

# Nuevas Masculinidades

No  
estás  
SOLA



**Gobierno de Puebla**  
*Hacer historia. Hacer futuro.*



Secretaría de  
Igualdad Sustantiva

La Secretaría de Igualdad Sustantiva tiene como propósito trabajar en favor de una sociedad más igualitaria entre mujeres y hombres. Por ello, realizamos acciones de prevención, detección y atención de la violencia hacia las mujeres.

La violencia contra las mujeres nos afecta a todas y todos y es necesario que los hombres participen de manera activa en poner un alto a esta violencia trabajando en sus masculinidades y reconociendo los privilegios que tienen por el simple hecho de ser hombres.

El tema de nuevas masculinidades nos invita a pensar y replantear la forma en que los hombres han socializado en nuestros contextos, tomando en cuenta que hemos adoptado una cultura que históricamente nos ha beneficiado y dado privilegios, lo cual ha colocado en desventaja a las mujeres en distintas esferas de la vida social.

La presente guía tiene como objetivo replantear el papel que tenemos los hombres en la sociedad, de las formas en las cuales podemos hacer cambios en nuestras acciones, conductas, comentarios y relaciones que tenemos tanto con mujeres, como con hombres.

Esta guía brinda información para que los hombres poblanos puedan retomar un compromiso de fomentar y alcanzar una sociedad más igualitaria, menos violenta y donde la paz y la seguridad sean una realidad viva para toda la ciudadanía.



## ¿Cómo se aborda este trabajo desde la **Secretaría de Igualdad Sustantiva**?

En la Secretaría de Igualdad Sustantiva trabajamos todos los días por reducir las brechas entre hombres y mujeres y en garantizar que todas las mujeres accedan a su derecho a una vida libre de violencia.

Sabemos que la violencia contra las mujeres es un fenómeno que nos lastima a toda la sociedad y que, debido a su complejidad, es necesario que los hombres asuman su responsabilidad en ponerle un alto.

Por ello, ofrecemos talleres de nuevas masculinidades para hombres, con enfoques específicos de acuerdo con grupos etarios; difundimos información digital para sensibilizar a los hombres desde un enfoque de nuevas masculinidades; generamos instrumentos para cuestionar la masculinidad hegemónica como el termómetro de las masculinidades frágiles.



# La construcción de las identidades masculinas

## *¿Por qué y para qué reflexionar sobre la masculinidad?*

Culturalmente se ha establecido un modelo de masculinidad que tiene como características el enaltecer en los hombres la fuerza, la violencia, la agresividad, el orgullo y el no expresar emociones relacionadas con debilidad.

De muchas maneras estas ideas se han reforzado a través de creencias religiosas, medios de comunicación, películas, novelas, cuentos, literatura, etc.

En la mayor parte de ellos, existe un mandato claro:

“Los hombres debemos ser los que mandan y los que tenemos un papel más importante en la sociedad.”

Sin embargo, es necesario pensar que este modelo y estas ideas han generado desigualdades importantes, impidiendo el acceso a las mujeres a oportunidades para lograr su desarrollo personal.

En resumen:

**La masculinidad hegemónica es una idea que nos ha hecho pensar que los hombres deben contar con una posición de dominación y las mujeres de subordinación.**



## **Roles de género y relaciones de poder**

Los roles de género son la forma en que socialmente se espera que hombres y mujeres actuemos de acuerdo con nuestro sexo asignado; esto se observa en nuestra forma de hablar, de arreglarnos, de vestirnos y de comportarnos.

Desde la infancia, a los hombres se nos enseña que no debemos demostrar nuestros afectos, que debemos ser rudos para imponernos sobre otras personas y ser quienes ocupemos el espacio público de manera libre.

El problema de los roles de género, es que vienen acompañados de relaciones de poder donde las mujeres se encuentran subordinadas, lo cual genera brechas de igualdad.

Otro de los problemas fundamentales, es que la masculinidad se encuentra sumamente relacionada con la violencia, cosa que no es natural y mucho menos pertenece al ámbito exclusivo de los hombres, por eso es importante replantear las formas en las cuales nos relacionamos y buscar alternativas no violentas.

### **La importancia de reconocer los privilegios masculinos**

Piensa por un momento y recuerda cuando ibas a la escuela: ¿quiénes ocupaban la mayor parte de los espacios recreativos? Seguramente, coincidiremos en que eran los varones.

Ésta es solo una forma en la cual se puede reconocer cómo se establece una distribución de los espacios desde muy temprana edad.

Muchos de los privilegios masculinos que existen, son el resultado de negar el derecho a mujeres o minorías. El problema de los privilegios es que crea diferencias en donde no todas las personas pueden acceder a los mismos recursos o experimentar las mismas sensaciones de seguridad o bienestar.

Entender que existen privilegios masculinos es poder reconocer las desigualdades que hay, las cuales son socialmente asignadas.

**Nuestro compromiso sería cuestionar y reconocer la forma en que estos privilegios existen en nuestros contextos para generar relaciones más igualitarias.**

## Sexismo en la masculinidad hegemónica

El sexismo es una creencia anclada en prácticas culturales que suponen la superioridad de los hombres por encima de las mujeres. Esta creencia se observa en muchos contextos, donde constantemente se cuestionan las capacidades, habilidades y conocimientos que pueden tener las mujeres.

El sexismo también conlleva una práctica que solamente sexualiza los cuerpos de las mujeres, generando violencia, acoso e intimidación hacia las mujeres en distintos contextos.

Por ejemplo:

*El acoso, la violencia, el acoso laboral, los comentarios que se emiten en la vía pública, la violación, etc.*

### ¿Te has puesto a pensar por qué las mujeres denuncian el acoso callejero?

La apropiación y uso del espacio también tiene una distinción de género; es común que las mujeres que circulan en el espacio público reciban miradas, chillidos, comentarios sobre su cuerpo e incluso sean tocadas sin consentimiento.

Estas prácticas cotidianas, están muy arraigadas porque se ve normal que los hombres pueden hacer este tipo de acciones sin problema, porque nadie los juzgará por sus actos.

Sin embargo, estas prácticas son violentas y se toleran incluso entre hombres, porque causan una reafirmación sobre los roles de masculinidad vistos como naturales.



# Micromachismos

## ¿Alguna vez has escuchado hablar de los micromachismos?

Este término hace referencia al ejercicio de poder masculino en el ámbito de lo cotidiano. Estas acciones suelen pasar inadvertidas, y son prácticamente imperceptibles porque se nos ha hecho un hábito frente a las mujeres.

Estos micromachismos no representan el ejercicio de una violencia física, pero tiene efectos de control sobre las mujeres o bien se minimiza el reconocimiento de las actividades que realizan las mujeres.

## ¿Cuáles son estos micromachismos?

Algunos de los micromachismos que mayormente se han identificado son:

### Mansplaining

Cuando un hombre cuestiona el conocimiento de las mujeres y requiere "explicar" la visión errónea que menciona o enuncia una mujer, asumiendo que su postura es incorrecta.

### Maninterrupting

Cuando un hombre interrumpe constantemente el argumento de una mujer porque considera que su punto de vista es más interesante y valioso que el de ella.

### Gaslighting

Acciones y discursos que hacen creer que la percepción de las mujeres es errónea y se manipula la situación a grado de hacer dudar a las personas sobre sus acciones.

### Bropriating

Apropiación de las ideas o conocimientos sin reconocer el crédito de la iniciativa que tuvieron las mujeres.

## ¿Qué efectos causan estos micromachismos?

Algunos efectos que se pueden rastrear a través de ejercer micromachismos son:

- **Disminución del pensamiento y la acción de las mujeres.**
- **Sobreesfuerzo psicofísico que conlleva un agotamiento emocional y de energía.**
- **Sensación de incapacidad, impotencia o deterioro de la autoestima.**
- **Inseguridad permanente sobre las acciones de las mujeres.**
- **Limitaciones al desarrollo personal, profesional y económico de las mujeres.**
- **Limitación del desarrollo de la personalidad y libertad de las mujeres.**

## ¿Qué se puede hacer ante estos y otros comportamientos micromachistas?

Tratar de desactivar estas acciones que se producen desde los micromachismos, los comportamientos e incluso evidenciar situaciones en donde se invite a reconocer las acciones de otros hombres para motivar su cambio.

Se trata de un ejercicio constante de autocrítica sobre las formas en las cuales los hombres nos relacionamos e interactuamos con las mujeres.





## Masculinidades positivas

Reconocer que los estereotipos de género nos inclinan a comportamientos donde se crean desventajas entre hombres y mujeres, así como una cultura que promueve la violencia, implica identificar otros factores que nos permitan asumir responsabilidades en el cuidado de las demás personas y de uno mismo.

Dentro de las propuestas que establece un modelo de masculinidades positivas se encuentran las siguientes cualidades:

- Compartir la responsabilidad sobre las labores domésticas y de cuidado.
- Promover relaciones de no violencia.
- Cuestionar a otros hombres en las prácticas de violencia que reproducen.
- Cuestionar los roles de género asignados socialmente para evitar la reproducción de discriminación y violencia.
- Oponerse a la reproducción del machismo.
- Asumir una sexualidad responsable y libre de prejuicios.
- Aceptar una diversidad de formas de vivir la masculinidad.



## ¿Qué es lo que podemos hacer y en qué medida podemos **contribuir a la eliminación de la violencia hacia las mujeres?**

El que los hombres tomemos conciencia sobre la forma en la que nos relacionamos es un paso importante para reconocer como hemos socializado y obtenido privilegios; sin embargo, esto no lo es todo:

***Necesitamos actuar y romper con las complicidades que tenemos entre hombres.***

Este ejercicio implica un compromiso para romper con los patrones culturales que se nos asignan y, sobre todo, romper con aquellas prácticas que buscan denigrar o violentar a las mujeres y los cuerpos feminizados no solo en nuestra práctica individual sino también en nuestro contexto inmediato y con los otros hombres con quienes nos relacionamos.

Esto significa no quedarse callados o sin intervenir cuando somos testigos de alguna situación de violencia.

Tal vez cuando has visto a algún hombre empujando o insultando a una mujer, has escuchado o incluso has dicho que esos problemas son de ellos y son privados.

**Dejar la complicidad machista consiste en asumir que debes intervenir en situaciones donde los hombres estén produciendo violencia, por muy mínima que sea.**



## Corresponsabilidad en el hogar

Es importante dar relevancia al papel que desempeñamos dentro del hogar, más allá de la figura de proveedor. La responsabilidad que conlleva habitar un espacio es algo tan básico como entender que cada persona debe asumir las tareas que se necesitan realizar de forma diaria o periódica para su mantenimiento y funcionamiento.

Quienes compartimos espacios tenemos obligaciones para tratar de aportar no sólo económicamente, también el desarrollo de actividades para mantener el orden y limpieza del hogar.

**¡Seguro eres un mandilón!**

**¡Esa es tarea de mujeres!**

**¡Para eso doy dinero, para que mi esposa lo haga!**

**¿Yo, cambiar pañales?**

Estas son solo algunas frases que muestran cómo las tareas domésticas son pensadas como si fuera tarea exclusiva de las mujeres. Hablar de corresponsabilidad es hablar de la responsabilidad que tenemos todas las personas que habitamos un espacio común, sobre nuestro deber a realizar actividades que nos permitan **distribuir la carga de trabajo y no darla exclusivamente a las mujeres.**

La corresponsabilidad también implica **tener espacios libres**, es decir, contar con tiempo en donde cada persona pueda hacer actividades personales de descanso que no impliquen cuestiones laborales.

El tiempo de descanso implica **reconocer que las mujeres, al igual que los hombres, tienen derecho al disfrute, a la recreación y al descanso.** Poder compartir tareas en el hogar fomenta el acceso a tiempos de descanso y espacios libres, lo que permite disminuir la carga de sentido de responsabilidad y obligatoriedad de los roles de género.

## Paternidades responsables

Las masculinidades positivas nos invitan a ejercer una paternidad presente y responsable que no sea solo en el ámbito económico o de manutención.

La paternidad responsable requiere de una presencia constante en los procesos de crianza y de cuidados hacia las hijas e hijos.

Los hombres necesitan poder compartir una mayor comunicación, orientación y enseñanza con sus hijas e hijos: de este modo existe un papel activo en la crianza y cuidado.

Este tipo de prácticas nuevamente pone el énfasis en la necesaria reconstrucción de otras formas de vivir la masculinidad lejos de los mandatos culturales que permitan desarrollar otras perspectivas en nuestras relaciones más cercanas e íntimas.

Lo anterior, además, permite vivir los procesos con las hijas e hijos abonando a otras formas de crianza.

Apostar por estos cambios y generar nuevos compromisos desde otra perspectiva, nos permite conformar relaciones más justas, eliminar la violencia de nuestros contextos y valorar el papel que mujeres y hombres desempeñamos en la sociedad.



Los nuevos modelos de masculinidad nos benefician tanto a mujeres como a hombres:

- **Cambiar la forma de habitar el mundo, sin necesidad de reproducir patrones de violencia.**
- **Fomentar la empatía y permitir reconocer nuestra interdependencia en la sociedad y en el hogar.**
- **Apostar al cuidado, no solo de la crianza, también al cuidado propio, al de la pareja y al de las personas que nos rodean.**
- **Relacionarnos mejor para permitirnos romper con esquemas que nos aíslan y enferman.**
- **Dejar de competir y lograr el aprendizaje colectivo, compartiendo inquietudes y avanzando desde la cooperación.**
- **Permitir reconocer la diversidad de formas de ser hombre, romper con el molde de una sola forma válida para serlo.**



## ¡Contáctanos!

Ponemos a tu disposición los números de atención de la Secretaría de Igualdad Sustantiva del Estado de Puebla en caso de que te encuentres en alguna situación de violencia y/o discriminación.

Estamos para apoyarte.

## ¡No estás sola!

Orientación jurídica y psicológica gratuita 24/7:

**911 Telmujer**

o en nuestra línea directa:

**2222 32 3738**

Orientación jurídica y psicológica gratuita vía WhastApp:




**2223564020 y 2223605590**

*(Lunes a viernes en un horario de 9:00 a 18:00 horas)*

Correo electrónico:

**noestassola@puebla.gob.mx**

  @IgualdadGobPue

   @NoEstasSolaPue



No  
estás  
SOLA



**Gobierno de Puebla**  
*Hacer historia. Hacer futuro.*



Secretaría de  
Igualdad Sustantiva