

Salud Mental:

**Perspectivas y desafíos para
la construcción de otros mundos posibles**

27, 28 y 29 de noviembre de 2025

Red Psicofeminista: despatriarcalizando la psicología y la salud mental. Hacia una psicología en clave de emancipación

**Daiana Torres Vargas, Tamara Tabárez, Sofía Genoud,
Paula Martínez, Natalí Toro, Clara Barone**

*Red Psicofeminista. Uruguay.
psicofeministasuy@gmail.com*



Resumen

Desde la Red Psicofeminista nos proponemos compartir la perspectiva singular de nuestro quehacer profesional, en el marco de aportar a la construcción de una psicología y salud mental no patriarcal. Cuando nos referimos al daño del patriarcado en las personas, aludimos a la naturalización de las violencias; culpabilización y exigencias según mandatos de género (que se traducen en ansiedad, depresión, trastornos del sueño y/o de alimentación); desvalorización y silenciamiento histórico de mujeres y disidencias sexo/genéricas, traducidos en la limitación de su capacidad de agencia en distintos ámbitos (científico, político, recreativo, social); acumulación de estrés y fatiga psíquica por sobrecarga de trabajo de cuidados; represión emocional y aislamiento afectivo de varones; producción de subjetividades violentas. A su vez, la episteme patriarcal en el desarrollo académico, científico y profesional desde la ausencia de nuestras voces y la construcción de una verdad androcéntrica con pretensiones de universalidad (Fox Keller, 1991; Pacheco, 2007) ha implicado históricamente diagnósticos y patologizaciones diferenciales, sesgados, cargados genéricamente. Nuestra colectiva está integrada por psicólogas/gues y estudiantes, con diversos abordajes teórico-técnicos, que encontramos cuestionamientos en común respecto de nuestras prácticas y lugares de poder, miramos e intervenimos atendiendo a situar las experiencias en la estructura estratificada en términos socio-económicos, étnico-raciales, generacionales y de sexogenéricas (Harding, 2004) que habitamos; desde allí construimos el proceso colectivo y el quehacer que hoy podemos nombrar feminista. Este quehacer considera la politización del espacio terapéutico: en la escucha, en la pregunta, en el análisis, en la práctica-consultorio y territorio. Un desafío-invitación constante es producir esos lugares epistemológicos transversales que nos acuerpan, apoyadas en el legado de las epistemologías feministas del conocimiento situado (Haraway, 1995); en el rechazo a la categoría analítica universal de mujer (Blázquez Graf, 2012), en la historia de pensadoras, activistas y psicólogas feministas que integraron la categoría analítica de género, posibilitando multiplicidad de perspectivas y abriendo la oportunidad a un análisis interseccional, contextual y crítico. La Red Psicofeminista asume el compromiso con la transformación social a través de la acción conjunta, desde donde es posible resistir los impactos del patriarcado y crear nuevas formas de ejercer la psicología en clave feminista. Este tejido colectivo oficia inherentemente como promotor de salud

mental, deviniendo también espacio de cuidado y formación para sus integrantes a través de sus espacios de encuentro, discusión y covisión. Desde estos posicionamientos, y a partir de nuestra trayectoria (desde el año 2019), reflexionamos que incluir la perspectiva de género e interseccional, politizar las experiencias, cuestionar las bases estructurales de la desigualdad, revisar el lugar del terapeuta en la relación clínica respecto a la supuesta neutralidad, analizar cómo opera el poder patriarcal en la construcción de conocimiento y la configuración de subjetividades fortalece la producción de una salud mental que se oriente a la garantía de derechos humanos; a existencias que tiendan a emanciparse de múltiples opresiones; al despliegue de una vida justa y digna y, particularmente, a abordar los malestares psíquicos que muchas veces se diagnostican como problemas individuales, reconociendo su origen político y cultural.

Desde la **Red Psicofeminista** nos proponemos compartir la mirada singular que emerge de nuestro quehacer profesional, tejida desde la convicción de que la psicología y la salud mental deben despojarse de los moldes patriarcales que históricamente las han fundado.

Nos reconocemos en el compromiso con la transformación social, en la construcción de una praxis situada que se atreve a pensar, sentir y actuar en resistencia a los dispositivos de poder que moldean nuestras subjetividades. Creemos en la potencia del encuentro y en la acción colectiva como espacio de creación de nuevas formas de ejercer la psicología: una psicología encarnada, política y feminista.

Historia y origen, la decisión de acuerparnos

Somos un grupo de mujeres y disidencias sexogenéricas dedicadas al cuidado de la salud mental desde múltiples enfoques teóricos, técnicos y laborales. Compartimos la experiencia de habernos formado y trabajado en un mundo que erigió al varón cis, blanco, heterosexual y de clase media-alta como único productor legítimo de conocimiento (Prieto Pérez, 2022).

Durante demasiado tiempo se nos enseñó que esta episteme patriarcal era el orden natural del saber: un conocimiento que patologizaba la diferencia, que traducía la diversidad de las experiencias humanas en desviaciones o déficits.

Esa verdad androcéntrica —presentada como universal— (Fox Keller, 1991; Pacheco, 2007) ha producido diagnósticos sesgados, cuerpos silenciados, y subjetividades fragmentadas.

El Primer Encuentro de Feminismos del Uruguay de 2014, que convocó a los más diversos colectivos y compañeras fue una invitación abierta al diálogo y el tejido de las luchas feministas, desde allí se resignifican los 8 de Marzo en clave de Día de Lucha, llenando las plazas de rondas de encuentro y las calles de potencia colectiva. La consigna que dio sentido al encuentro fue el acuerdo de *poner el movimiento en movimiento*.

Allí nacen/ brotan/desbordan, convocadas por la entonces coordinadora de Feminismos del Uruguay, las **alertas feministas** transformando la rabia y el dolor en ritual colectivo de visibilización y lucha encarnada.

Las marchas, los encuentros, las performances, los cantos, los gritos, los susurros feministas inundaron los espacios. Se acuerparon las maestras, las profesoras, las cirqueras, las vecinas, las cooperativistas, las sindicalistas, las, los y les compañeres trans, las madres... retomando con toda su fuerza la idea de que *lo personal es político*. Esa marea marcó nuestro camino.

Nuestra escucha se vio entonces desbordada: de violencias naturalizadas, de culpas impuestas, de cansancios heredados. Escuchamos la fatiga psíquica de las mujeres y disidencias, la represión emocional de los varones, la multiplicación de subjetividades violentas. Escuchar fue reconocernos también en esa trama de dolor, pero sobre todo en el deseo de no permanecer solas.

En 2018, con la restitución forzada de “María” con su abusador, asistimos al recrudecimiento del uso de la noción falaz del Síndrome de Alienación Parental (SAP) que nos confrontó directamente con los engranajes de una justicia patriarcal. Este concepto, sin base científica y buscando alcanzarse en nuestro territorio disciplinar, es utilizado en tribunales para invalidar los testimonios de niñas y niños, deslegitimando su la voz y las acciones de las mujeres que buscan proteger. El grito colectivo de “María no se va” fue el detonante de nuestra necesidad de nombrarnos y alzar la voz.

Comprendimos que ninguna lucha puede darse en soledad. El mandato de ser “buenxs ciudadanxs” se convirtió en una cárcel invisible. Y fue en la ruptura de esa soledad —en el gesto de juntarnos— donde comenzó a gestarse nuestro proyecto colectivo. Nos encontramos desde la urgencia y desde el deseo, para pensar juntxs una ética feminista del cuidado y del ejercicio profesional.

Fue así que, en 2019, nació la **Red Psicofeminista** (en sus comienzos, Red de Psicólogas Feministas del Uruguay). Nos reunimos psicólogas, psicólogos y estudiantes de psicología, reconociendo los límites y privilegios de nuestros lugares de enunciación. Somos mujeres y disidencias sexo généricas, universitarias en lo público y lo privado, somos lesbianas, indígenas, negras, gordas, blancas, madres, migrantes...Somos activistas, militantes, artistas, trabajadoraes con inserciones en lo público y lo privado, precarizadaes...

Buscamos pensar las experiencias dentro de las estructuras estratificadas de clase, raza, edad y género (Harding, 2004), construyendo una praxis colectiva que hoy podemos nombrar feminista.

Nuestro quehacer

Nuestra práctica se funda en la **politización del espacio terapéutico**: en la escucha, en la pregunta, en la palabra y en el cuerpo que habita cada encuentro.

Nos inspira el legado de las **epistemologías feministas del conocimiento situado** (Haraway, 1995), el cuestionamiento a la universalidad del concepto de "mujer" (Blázquez Graf, 2012), y la herencia de pensadoras y activistas que abrieron la posibilidad de un análisis interseccional, contextual y crítico de la experiencia humana. Asumir una postura ética en nuestro quehacer implica cuestionar activamente las narrativas que refuerzan desigualdades o culpabilizan a las personas con quienes trabajamos, ello implica una toma de posición. Por lo cual intentamos problematizar, en nuestro quehacer, el poder médico hegemónico, el cual tiende a ser individualista, jeraquizante, decontextualizado y colonialista.

Así el sufrimiento entendido como una respuesta legítima a contextos de violencia, exclusión o deshumanización no reduce el malestar a un "síntoma" ni a un "trastorno" que define a la persona. Reconocemos el enclave de género en el padecimiento psíquico, en su diagnóstico y su conceptualización. Y nos preguntamos qué tipo de respuestas a este sistema se patologizan para unos y para otras...

Aprendimos que no hay una única forma de vivir, sufrir ni sanar. La psicología feminista considera que cada proceso parte de la realidad concreta de la persona que consulta: su historia, su cuerpo, su clase social, su raza, sus saberes y habilidades, su corporalidad, su orientación sexual, su identidad de género y su cultura. Hacemos eco de la noción de imbricación de opresiones que nos trae Ochy Curiel (...) y retomamos la idea fuerza de una política de la localización (Rossi Braidotti) para pensar y hacer nuestro trabajo.

La marea también nos recordó que nuestra práctica no puede aliarse con dispositivos de silenciamiento y adaptación a un sistema que socava la dignidad de la vida.

El desafío es constante: crear espacios epistemológicos que nos acuerpen y nos sostengan, donde la vulnerabilidad sea potencia y la escucha, una forma de resistencia.

Nuestras formas de hacer, agenciamientos y multiplicación

A lo largo del tiempo hemos tejido distintos dispositivos de trabajo desde donde promovemos el autocuidado y la salud mental feminista:

- **Asambleas de encuentro**, donde la palabra circula como herramienta política.
- **Formaciones internas**, para seguir pensando-nos y aprendiendo en colectivo.
- **Covisiones**, como espacios de intercambio y sostenimiento mutuo.
- **Talleres comunitarios**, donde la psicología se vuelve práctica territorial ética y política.
- **Proyectos de asesoría, sensibilización, formación e intercambio con organizaciones, instituciones y colectivos**, como modo de diseminación, contagio y construcción colectiva de una mirada y un hacer antipatriarcal.
- **Autogestión y comunicación**, como pilares de autonomía y construcción colectiva.
- **Acompañamientos psicoterapéuticos**, Como modo de multiplicación en la escucha y la mirada desde este enfoque feminista, para el acompañamiento subjetivo y situado de cada persona que nos pide ayuda profesional con los dolores que vive.
- **Espacios de cuidado colectivo**, Como revisión de nuestros puntos ciegos interseccionales; de acuerpar y amortiguar los embates de la tarea y la vida.
- **Participación en movilizaciones**, como espacio de resistencia, creatividad y potencia colectiva.

Desde estos espacios reflexionamos que incorporar la perspectiva de género e interseccionalidad, politizar las experiencias, revisar los lugares de poder y la falsa neutralidad terapéutica, son gestos que **transforman la práctica profesional en una acción ética y emancipadora**.

Transparentamos y cuestionamos la asimetría de poder en la relación terapéutica, desafiando los modelos jerárquicos que ubican terapeutas como figura de autoridad y saber absoluto por encima de los saberes locales y la agencia de quienes consultan.

Proponemos construir un vínculo horizontal, colaborativo y ético, donde se reconozca la posición de poder que implica ocupar el rol de terapeuta, y se trabaje conscientemente para ejercerlo de forma responsable y no reproductora de opresión.

Desafiamos la soledad desde el entramados con otros y desde la convicción de que en el andar y el quehacer de cada una portamos la Red.

Memoria y horizonte

Entendemos la salud mental como un derecho humano fundamental, como una trama de cuidados que busca liberar las existencias del peso de las múltiples opresiones. Lo que suele nombrarse como malestar individual es, en realidad, el síntoma de un orden político y cultural que enferma.

Cuando decimos que **el patriarcado atenta contra la salud mental** lo decimos desde lo que habitamos y lo que sabemos.

Sabemos que instala y sostiene la ciencia “de las ausencias” (Lourdes Pacheco,..). Erigiendo en nombre de la neutralidad y la ciencia verdades únicas de anclaje jerárquico que devalúan las vidas de quienes quedan en posición de minoría/inferioridad en un enclave androcéntrico, adultocéntrico, capacitista, racista y patriarcal.

Sabemos que precariza nuestras vidas: explotando nuestros cuerpos, nuestro tiempo, negándonos el sostén comunitario, invisibilizando y naturalizado las violencias que sufrimos al tiempo que patologiza nuestros modos de reclamar y defendernos.

Por todo ello nuestro quehacer no se despliega en soledad, sino en diálogo con las luchas feministas que nos preceden y acompañan.

Saber en qué punto de la historia nos encontramos es esencial, porque —como recuerda Ana Laura de Giorgi (2020)— ***“la memoria feminista se vuelve tanto un instrumento de lucha como un refugio ante la adversidad.”***

Esa memoria nos permite mirar de frente el camino recorrido, sostener el presente y proyectar un porvenir donde la psicología no sea solo una técnica, sino una práctica de libertad, de justicia y de ternura política. (Prieto Pérez, V. 2022).