

¿Cómo le afecta a los hombres el machismo?



“Las nuevas masculinidades o masculinidades alternativas proponen replantear la idea de masculinidad y desaprender los roles de género adquiridos durante toda la vida que se han perpetuado a lo largo de la historia”, Leticia Magaña, responsable de la Oficina de Género y Comunidad Segura, **Centro de Reconocimiento de la Dignidad Humana**, del [Tec en Ciudad de México](#).

Como una manera de prevenir la violencia de género, la experta y profesora del Tec, explica que en ocasiones **para los hombres es complicado cambiar su manera de actuar y pensar.**

*“Para muchos hombres, **no es fácil pasar de un estatus de privilegios a un estatus de igualdad**, pues implica mayores responsabilidades en la construcción de una sociedad sustantivamente más justa, digna y con perspectiva de género”,* agregó.



width="900" loading="lazy">

Diferencias entre la masculinidad tradicional y las nuevas masculinidades

La también profesora detalla que la **masculinidad tradicional** o hegemónica se relaciona con la **cultura de la desigualdad**, en la que los hombres mantienen el control para sentirse con poder; busca la aprobación y, constantemente, se demuestran las propias habilidades para ser competitivos y lograr así un estatus social o laboral.

*“Muchas veces lleva consigo la **agresividad y violencia**, a través del acoso, hostigamiento, comentarios sexista o, incluso, violencia sexual; se define en oposición a lo femenino, por lo que los hombres son proveedores, no cuidan y no lloran”,* dijo.

Por otra parte, comentó que **las nuevas masculinidades** apuestan por la horizontalidad, el consenso y las relaciones entre iguales.

*“Promueven que **cada persona pueda mostrar sus debilidades sin miedo** y aprovechar el talento de los demás para un trabajo en equipo más efectivo, sin necesidad de buscar la confrontación.*

*“Busca **eliminar la violencia machista** o de cualquier tipo; impulsan la eliminación de los roles de género aprendidos sobre lo masculino y lo femenino, para que seamos más libres”,* explicó.



width="900" loading="lazy">

La cultura machista

*“Una **cultura machista** hace que los hombres sientan que deben actuar según el estereotipo de cómo tiene que ser su género y sean reacios a mostrar vulnerabilidad.*

*“Es decir, **se espera que los hombres sean masculinos**, lo que implica que deben ser autosuficientes, estoicos, valientes, líderes, trabajadores y, en todo momento, evitar conductas estereotipadas como femeninas: la expresión de sus emociones, la empatía y el cuidado”, comentó Leticia Magaña.*

Leticia Magaña dijo que la **masculinidad** como se concibe en la sociedad, puede traer incluso problemas de salud.

*“Esta idea de masculinidad puede afectar a los hombres; hay una relación entre este modelo de “ser hombre” y la incidencia de problemas de salud mental, como: **estrés, ansiedad, dificultad para controlar los impulsos o depresión**, entre otros.*

*“Bajo este modelo, muchos hombres tienden a considerar como “normales” algunas **conductas de riesgo**, como el consumo de alcohol u otras sustancias, o bien comportarse de forma agresiva para demostrar su virilidad”, agregó.*

*Una **cultura machista** hace que los hombres sientan que deben actuar según el estereotipo*

Prevenir la violencia de género cambiando la forma de ser “hombre”

Leticia Magaña comentó que cada vez más hombres se resisten al comportamiento sexista y al modelo masculino hegemónico.

*“Datos estadísticos en el mundo demuestran que **los hombres son los principales perpetradores de la violencia**, por eso es indispensable su compromiso para eliminarla. Los patrones de la masculinidad tradicional tienen altos costos personales, sociales y hasta económicos.*

*“Afortunadamente, **cada vez hay más hombres que se resisten a reproducir los estereotipos de género** o comportamientos sexistas del modelo masculino hegemónico y se manifiestan a través de pequeñas acciones”, dijo.*



width="900" loading="lazy">

La responsable de la **Oficina de Género y Comunidad Segura**, compartió **cinco acciones** para marcar la diferencia:

1. **Aceptar otras manifestaciones** de la masculinidad distintas de la tradicional.
2. **Entender que cada hombre es libre** de asumir la masculinidad como lo prefiera, según su personalidad.
3. **Reconocer las consecuencias negativas del machismo** en sus relaciones interpersonales para modificar los comportamientos que atenten contra la dignidad de las personas.

4. **Fomentar la empatía** para estar en contacto con el otro de forma abierta y receptiva, respetando y valorando las diferencias.
5. **Mostrarse dispuesto a desaprender patrones** de conducta machista para no seguir perpetuando estereotipos.

Los patrones de la masculinidad tradicional tienen altos costos personales, sociales y hasta económicos.

¿Qué hacer si vivo o conozco alguna persona que viva una situación de violencia de género?

La experta del Tec comparte cuatro pasos a seguir si conoces a alguien en **situación de violencia de género**.

1. Escribe al correo escuchandote@itesm.mx
2. Recibirás asesoría personal del Punto de Atención de la Dignidad Humana de tu campus.
3. Si tú lo decides, puedes activar el Protocolo de Atención ante la Violencia de Género, para iniciar el proceso de un reporte.
4. Aunque no actives el Protocolo, te seguiremos brindando medidas de seguridad y acompañamiento.

SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN: