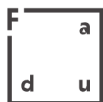

CAZANDO TENDENCIAS

Tendencias demográficas

Estudio de Tendencias 2026

Maite López
Patricia Vaz



Facultad de Arquitectura,
Diseño y Urbanismo
UDELAR



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

Índice

Índice.....	1
Introducción y delimitación de la tendencia.....	2
“Childfree: nuevas prioridades de vida”.....	2
Conociendo el contexto.....	4
Cultura.....	4
Medios y redes sociales.....	5
Estética/Diseño.....	6
Marcas.....	6
Indicios de futuro y conexión con la macrotendencia.....	8
Fuentes consultadas.....	9

Introducción y delimitación de la tendencia

“Childfree: nuevas prioridades de vida”

Dentro de la macrotendencia demográfica global, hoy se observa una transformación profunda en la forma de entender el núcleo familiar. La postergación y, en muchos casos, la renuncia definitiva a la maternidad y la paternidad, junto con el crecimiento sostenido de los hogares unipersonales y de las parejas sin hijos, está modificando los vínculos afectivos y los proyectos de vida en las sociedades urbanas contemporáneas.

Este fenómeno implica un importante cambio cultural y demográfico, donde una parte de la población joven-adulta redefine qué significa una vida plena menos centrada en la descendencia y más orientada a la autonomía, las experiencias, los vínculos elegidos, el desarrollo personal, la estabilidad económica y la libertad de movimiento.

Según los datos del Censo 2023, publicados por el Instituto Nacional de Estadística (INE), se observa una marcada disminución de la natalidad en Uruguay. Actualmente, el 29% de los hogares está compuesto por una sola persona y el tamaño promedio de los hogares se redujo a 2,5 integrantes, reafirmando la transformación de las estructuras familiares del país. Asimismo, los hogares conformados por parejas con hijos pasaron de representar el 31% en 2011 al 25% en 2023, evidenciando cambios significativos en la conformación de los hogares y una tendencia hacia la postergación o renuncia a la maternidad y paternidad.

Esta tendencia también se refleja en el aumento del porcentaje de mujeres sin hijos en distintos grupos etarios. Entre las mujeres de 15 a 19 años, el porcentaje pasó de 86% en 1996 a 97% en 2023; en el grupo de 20 a 24 años aumentó de 59% a 79%; entre los 25 y 29 años pasó de 35% a 55%; mientras que en el grupo de 30 a 34 años creció de 18% a 37%, y entre los 35 y 39 años aumentó de 12% a 22%. Estas cifras muestran que, si bien en algunos casos la decisión es no tener hijos, en otros la maternidad y la paternidad son postergadas hacia edades más avanzadas.

Nuestra investigación se centra principalmente en jóvenes de entre 18 y 40 años que deciden no ejercer la maternidad o paternidad, o bien optan por postergarla. A partir de la exploración realizada, pudimos comprender algunas de las razones que explican este fenómeno y los distintos proyectos de vida que construyen estas personas. Entre los motivos más frecuentes aparecen las dificultades económicas asociadas a la crianza, el deseo de mantener la independencia personal, la búsqueda de experiencias y actividades de ocio, así como la priorización del desarrollo profesional, la autonomía económica, el bienestar emocional y la salud mental. Del mismo modo, adquiere relevancia la construcción de vínculos de pareja que no se organizan en torno a un rol parental, sino a proyectos compartidos basados en otras formas de realización personal. Por otro lado, en los casos de postergación de la maternidad se repite con frecuencia la idea de no querer ser madre en el presente, pero tampoco renunciar a

la posibilidad de serlo en el futuro. Entre los motivos más comunes aparecen la ausencia de una pareja con quien formar una familia, el deseo de no ejercer la maternidad en solitario o simplemente la decisión de esperar al momento que consideran más adecuado desde el punto de vista personal, emocional o económico.

Uruguay cuenta con tres centros habilitados para realizar procedimientos de preservación de la fertilidad y reproducción asistida de alta complejidad: el **Centro de Esterilidad Montevideo (CEM)**, el **Centro de Reproducción Humana del Interior (CERHIN)** y la **Clínica Suizo Americana**. Entre ellos, el CEM posee uno de los equipos profesionales más amplios y especializados del país.

La congelación de óvulos ha experimentado un crecimiento sostenido en los últimos años, alcanzando alrededor de 248 procedimientos anuales. La mayoría de quienes recurren a esta práctica son mujeres que desean postergar la maternidad sin renunciar a la posibilidad de ser madres en el futuro. Los especialistas recomiendan realizar la vitrificación entre los 30 y 35 años, ya que la calidad y cantidad de óvulos disminuye progresivamente con la edad.

En muchos casos, las pacientes describen la congelación de óvulos como una forma de preservar opciones para el futuro. No necesariamente tienen la certeza de que utilizarán esos óvulos, pero valoran la tranquilidad que les brinda contar con esa posibilidad. Para algunas mujeres, representa una herramienta que les permite reducir la presión asociada a la decisión de no ser madres en el presente, ya sea por motivos personales, laborales, económicos o afectivos.

Desde el punto de vista médico, el procedimiento comienza con una estimulación hormonal de los ovarios durante aproximadamente 10 a 12 días, con el objetivo de obtener varios óvulos maduros en un mismo ciclo. Durante este período se realizan controles ecográficos y análisis hormonales para monitorear la respuesta del organismo. Posteriormente, los óvulos son extraídos mediante una punción folicular guiada por ecografía y realizada bajo sedación. Una vez obtenidos, son sometidos a un proceso de vitrificación, una técnica de congelación ultrarrápida que evita la formación de cristales de hielo y permite conservarlos durante años sin deteriorar significativamente su calidad.

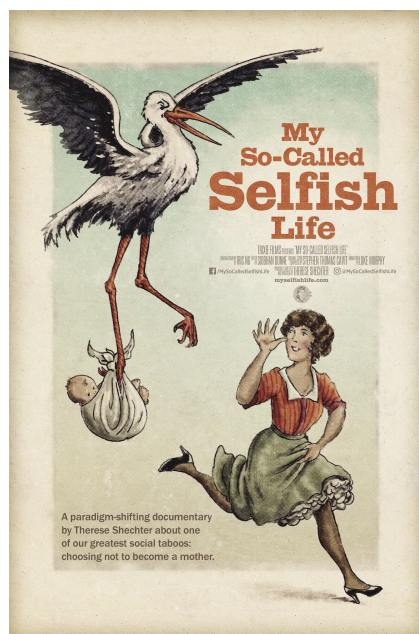
Sin embargo, se trata de un procedimiento costoso, de entre 7.000 y 8.000 dólares, lo que limita el acceso para una parte importante de la población. Una excepción son las pacientes oncológicas, quienes pueden acceder al tratamiento de preservación de la fertilidad de forma gratuita a través de la cobertura del **Fondo Nacional de Recursos (FNR)**, permitiéndoles conservar su capacidad reproductiva antes de iniciar tratamientos que puedan afectar su fertilidad.

Conociendo el contexto

Esta etapa parte de observar el contexto actual en el que se mueve el usuario. En este caso, se trata de jóvenes-adultos, especialmente mujeres de hasta 40 años, que postergan la maternidad o cuestionan su carácter obligatorio. A partir del relevamiento realizado, se identifican discursos, servicios, experiencias y representaciones que permiten entender cómo se reorganiza hoy el proyecto de vida en torno a prioridades como la estabilidad, el desarrollo profesional, el bienestar emocional y la posibilidad de decidir más adelante.

Cultura

El documental *My So-Called Selfish Life* (2021) Producido en Canadá y dirigido por Therese Shechter evidencia esta macrotendencia de forma muy clara a través de los testimonios de



mujeres que decidieron no tener hijos. A lo largo de la obra se aborda la presión social que históricamente ha vinculado la realización femenina con la maternidad, mostrando cómo muchas de las entrevistadas crecieron asumiendo que ser madres era una etapa inevitable de la vida y nunca habían cuestionado realmente esa posibilidad.

El documental también expone cómo estas mujeres suelen ser catalogadas como “egoístas” o cuestionadas por su decisión, a pesar de tratarse de una elección consciente, reflexionada y coherente con sus proyectos de vida. Frente al modelo tradicional centrado en la maternidad, se presentan otras formas de realización personal, vinculadas a los viajes, el desarrollo profesional, la construcción de vínculos significativos, el bienestar emocional y la búsqueda de autonomía.

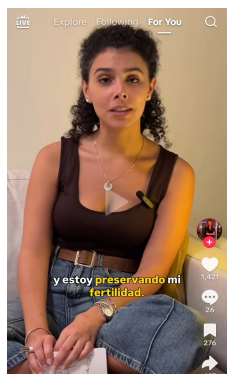
Afiche promocional de *My So-Called Selfish Life* (2021).

Entre las razones que aparecen con mayor frecuencia se encuentran la falta de deseo de ser madres, la prioridad otorgada a proyectos personales o laborales, el deseo de libertad, la posibilidad de vivir nuevas experiencias y el cuidado de la salud mental. De esta manera, el documental ofrece una mirada diferente sobre la decisión de no tener hijos, contribuyendo a desestigmatizar y a visibilizar nuevas formas de construir una vida plena y significativa. A pesar de que no sea un documental uruguayo representa de manera muy acertada esta experiencia universal.

Medios y redes sociales

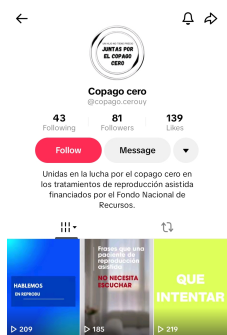
En Uruguay, el discurso childfree y la conversación sobre postergación de la maternidad comienzan a aparecer con mayor naturalidad en redes sociales y otros medios. La decisión de no tener hijos o de posponerlos ya no se presenta únicamente como una excepción o una imposibilidad, sino como una elección vinculada a nuevas formas de proyectar la vida adulta. En publicaciones de Instagram, TikTok y medios digitales se repiten ideas relacionadas con la libertad personal, la estabilidad económica, el desarrollo profesional, el bienestar emocional y el rechazo a la presión social por formar una familia tradicional.

A este escenario se suma la creciente visibilización de temas como la preservación de fertilidad y la congelación de óvulos. La serie Diálogos Fértiles, impulsada por la Sociedad Uruguaya de Reproducción Humana en el marco de la Semana de la Fertilidad, combina divulgación médica y testimonios en primera persona, y contribuye a instalar el tema en el debate público



Dentro de ese ecosistema también aparecen mujeres que empiezan a visibilizar su propia experiencia con la congelación de óvulos en redes sociales, como ocurre con el caso de Sofía Maccio, que utiliza TikTok para contar su proceso y responder dudas de otras mujeres interesadas en preservar su fertilidad. Este tipo de contenido muestra que la decisión de postergar la maternidad ya no permanece solamente en el ámbito privado, sino que circula como experiencia compartida y como tema de conversación pública.

Captura del Tik Tok de Sofía Maccio



A esto se suma la aparición de colectivos como **Copago Cero Uy**, integrado por pacientes y ex pacientes que reclaman mejores condiciones de acceso a los tratamientos de reproducción asistida. Su presencia en redes visibiliza otra dimensión del problema: no solo la postergación de la maternidad, sino también las barreras económicas que muchas mujeres enfrentan cuando deciden avanzar en un tratamiento. En ese sentido, las redes sociales no solo reflejan la tendencia, sino que también la producen, la organizan y le dan voz a experiencias que antes permanecían dispersas o silenciadas.

Captura de cuenta de Tik Tok @copago.cerouy

Estética/Diseño

Para este punto nos centramos en la imagen que transmiten en redes sociales las clínicas antes mencionadas y en el mensaje indirecto que representan a través de su estética visual.

En los tres perfiles se repiten imágenes de familias, parejas, bebés y situaciones de afecto, asociadas a sentimientos de amor, felicidad y realización personal. También predominan espacios clínicos pulcros, ordenados, luminosos y profesionalizados, que buscan transmitir confianza, seguridad y respaldo médico.

A nivel visual predominan los colores claros, especialmente blancos, celestes y tonos pastel, vinculados a la tranquilidad, la esperanza y el cuidado. Las fotografías suelen mostrar sonrisas, contacto físico, abrazos y momentos familiares, reforzando la idea de cercanía emocional.

Es frecuente la utilización de frases como *"cumpliendo sueños"*, *"haciendo posible tu proyecto de familia"* o *"acompañándote en el camino"*, acompañadas por imágenes de recién nacidos o familias con hijos. De esta manera, la maternidad y la paternidad aparecen representadas como un objetivo deseable y alcanzable gracias al apoyo de la tecnología reproductiva.

Marcas

En Uruguay comienzan a ganar visibilidad servicios y experiencias dirigidos a mujeres jóvenes-adultas que priorizan su desarrollo personal, profesional y emocional, y que no organizan necesariamente su proyecto de vida en torno a la maternidad inmediata. En este contexto aparecen propuestas que combinan formación, networking, bienestar, comunidad y acompañamiento, y que construyen un universo de consumo y participación más alineado con la autonomía, la flexibilidad y la toma de decisiones personales.

La **Organización de Mujeres Empresarias, Ejecutivas y Emprendedoras del Uruguay (OMEU)** surge en 2009 con el objetivo de visibilizar el rol de las mujeres en el ámbito empresarial, promover su desarrollo profesional y defender los intereses del sector ante organismos públicos, privados e instituciones gubernamentales. Su propósito se centra en fortalecer la participación femenina en el mundo laboral mediante la capacitación, el intercambio de experiencias y la generación de oportunidades de crecimiento.

Para ello, impulsa programas de mentoría, inversión, formación y vinculación profesional que buscan estimular la creación de empresas lideradas por mujeres y contribuir a su autonomía económica. A través de estas iniciativas, OMEU acompaña a mujeres emprendedoras, empresarias y ejecutivas en el desarrollo de habilidades y competencias que les permitan consolidar sus proyectos y ampliar sus oportunidades. Actualmente capacita a cerca de 950 mujeres al año.

El **Fondo Mujeres que Emprenden**, impulsado por la Intendencia de Montevideo, es una iniciativa pública que busca fortalecer la autonomía económica de las mujeres mediante el



apoyo a emprendimientos liderados por ellas. A través de financiamiento, acompañamiento técnico y herramientas de capacitación, promueve el crecimiento y la consolidación de proyectos productivos y de servicios.

Más allá del apoyo económico, el programa fomenta la participación de las mujeres en el ámbito emprendedor y reconoce su papel como generadoras de empleo, innovación y desarrollo. Este tipo de políticas refleja las transformaciones sociales vinculadas a una mayor inserción femenina en el mundo laboral y empresarial, así como la creciente valoración de la independencia económica y el desarrollo profesional como parte de los proyectos de vida contemporáneos.

Indicios de futuro y conexión con la macrotendencia

Un importante indicio de cambio es que la maternidad deja de ser vista como una etapa obligatoria de la vida adulta y pasa a convertirse en una decisión cada vez más planificada. Como consecuencia, muchas mujeres priorizan su desarrollo profesional, su independencia económica y sus proyectos personales antes de considerar la maternidad. Este cambio se refleja en la aparición de iniciativas como el Fondo Mujeres que Emprenden y la Organización de Mujeres Empresarias, Ejecutivas y Emprendedoras del Uruguay (OMEU), que buscan fortalecer el liderazgo femenino y acompañar nuevos proyectos de vida.

A nivel social también se observa una creciente visibilización de la congelación de óvulos y la preservación de la fertilidad en entrevistas, medios digitales y redes sociales. Cada vez más mujeres comparten en primera persona sus experiencias, dudas y motivaciones para postergar la maternidad, contribuyendo a instalar un lenguaje más cotidiano y menos tabú en torno a la fertilidad, la maternidad tardía y la planificación reproductiva. Asimismo, comienzan a surgir colectivos y organizaciones como Copago Cero Uy, que buscan mejorar el acceso a estos tratamientos y visibilizar las barreras económicas existentes.

Estos fenómenos no aparecen de forma aislada, sino que forman parte de una transformación demográfica más amplia vinculada a la caída de la natalidad y la postergación de la parentalidad. En este contexto, la maternidad y la paternidad dejan de ser un paso automático de la adultez y pasan a integrarse dentro de trayectorias de vida más flexibles, donde adquieren mayor relevancia la autonomía, la formación, la estabilidad económica, el desarrollo profesional, la salud mental y la posibilidad de decidir más adelante.

A futuro, es probable que continúe aumentando la edad promedio de maternidad y que crezca la demanda de tecnologías de preservación de la fertilidad. Del mismo modo, podrían surgir más políticas públicas, espacios de acompañamiento, programas de formación y servicios orientados a mujeres que buscan compatibilizar sus proyectos personales y profesionales con una eventual maternidad. La congelación de óvulos y las nuevas conversaciones sobre fertilidad representan así una reconfiguración de los tiempos de la vida, donde la realización personal ya no se asocia exclusivamente a la maternidad, sino a la posibilidad de elegir cuándo y cómo construir ese proyecto.

Desde el punto de vista del diseño, esto abre varias líneas de análisis. Por un lado, aparecen servicios de salud y fertilidad que deben comunicar temas sensibles con claridad, empatía y cercanía. Por otro, crecen experiencias para mujeres donde el diseño de identidad, la estética de comunidad y la construcción de confianza adquieren un rol clave. En ambos casos, el diseño acompaña la transformación cultural donde la mujer se representa desde su autonomía, su proyecto personal y su derecho a decidir.

Fuentes consultadas

Cabrera Mauri, F. (2024). *Childfree en Uruguay: Las motivaciones subyacentes a la decisión de no tener hijos* [Tesis de maestría, Universidad de la República, Facultad de Psicología]. Universidad de la República.

Creemos Juntas. (s. f.). *La Cueva Creativa by Creemos Juntas*.
<https://creamosjuntas.uy/e/la-cueva-creativa-by-creamos-juntas>

El País. (2022, 9 de junio). *Crece la movida childfree: ¿Cómo es la vida sin hijos y cuánto pesa la presión social?*
<https://www.elpais.com.uy/domingo/crece-movida-childfree-vida-hijos-cuanto-pesa-presion-social.html>

Instituto Nacional de Estadística. (2024, 10 de diciembre). *Resultados finales*. Gobierno de Uruguay.
<https://www.gub.uy/instituto-nacional-estadistica/comunicacion/noticias/resultados-finales>

El País. (2026, 6 de mayo). *Cada vez más mujeres congelan óvulos en Uruguay: información, dinero y edad definen quién posterga la maternidad*. El País. [Cada vez más mujeres congelan óvulos en Uruguay: información, dinero y edad definen quién posterga la maternidad](#)

Reproducción Asistida ORG. (s.f.). *Preservación de la fertilidad*. Reproducción Asistida ORG. [La preservación de la fertilidad: congelar óvulos y espermatozoides](#)

Montevideo Portal. (2025, 15 de junio). *Lema propuso eliminar copagos para fertilización asistida: “Están todas las condiciones”*.
<https://www.montevideo.com.uy/Noticias/Lema-propuso-eliminar-copagos-para-fertilizacion-asistida--Estan-todas-las-condiciones--uc927065>

OMEU. (s. f.). *OMEU - Organización de Mujeres Empresarias, Ejecutivas y Emprendedoras del Uruguay*. <https://www.omeu.org.uy/>

Punta Summit. (2025). *Women Punta Summit*. <https://www.puntasummit.uy/>

Sociedad Uruguaya de Reproducción Humana. (2025). *Semana de la Fertilidad 2025*.
<https://surh.org.uy/semana-fertilidad.php?a=2025>

Organización de Mujeres Empresarias del Uruguay. (s.f.). *Nosotras*. OMEU. [OMEU - Organización de Mujeres Empresarias, Ejecutivas y Emprendedoras del Uruguay](#)