

# El cuidado: una capacidad en el desarrollo ético humano

## Care: a capacity in human ethical development

DOI: <https://doi.org/10.26852/28059107.626>

Juan Bernardo Hoyos<sup>1</sup>

*“Cuida de mis sueños, cuida de mi vida, cuida a quien te quiere, cuida a quien te cuida.  
No maltrates nunca mi fragilidad, yo seré la imagen de tu espejo.  
Pedro Guerra y Jorge Drexler, “cuídame”*

---

### Resumen

---

El arte de cuidar o el cuidado descrito como una actitud innata de los seres vivos en su instintiva lucha por su supervivencia y por la sostenibilidad en el mundo que conocemos, resulta ser una capacidad de los seres vivos y del hombre en su progreso hacia su humanidad, cuidar es una mirada hacia adentro y hacia el otro, es una responsabilidad, es un ejercicio ético en la persona que reconoce, siente y construye comunidad, cuidar va desde lo instintivo y lo personal, desde el cultivo de las virtudes y la compasión enmarcado en la justicia social. En este texto se pretende analizar algunos autores que se han referido al cuidado y a la ética del cuidado desde los sentimientos y las emociones, que han analizado al ser humano en “capacidad de cuidar” y en capacidad de construir cuidado como fuente de ética para el buen vivir.

**Palabras clave:** *cuidado, autocuidado, sostenibilidad, reconocimiento, compasión, capacidad, corresponsabilidad, mutualidad.*

---

### Abstract

---

The art of caring or care described as an innate attitude of living beings in their instinctive struggle for survival and sustainability in the world we know, turns out to be a capacity of living beings and of man in his progress towards its humanity, caring is a look inward and towards the other, it is a responsibility, it is an ethical exercise in the person who recognizes, feels and builds community, caring goes from the instinctive and the personal, from the cultivation of virtues and compassion framed in social justice. This text aims to analyze some authors who have referred to care and the ethics of care from feelings and emotions, who have analyzed the human being in "ability to care" and in the ability to build care as a source of ethics for the good living.

**Keywords:** *care, self-care, sustainability, recognition, compassion, capacity, co-responsibility, mutuality.*

<sup>1</sup> Juan Bernardo Hoyos  
Universidad Militar Nueva Granada  
Estudiante Doctorado en Bioética  
ID 10000130

---

## Introducción

---

La finalidad del presente texto es llevar al lector a una comprensión del cuidado básico y esencial como fuente de ejercicio ético en la vida de la persona humana y a entender algunos de los elementos y principios que son inherentes a la relación que se establece entre cuidado desde lo individual y hacia lo colectivo, pensar el cuidado como capacidad es saber que el hombre tiene en su autonomía y libertad la posibilidad de cambio y transformación social, pensar el hombre como un ser dotado de cuidado pero en facultad de un continuo desarrollo como una virtud no acabada y no finalizada, el hombre es posible desde el cuidado, su mundo y su hogar (el *ethos*) está en el cuidado.

Justifico traer este tema de conversación dado que en los últimos tiempos pandémicos el mundo ha vuelto la mirada al cuidado y a la importancia de la salud, todas las formas de cuidado en las que se han enfatizado en la pandemia, incluso la ya extendida vacunación, ha permitido guardar la vida, mantener la vida, a pesar de las muchas vidas humanas perdidas durante la pandemia, estos cuidados nos han puesto en aviso sobre la indispensable necesidad de volver a pensar que sólo con cuidados "somos posibles" que sin cuidado el hombre y el mundo en que vivimos no es viable, que no es posible la vida sin cuidados; y que incluso la muerte que hace parte de la vida, también debe ser cuidada y atendida (base de los cuidados paliativos)

La sostenibilidad del hombre como individuo sólo puede darse desde el cuidado y la capacidad de cuidado como tesis que se pretende discutir en este ensayo, pertenece a la naturaleza humana y se desarrolla en los ideales del hombre, dando sentido a la vida personal y comunitaria, permitiendo al hombre ser y mantenerse en dimensiones del cuidado como la salud, la convivencia pacífica, la tolerancia, la inclusión y la diversidad.

El cuidado de sí mismo y el cuidado del otro desde un enfoque humanizado, con énfasis en el reconocimiento de la persona vulnerable, frágil,

dependiente, con necesidades, sujeto de derechos, de deberes y en fomento de su propia ética del cuidado y en discernimiento de la justicia; pero también la persona humana está en la capacidad de reconocerse así misma vulnerable, y con necesidades de cuidado, siendo el cuidado una corresponsabilidad que puede darse desde la mutualidad, que se propende y se garantiza desde la sociedad y del estado en búsqueda del máximo bienestar y de la calidad de vida que se espera como bien individual que impacta la sociedad. Se propone entonces desde varias miradas teóricas como se construye en concepto de cuidado y como desde la intervención personal y social hay un cultivo del cuidado para el arte de cuidar.

---

## La persona en humanización a través del cuidado

---

El hombre como ser vivo social y en el desarrollo de su humanidad tiene como actitud innata el cuidado de sí mismo y el de otros en su comunidad. La palabra cuidado de la expresión latina *cura* (o *coera*), se inscribe en los fines, en lo teleológico y hace parte de la naturaleza del ser humano, o le da la posibilidad, dentro de muchas posibilidades, de caminar hacia su humanidad (lo hace ser humano).

Otro origen de la palabra cuidado es *cogitare-cogitatus* que se corrompe de las formas de *coyedar*, *coidar*, *cuidar*. Mostrar una actitud de interés, manifestar una actitud de desvelo y de preocupación. Cuando la existencia del otro tiene importancia para mí. Cuidar es más que un acto, es una actitud, y la actitud de cuidar es una fuente que genera muchas acciones que permiten que la vida se mantenga, que sea sostenible, que sea posible a la perpetuación de la especie y la evolución y el desarrollo de esta.

El filósofo que ha descrito la importancia esencial del cuidado, Martín Heidegger (1889-1976) en su obra *el ser y el tiempo* describe: "En cuanto totalidad estructural original el cuidado es existencialmente a priori de toda "posición" y "conducta" fáctica del "ser-ahí", es decir se halla siempre en ella (cuidado esencial), "el cuidado es un modo de

ser esencial", hace parte de la naturaleza humana, "fenómeno ontológico-existencial fundamental" (Gaos, 2016). Heidegger (Heidegger & Gaos, 1951) refiere que el cuidado, *cure* o *sorge* -en alemán-, significa "cuidar de" y "velar por", al cuidado de las cosas y al cuidado de otros. Así mismo, significa inquietud, preocupación, alarma y en el sentido más amplio es un desvelo por "sí mismo", por asumir el destino como un interés existencial, no intelectual. El curarse de algo y el procurar por otros son manifestaciones de la cura e implica un hacer con un fin previsto que se expresa en la praxis, manifestación existencial del cuidado (Ramírez-Pérez et al., 2015). Heidegger analiza los diversos conceptos aristotélicos equivalentes al cuidado (*sorge*), especialmente el de *epithimia* (celo, cuidado), *phoairesis* (volver hacia el otro), *orexis* (el deseo, la pulsión, el preocuparse por el otro) (Boff, 2012).

El cuidado es el sentido relacional de la vida (*Bezugssinn*), "la intencionalidad originaria de la vida", es la estructura originaria del *Dasein* (que significa "ser-ahí", "aquí", "allí") según Heidegger. En otra definición de Emmanuel Carneiro Leão: "toda obra del hombre sólo es humana en la medida que sabe cuidar de lo humano en el hombre, por eso lo humano está siempre por venir, es una tarea no acabada" (Leão, 1995).

Leonardo Boff teólogo, exsacerdote franciscano, filósofo, escritor, profesor y ecologista brasileño, plantea el cuidado como un fenómeno social y personal: "en el hombre como ser en el mundo con los otros", el cuidado es necesario en todas las esferas de la existencia. "El cuidado es una actitud, fuente permanente de actos" (Boff, 2012), el cuidado como una relación amorosa, suave, amigable, armoniosa y protectora de la realidad personal, social y ambiental (Boff, 2012)

El ser humano co-existe con todo lo otro con interacción y en construcción de comunidad, el ser humano como un ser de necesidades, dotado de sacralidad, sujeto de derechos y deberes inalienables, el cuidado del otro como persona valiosa. El cuidado como una vivencia como seres éticos y responsables y que nos permite darnos cuenta de

las consecuencias de nuestros actos. El cuidado como relación amorosa, ligado al afecto, frente al futuro, seguridad, subsistencia, hábitat que en griego se llama *ethos* como la morada humana.

"De la comprensión del cuidado como naturaleza del ser humano en el mundo y en la historia, surge la dimensión ética, la ética no se deriva del cuidado, el propio cuidado ya es en su esencia ética" (Boff, 2012). De acuerdo con el autor, cuidado y sostenibilidad caminan de la mano amparándose mutuamente; esto está aplicado a todas las cosas de la vida y la naturaleza y con un fuerte vínculo a la espiritualidad. Lo menciona como una "revolución espiritual" como una dimensión personal muy profunda que nos hace sensibles a la vida comunitaria y ética de social o de la sociedad y nos conecta con todo.

Teniendo en cuenta estas definiciones y antecedentes de algunos autores, entre muchos de los que han se han acercado a la filosofía del cuidado, me permito plantear una tesis a desarrollar en el transcurso del escrito: el cuidado como una capacidad de la persona humana, en desarrollo, como un ejercicio ético de responsabilidad y justicia ante mí y ante los otros y con base en el reconocimiento y la compasión como principios emergentes.

*Ethos* en su sentido griego original (es una palabra griega (en griego antiguo, ἦθος *ēthos*) que significa mi "costumbre y conducta") designa tanto la madriguera del animal como la casa humana, es decir aquella porción del mundo que reservamos para organizar, cuidar y construir nuestro hábitat (Leonardo, 2002).

Leonardo Boff estima que el cuidado ofrece la base para un discurso ético ya que "pertenece a la esencia concreta del ser humano y como la respuesta más abarcadora y necesaria", su discurso está muy enfocado en el hombre como ser capaz (capacidad) de generar una revolución del cuidado de sí mismo y de otros seres vivientes, el hombre en su autodescubrimiento espiritual que permite fortalecer una alianza solidaria y fraterna para cuidar de todas las cosas de la vida y de la

tierra y permitir de esta manera llegar a un sostenibilidad y trascendencia propia y colectiva (comunitaria).

El cuidado de sí mismo o autocuidado supone al menos dos aprendizajes básicos: aprender a cuidar el cuerpo y aprender a cuidar el espíritu, por lo que Boff tiene una clara tendencia a encontrar en la espiritualidad una fuente de transformación desde lo personal hacia lo comunitario; y como el cuidado de la persona se desarrolla desde su espiritualidad en unas crecientes habilidades llevan al cultivo de sentimientos como: Compasión, competencia, confianza, conciencia, y compromiso (también acuñados por S.S. Roach), concluyendo que el cuidado es “nuestro modo de ser”.

Aunque el autor refuerza la importancia de la espiritualidad en el desarrollo del cuidado, partiendo de que el cuidado parte del autoconocimiento y el autodominio de sí, se podría proponer que para elevar el anhelo de cuidado, este no debe de residir en la razón sino en las emociones (David Hume) “la motivación necesaria que nos impulsa a vivir éticamente es de orden emocional y no racional”. Entendiendo el cuidado como gesto de preocupación por las personas vulnerables y el cuidado como preocupación y prevención ante eventuales daños futuros que puedan ser causados al medio ambiente (Derani, 1997) “Ser cuidado y cuidar constituye la energía fontal y germinal que va a constituir, a lo largo del tiempo y del espacio, la humanidad del ser humano” (Boff, 2012).

---

## La ética del cuidado: influencia femenina

---

La ética del cuidado ha surgido con una impronta femenina, se persigue una perspectiva más sensible a las virtudes, a la responsabilidad, a las relaciones personales, los contextos y las necesidades particulares con una base antropológica.

A comienzos de los años ochenta en Estados Unidos, Carol Gilligan (1993) publicó el libro “Una voz diferente” donde se aborda desde el feminismo una forma diferente de tratar los problemas

teóricos y prácticos, originando lo que se ha denominado la ética del cuidado. Esta nos acerca a la perspectiva del “cuidado responsable”, alcanzando una mayor conciencia de las responsabilidades recíprocas y otorgando prioridad a lo vinculado con el cuidado antes que a los derechos (Perales, 2009). Existe una tensión teórica y práctica entre los derechos y los cuidados, tensión que refleja de modo real la complejidad de la vida moral en la que están inmersas las personas y que exige de quien cuida o de quien proporciona el cuidado un discernimiento basado en la escucha y el reconocimiento, en la humanización de mi relación con el otro.

Desde esta misma perspectiva, la autora Nel Noddings (citada por Rendlemann & Rendleman, 1986) analiza con rigor la relación que se establece entre la persona que cuida y es cuidada, los dos polos constitutivos del proceso moral, para cuidar a alguien se requiere “sentir con”, la compasión, actitud de acogida, contemplar la realidad desde el ángulo del otro, todo comportamiento ético proviene de los sentimientos y en concreto de la compasión como móvil de la acción.

De esta manera se puede también pensar el cuidado como vocación, es decir, para cuestionar desde el cuidado el sentido o valor de todas las profesiones o actividades humanas, el cuidado desde la vida personal y desde la vida profesional, un modelo de cuidado está en las ciencias de la salud y en los profesionales del cuidado desde donde se ejerce atención y acompañamiento a personas que están en estado de fragilidad o de vulnerabilidad. En este sentido, con el objetivo de acompañar el sufrimiento de pacientes y sus familias y desde donde ha surgido los cuidados paliativos como especialidad médica que profundiza y humaniza las ciencias médicas en la atención al final de la vida y donde la compasión rige como principio ético emergente.

En la reflexión filosófica contemporánea predominan más los sentimientos, ha rescatado la centralidad del sentimiento y la importancia de la compasión del cuidado a partir de la psicología profunda de Freud, Jung, Adler, Rogers y Hillman; justicia

y cuidado son los dos pilares sobre los cuales se sustenta la morada humana (ethos en griego), ambos producen la felicidad posible y suficiente bienestar para todos, la biocivilización que queremos deberá sustentarse en este tipo de ética, buena para los humanos y amigable con la naturaleza (Boff, 2012).

Cuidado y justicia no se oponen y se componen y el bien buscado en la sociedad reside en vivir en la justicia en conformidad con la ley y en el respeto a la igualdad. La vida ética y feliz consiste en la práctica de la justicia a nivel personal (vista como una virtud) y a nivel social como principio ordenador, en palabras de John Rawls, autor norteamericano (1971) "cada persona tiene su inviolabilidad sembrada en la justicia, que ni en nombre del bienestar de la sociedad puede ser violada", "la justicia es la primera virtud de las instituciones sociales", esta justicia está muy fundamentada en la justicia como bien jurídico para la sociedad, pero que puede estar enriquecida por la reflexión cristiana de Tomás de Aquino (2001), donde afirma que por encima de la justicia está el amor a la humanidad y a todos los seres, el amor al otro es la regla de oro, por lo tanto se podría pensar en el justo medio aristotélico donde la justicia humanizada permite el desarrollo del cuidado.

Hoy no sería posible reconstruir la historia de la Ética del cuidado sin detenernos en las propuestas que, por un lado, hizo Max Weber de una ética de la responsabilidad convencida, o que, por otro, planteó Hans Jonas como el principio de responsabilidad (Moratalla, 2013), La actitud de cuidado provoca sentido de responsabilidad.

La experiencia de la libertad se transforma en experiencia de responsabilidad cuando la persona no solo elige sino que se adhiere (Moratalla, 2013) En la ética contemporánea esta preocupación por una libertad real, por la dimensión narrativa de la vida y, sobre todo, por la urgencia de mantener actitudes diligentes con las que atender la vulnerabilidad o fragilidad del ser humano, se ha expresado en las éticas del cuidado.

Hay una progresiva consolidación de la responsabilidad como categoría ética (Max Weber y Hans Jonas) y con Levinas, la ética aparece como filosofía primera para mantener despierto y vigilante el sentido de una vida moral planteada en términos de responsabilidad como una categoría central de la filosofía moral del siglo XX.

Emmanuel Levinas es referente como filósofo de la responsabilidad en una reivindicación del individuo en categorías morales básicas como alteridad, sensibilidad, filiación y maternidad con descentramiento del sujeto quien responde, atiende, cuida y está al servicio del otro, reivindica la responsabilidad como cuidado del otro (Moratalla, 2013).

Paul Ricoeur reconoce que hay una radicalidad en el discurso de Levinas sobre la responsabilidad y plantea la ética de la identidad personal en "sí mismo como otro", integra atención, cuidado y la carga del otro y realiza una reflexión del "sí mismo como otro", en responsabilidad de cuidado con él en reciprocidad entre ambos, pero sobre todo el reconocimiento, resaltar la reciprocidad, ética del reconocimiento y la gratuidad con una base en la mutualidad, desde la optativo, opcional.

La actividad de cuidar no se plantea desde una lógica de la reciprocidad sino desde la mutualidad y el reconocimiento, una lógica que no sustituye o desplaza el mérito sino que lo reinventa desde el don, la gratuidad y la solidaridad: atender a otro, ayudar a hacer al otro lo que él no puede hacer por sí mismo, invitar al otro a que reconozca su vulnerabilidad, velar por el bien del otro, acompañar al otro (Moratalla, 2013).

La solicitud es una actitud ética de relación con el otro cualquiera sea su condición, comprende la reciprocidad de dicha atención y la benevolencia de unos con otros, Ricoeur vincula la reciprocidad de la solicitud con el intercambio entre dar y recibir que existe en la simpatía verdadera, Ricoeur reconoce una disimetría inicial dada por la primacía del otro que sin embargo se equilibra luego mediante el reconocimiento (Furstenberg).

entendimiento del tema y su posterior estudio, al tomar como fuentes de información revisiones sistemáticas, estudios transversales y observacionales. Estos textos muestran estudios conformados por personas de distintas edades, residencia, tipos de dieta, frecuencia en su ingesta de alimentos ultraprocesados, y hábitos dañinos o beneficiosos que permiten una correcta agrupación de estos individuos al momento de la correlación con el componente clínico de los trastornos depresivos y otros aspectos sintomáticos de la depresión.

Por otra parte, la revisión carece de un componente experimental, pues se ve limitado al análisis de otras publicaciones. De esta forma no es posible evaluar de manera directa el efecto de la ingesta de alimentos ultraprocesados sobre la salud mental de las personas, ni se propone una intervención resolutiva para el problema, careciendo de un abordaje integral de la temática.

Pero es momento de pensar el cuidado como una capacidad en evolución, que si bien es cierto parte de lo innato del ser viviente, con el paso del tiempo y en la construcción de su humanidad, la persona avanza en parte su desarrollo, su “sentido humano” en el cuidado, por tanto es el cuidado de sí y el cuidado del otro una capacidad que se cultiva desde el terreno de lo personal, desde los sentimientos y emociones de la persona en un profundo reconocimiento por lo sagrado de cualquier forma de vida.

Desde el concepto de capacidades, Amartya Sen analiza problemas sociales que afectan el bienestar humano, como la desigualdad, la pobreza, la calidad de vida, la ausencia de desarrollo humano y la injusticia social; lo que permite realizar una nueva mirada de estos problemas y evaluar los alcances y límites, buscando una mejor perspectiva de las ventajas individuales, Sen eligió el término capacidades para representar las distintas combinaciones alternativas que una persona puede hacer o ser (Angarita & Martín, 2014).

En su definición de capacidades Sen afirma que su intención era explorar un enfoque particular del bienestar en términos de la habilidad de una

persona para hacer actos valiosos. “un conjunto de oportunidades para elegir y actuar”, define capacidades internas algunas como rasgos de personalidad, capacidades intelectuales y otras como capacidades básicas o innatas dentro de las que estaría el cuidado, y existe la posibilidad de combinar capacidades y siempre crecer en el desarrollo de ellas.

Marta Nussbaum en su “enfoque de las capacidades” expone su interés en las capacidades de las personas y de los animales no humanos y como una base para la justicia para todos, una aproximación particular a la evaluación de la calidad de vida y a la teorización sobre la justicia social básica en un marco de dignidad, ¿Qué es capaz de ser y de hacer cada persona?, viendo al ser humano como un fin en sí mismo (Nussbaum & Mosquera, 2012). Está centrado en la elección o la libertad, lo optativo en la decisión del ser para ser persona humana.

---

## Conclusión

---

El cuidado entendido como capacidad humana innata, permite al hombre ser y permanecer en el mundo, en la dinámica social y en la responsabilidad sobre sí mismo y las otras personas, el cuidado como móvil ético de la compasión y el reconocimiento toma fuerza en la construcción de nuevos principios que guíen el comportamiento y la manera como se puede vivir bien, permitiendo concluir que el cuidado es una capacidad que si bien está instintivamente o naturalmente en el hombre, es una capacidad que se educa, se desarrolla y permanece en desarrollo en la persona y en la sociedad, garantizando la sostenibilidad, la ayuda mutua, el cumplimiento del estado en su deber social de justicia, desde una mirada humanizada.

El escrito resalta el cuidado como capacidad personal y la importancia del desarrollo del mismo, desde el ser, desde el autoconocimiento y desde el autodescubrimiento, desde la espiritualidad y desde la capacidad de amar y de cuidar a otros.

## Referencias bibliográficas

- Angarita, U., & Martín, J. (2014). La teoría de las capacidades en Amartya Sen. *Edetania*(46), 63-80.
- Boff, L. (2012). *El cuidado necesario*. Editorial Trotta.
- DERANI, C. (1997). *Curso de Direito Ambiental*. São Paulo: Max Limonad.
- Furstenberg, C. De la Responsabilidad a la solicitud, El tiempo de la relación en cuidado paliativo (Ricoeur, Levinas, Arendt, Jonas).
- Gaos, J. (2016). *Introducción a El ser y el tiempo de Martin Heidegger*. Fondo de Cultura Económica.
- Gilligan, C. (1993). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Harvard University Press.
- Heidegger, M., & Gaos, J. (1951). *El ser y el tiempo: trad. del alemán por José Gaos*. Fondo de Cultura Económica.
- Leonardo, B. (2002). *El cuidado esencial, la ética de lo humano compasión por la erra*. Tro a Editorial. Madrid.
- Leão, E. C. (1995). *Ética e comunicação. Ética na comunicação*. Rio de Janeiro: Mauad, 17.
- Moratalla, A. D. (2013). *El arte de cuidar. Atender, dialogar y responder*. Ediciones Rialp.
- Nussbaum, M. C., & Mosquera, A. S. (2012). *Crear capacidades*. Paidós Madrid.
- Perales, E. B. (2009). *Ética de la dependencia*. Bases morales, debates. *Dilemata*(1), 157-164.
- Ramírez-Pérez, M., Cárdenas-Jiménez, M., & Rodríguez-Jiménez, S. (2015). O Dasein dos cuidados desde a fenomenologia hermenéutica de Martin Heidegger. *Enfermería universitaria*, 12(3), 144-151.
- Rendlemann, J., & Rendleman, J. (1986). *Caring: A Feminine Approach to Ethics and Moral Education*. *The Personalist Forum*, SANTO TOMÁS, D. A. (2001). *Suma teológica*. Sao Paulo: Loyola, 1.