



ILSB presenta Recetario que redefine el cuidado desde los saberes de mujeres jóvenes indígenas y afroamericanas

- *En el marco del 8 de marzo, el ILSB presenta una obra que reúne saberes ancestrales y prácticas curativas de pueblos indígenas, originarios, afroamericanos y afroindígenas.*
- *La publicación apuesta por el "Buen Vivir" y la justicia social desde una perspectiva antirracista.*

Ciudad de México, 9 de marzo de 2026.- En el marco del Día Internacional de la Mujer, el Instituto de Liderazgo Simone de Beauvoir (ILSB) publicó el **“Recetario de saberes para los cuidados y el Buen Vivir”**, proyecto editorial que recoge las prácticas curativas y memorias de las mujeres que enfrentan las mayores cargas de trabajo de cuidados en el país. Esta obra colectiva es una pieza política que coloca en el centro los saberes, la espiritualidad y la resistencia de las mujeres jóvenes de pueblos indígenas, originarios, afroamericanos y afroindígenas.

El recetario nace de la convicción de que el acto de cuidar no representa una opresión en sí mismo, sino que lo problemático son las condiciones de desigualdad que enfrentan sobre todo las mujeres indígenas y afroamericanas, y que se traducen en falta de condiciones materiales, institucionales y laborales atravesadas por la racialización y la clase. El cuidado se torna una forma de opresión cuando se realiza sin acceso a derechos, reconocimiento social, ni redistribución justa del tiempo y los recursos.

La obra surge del trabajo colectivo de 21 jóvenes provenientes de 12 estados de la República Mexicana —Campeche, Chiapas, Estado de México, Guerrero, Jalisco, Morelos, Nuevo León, Oaxaca, Puebla, Quintana Roo, Veracruz y Yucatán—. Estas autoras, integrantes del Curso de Alta Formación para el Liderazgo de Mujeres Jóvenes Indígenas y Afroamericanas del ILSB, forman parte de los pueblos Mazahua, Wixarita, Ayuujk, Mixe, Maya, Náhuatl, Ch’ol, Nuu savi, Zapoteca, Tsotsil, Mixteca y afroamericano.

“Desde el ILSB apostamos a que exista un mayor conocimiento crítico que reconozca los saberes de las mujeres indígenas y afroamericanas. Elegimos reunir estos saberes en forma de recetario debido a la necesidad de ir más allá de las formas convencionales al hablar sobre el cuidado. En este documento, las mujeres de los pueblos originarios, indígenas, afroamericanos y afroindígenas de diversos contextos comparten sus saberes y hablan desde sus cuerpos y territorios, donde los cuidados se viven como prácticas de resistencia y sanación colectiva”, Rosenda Maldonado, coordinadora del Programa de Mujeres Indígenas en el ILSB.

Este recetario es un ejercicio de justicia epistémica que devuelve al centro del debate público, saberes que han sido históricamente marginados, proponiendo el "Buen Vivir" como una de las rutas posibles para habitar el mundo desde el bienestar y el goce.



La obra propone una ruptura con la visión occidental y liberal del cuidado, que suele reducirlo a una tarea privada o emocional. Para las comunidades indígenas y afroamericanas, el cuidado es un asunto colectivo, un derecho humano y un acto de reciprocidad con la vida, de resistir y afirmar la dignidad.

El “Recetario de saberes para los cuidados y el Buen Vivir” está disponible para consulta y descarga gratuita en el sitio web del ILSB: <https://ilsb.org.mx/>

---∞---

Sobre el ILSB:

El Instituto de Liderazgo Simone de Beauvoir AC es una organización de la sociedad civil que desde el año 2000 ha contribuido al fortalecimiento de los liderazgos sociales y la participación ciudadana a través de la formación, el acompañamiento y la incidencia, con perspectiva de género, intercultural y de derechos humanos.

A través de su Programa de Mujeres Indígenas (PROMUI), el ILSB forma, acompaña y vincula los liderazgos de mujeres indígenas y afroamericanas desde una perspectiva antirracista y de no discriminación, impulsando el reconocimiento identitario, la participación política en espacios de toma de decisiones, el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, y la incorporación de las juventudes en los procesos de incidencia.

IG: @ilsb_ac

X: @ilsb_ac

FB: @ilsb.ac www.ilsb.org.mx

Contactos para prensa:

Paloma Villanueva, coordinadora de comunicación ILSB:

paloma.villanueva@ilsb.org.mx // 55 1884 3362

Bianca Gaytán, relaciones públicas:

bianca.a.gaytan@gmail.com // 55 28 91 57 27