni-estudian-ni-trabajan.pdf>



OXFAM

México

Cda. de Salvador Alvarado, No.7, Nivel 2
Col. Escandón. Alcaldía Miguel Hidalgo
C.P. 11800



www.oxfam.mx



@oxfamMexico



@oxfamMexico



Oxfam México