

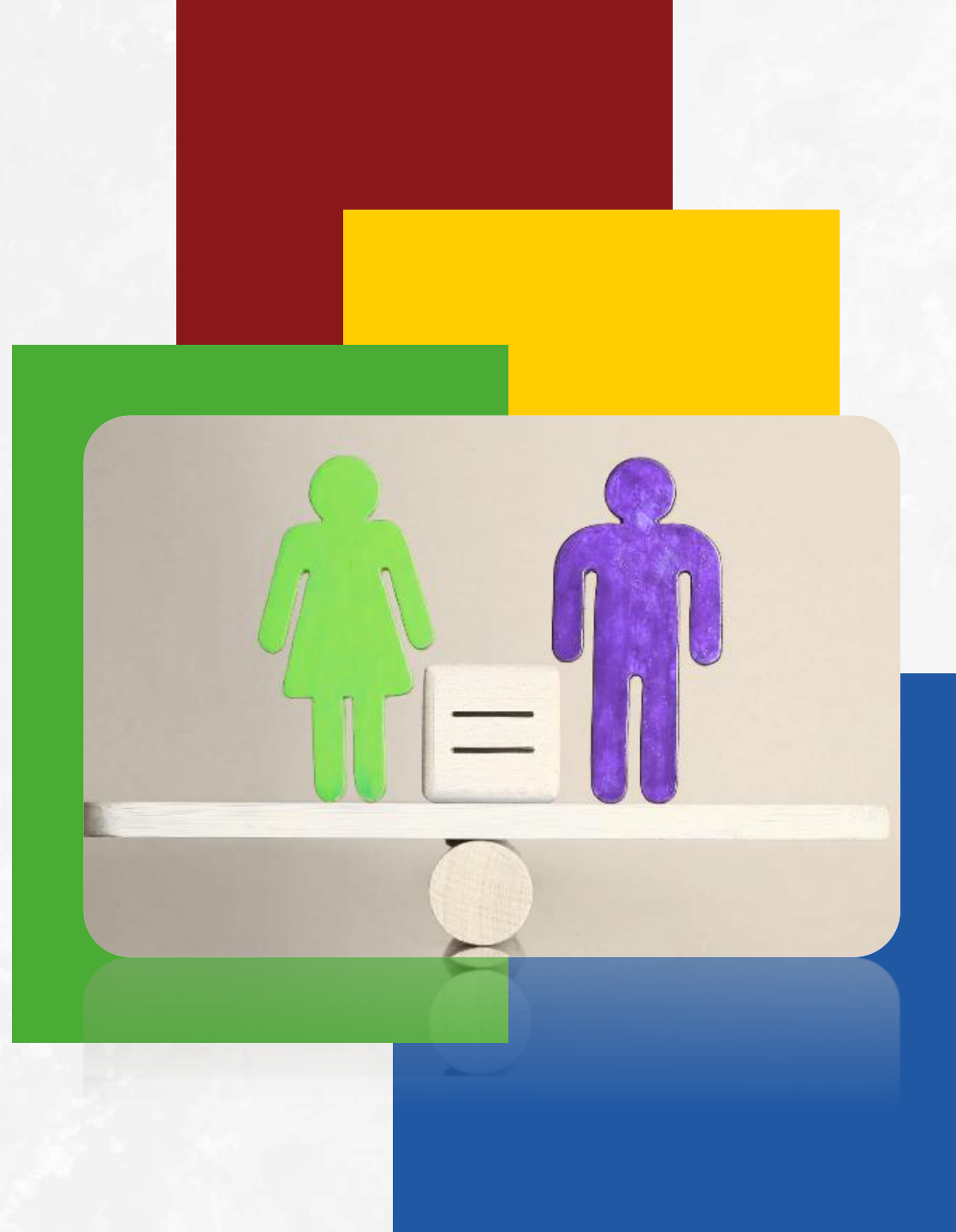


Masculinidades

Cuarta Visitaduría General

Programa de Asuntos de la Mujer y de Igualdad entre Mujeres y Hombres

2025

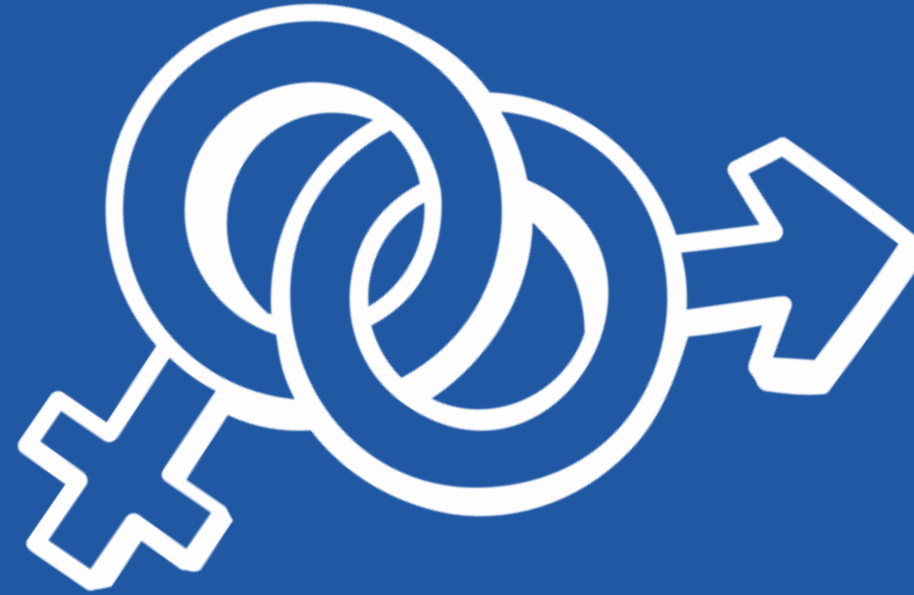


Objetivo general

Desarrollar un espacio que permita que las personas, analicen y reflexionen la sistematización del ejercicio de la masculinidad hegemónica, identificando conductas o acciones que descalifican y minimizan a mujeres, niñas y adolescentes, así como el análisis de otras masculinidades, a efecto de descubrir nuevas formas de vivir su masculinidad de manera más libre, respetuosa y responsable.



1



Conceptos clave

¿Qué significa ser hombre?

“¿no depender de nadie?”

“¿aguantarse?”



Lo que hacen estas frases es enseñarles que ser hombre es **aguantar, reprimir emociones, no mostrar miedo, y siempre tener el control.**

Y aunque parezca que ‘así debe ser’, en realidad lo que están haciendo es **moldear su comportamiento**, incluso su forma de pensar y sentir.

Eso no es algo biológico, no viene en la sangre: **es aprendizaje social.** Y aquí entra nuestro primer concepto clave: eso es lo que se llama **“género.”**



SEXO BIOLÓGICO



Se refiere a las características físicas y biológicas con las que nacemos (cromosomas, genitales, hormonas, órganos reproductivos).

Mujer

Persona intersexual

Hombre

GÉNERO



Es una construcción social y cultural sobre lo que “deben” ser o “hacer” mujeres, hombres y otras identidades. Define roles, normas y expectativas que varían según la época y la sociedad.

Femenino

Persona no binaria

Masculino

IDENTIDAD DE GÉNERO



Es el modo en que cada persona se percibe a sí misma internamente (como mujer, hombre, no binaria, etc.), y puede coincidir o no con el sexo asignado al nacer.

Mujer cisgénero
Mujer trans

Hombre cisgénero
Hombre trans
QUEER

EXPRESIÓN DE GÉNERO



Es la forma visible en que exteriorizamos nuestro género al mundo: forma de vestir, hablar, gestos, comportamientos, etc. No siempre coincide con la identidad de género o el sexo biológico.

Forma de hablar; modo de vestir, comportamiento social.

ORIENTACIÓN SEXUAL

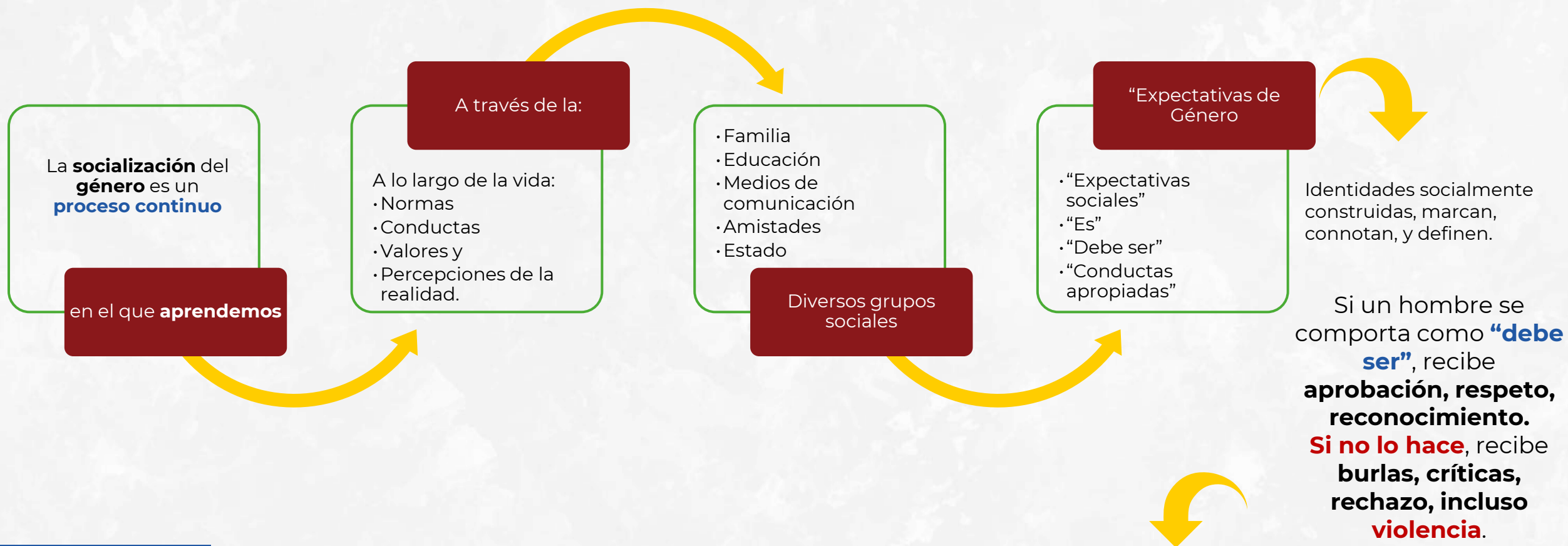


Es la atracción física, emocional, afectiva o espiritual hacia otras personas, sin relación con la identidad de género.

Asexualidad, Bisexualidad, Heterosexualidad, Homosexualidad, lesbiandad, Pansexualidad...

1.2 Asignación social de género

Es el proceso por el cual la sociedad nos **dice cómo debemos comportarnos** según si somos hombres o mujeres.
No es algo que uno elige, **es algo que se impone.**



1.3 Roles y Estereotipos de género

ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

Creencias sobre las características “*apropiadas*” de mujeres y hombres.

- Sensibilidad
- Ternura
- Debilidad
- Intuición
- Subordinación

- Superficialidad
- Pasividad
- Suavidad
- Dependencia

- Razón
- Violencia
- Fuerza
- Inteligencia
- Autoridad

- Profundidad
- Actividad
- Rudeza
- Independencia

ROLES DE GÉNERO

La función que una persona desempeña en determinado contexto. Como deben ser, sentir, actuar, pensar las mujeres y los hombres.

1. Tienen hijos e hijas.
2. Asumen las decisiones sin cuestionar.
3. Se quedan en casa al cuidado de hijas e hijos.
4. Cuando trabajan fuera del hogar se inclinan a labores que implican cuidado o jornadas menores de trabajo.
5. Amas de casa, maestras, enfermeras.
6. ROL **REPRODUCTIVO**.

1. Son proveedores de la mujer, hijos e hijas.
2. Toman decisiones desde puestos de autoridad.
3. Salen de la casa en busca de trabajo remunerado.
4. Los trabajos implican fuerza y competitividad.
5. Políticos, mecánicos, jefes.
6. ROL **PRODUCTIVO**.

CONSTRUCCIONES SOCIALES: Son formas de discriminación, porque generan distinciones, exclusiones o restricciones sobre una persona en función del sexo y género.

¿Cómo funcionan los estereotipos de género?

Características	Si es niña se dice que es ...	Si es niño se dice que es ...
Si hay actividad física	Nerviosas	Inquietos
Si son sensibles	Delicadas	Afeminados
Si se desenvuelven	Groseras	Seguros de sí mismos
Si son obedientes	Dóciles	Débiles
Si son temperamentales	Histéricas	Apasionados
Si son audaces	Impulsivas	Valientes
Si son prudentes	Sensatas	Cobardes
Si no se someten	Agresivas	Fuertes
Si cambian de opinión	Caprichosas	Reconocen sus errores

ROL PRODUCTIVO



Los **hombres:**

Centrado en el trabajo **remunerado**, la **provisión** económica y la actividad **fuera del hogar**; mecanismo generador de **ingresos** económicos y con un importante **reconocimiento social**.

ROL REPRODUCTIVO



Las **mujeres:**

Centrado en la **crianza**, el cuidado de la **familia** y las tareas **domésticas**, ámbito que **no genera ingresos**, y por tanto es considerado un papel secundario y con **escaso o nulo reconocimiento social**.

Esto no es biología. Es **aprendizaje social**.

2



Conceptualización de la masculinidad



2.1 ¿Qué es la masculinidad?



Luis Bonino Méndez

*“Una arbitraria **construcción social** resultante de la organización patriarcal y de dominio masculino en las relaciones de género (...) está compuesta por un conjunto **de valores, definiciones, creencias y significados sobre el ser, deber ser y no ser varón**, pero sobre todo, de su estatus en relación a las mujeres”.*

Es decir, no se trata de algo biológico ni innato, sino de una idea que se ha construido socialmente desde un sistema histórico de poder masculino.



Durante mucho tiempo se pensó que había **un solo modelo de ser hombre**: fuerte, proveedor, heterosexual, sin mostrar emociones, competitivo y dominante. Ese ideal se tomó como referencia para **juzgar a todos los varones**, y fue lo que se llamó masculinidad **hegemónica** (Connell, 1995).

El problema es que este modelo **nunca representó a todos**, sino a un grupo reducido: hombres blancos, de clase media o alta, heterosexuales y con acceso al poder. Así, se excluían y subordinaban otras formas de ser hombre, como los hombres indígenas, afromexicanos, homosexuales, pobres, migrantes, etc.

Hoy se reconoce que **no existe un único tipo de hombre**, sino masculinidades en plural. Cada una está atravesada por factores como: La cultura y la etnia; La clase social y la economía; La orientación sexual y la identidad de género; La edad y la generación, etc.

3



Masculinidad Hegemónica

3.1 Masculinidad Hegemónica

El concepto de masculinidad hegemónica se utiliza a partir de **1985**.

La antropóloga australiana Raewyn Connell: *Masculinities* parte de un análisis de género como un **sistema de poder**.

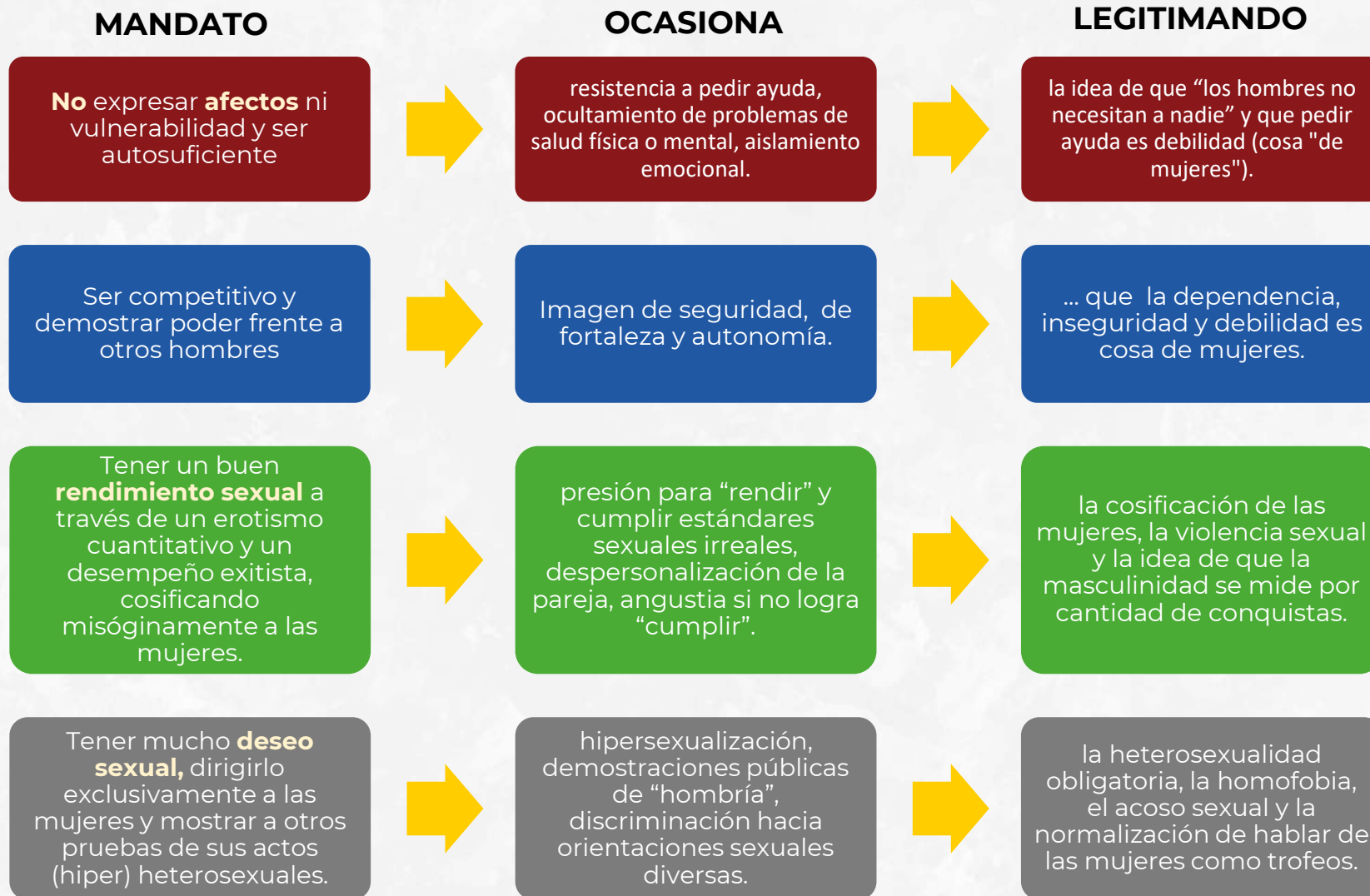
Surge cuando un modelo de comportamiento masculino logra imponerse, originando una **situación de desigualdad**; por ejemplo, reproducir modelos de atractivo de hombres violentos.

Este tipo de masculinidad conlleva a una **posición dominante de los hombres** y la **subordinación de las mujeres** y a otros tipos de masculinidades.



El **cambio no** sólo **implica modificar leyes o políticas**, sino también **transformar** los modelos de masculinidad que aprendemos y reproducimos como sociedad.

3.2 Algunos mandatos de la masculinidad hegemónica



Mandatos que el hombre debe de cumplir para ser considerados “verdaderos” hombres.

MANDATO

Ser fuerte y no mostrar vulnerabilidad.

Ser **heterosexual obligatoriamente.**

Ser **proveedor y exitoso económicamente.**

Privilegiar la **acción** por sobre **la palabra.**

Paternidad distante.

OCASIONA

Que oculten problemas de salud, consuman alcohol u otras sustancias para demostrar aguante, se arriesguen en exceso

discriminación hacia hombres homosexuales, bisexuales o trans, burlas, exclusión social.

Estrés, frustración y sensación de fracaso si no cumple con ese rol.

dificultades para comunicarse, expresar sentimientos o dialogar; resolución de problemas por la vía de la imposición o la fuerza.

ausencia afectiva en la crianza, delegación total del cuidado a las mujeres, dificultad para establecer vínculos emocionales con hijas e hijos.

LEGITIMANDO

la idea de que los hombres deben soportar dolor, que no necesitan ayuda, y que ser vulnerable es ser "menos hombre"

rechazar, ridiculizar y despreciar zonas corporales de los mismos hombres, homofobia, rechazo a cualquier diversidad sexual/género

Desigualdad económica, desvalorización del trabajo de cuidados, presión para competir y explotar recursos a cualquier costo

el uso de la violencia como forma válida de resolver conflictos, la desvalorización del diálogo y la escucha activa.

la división sexual del trabajo, la idea de que el hombre es proveedor y no cuidador, el abandono de responsabilidades de cuidado.



En conclusión, en la masculinidad hegemónica, ser HOMBRE significa:



Ajustarse a un **conjunto de mandatos rígidos** que buscan diferenciar y jerarquizar lo masculino frente a lo femenino

Mostrar fortaleza, control y autoridad, negando cualquier expresión de vulnerabilidad o emoción.

Medir el valor masculino por el éxito económico, la capacidad de mando y el dominio sexual, cosificando a las mujeres y compitiendo con otros hombres.

Imponer la heterosexualidad obligatoria y legitima la superioridad de lo masculino sobre lo femenino, reproduciendo desigualdad y violencia.

4



La masculinidad hegemónica y la violencia



Comportamiento potencial o realmente dañino para los cuerpos y las psicologías de las personas que viven dicha violencia, e incluso para quienes la ejercen.



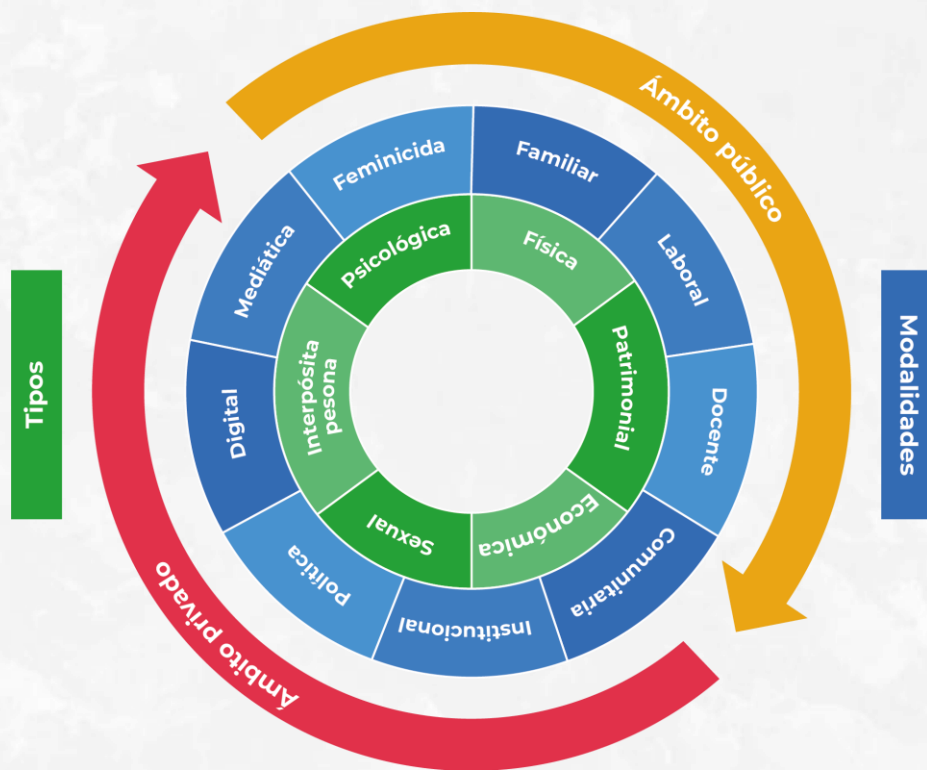
- La violencia se convierte en una forma de **validar la hombría**: demostrar poder, callar emociones y mantener el control.
- Los hombres muchas veces ejercen violencia contra otros hombres para marcar jerarquías (“ser el más fuerte, el que manda”).
- También se utiliza contra las mujeres como forma de reafirmar el privilegio masculino (ej. celos, control económico o sexual).



Clasificación utilizada por la Organización Mundial de la Salud en el Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud

Es un **problema de salud pública**, debido a las consecuencias que produce a quienes la viven y a que conllevan **altos costos económicos para los países**, pues impiden el desarrollo.

4.1.1 Tipos y modalidades



Tipos de violencia vinculados al machismo:

- **Violencia física:** golpes, empujones, castigos “disciplinarios”.
- **Violencia psicológica:** insultos, humillaciones, burlas (“no sirves como hombre”).
- **Violencia sexual:** acoso, hostigamiento, cosificación de mujeres.
- **Violencia económica:** control del dinero, negar recursos.
- **Violencia simbólica:** chistes, dichos, expresiones que degradan lo femenino o exaltan la superioridad masculina.

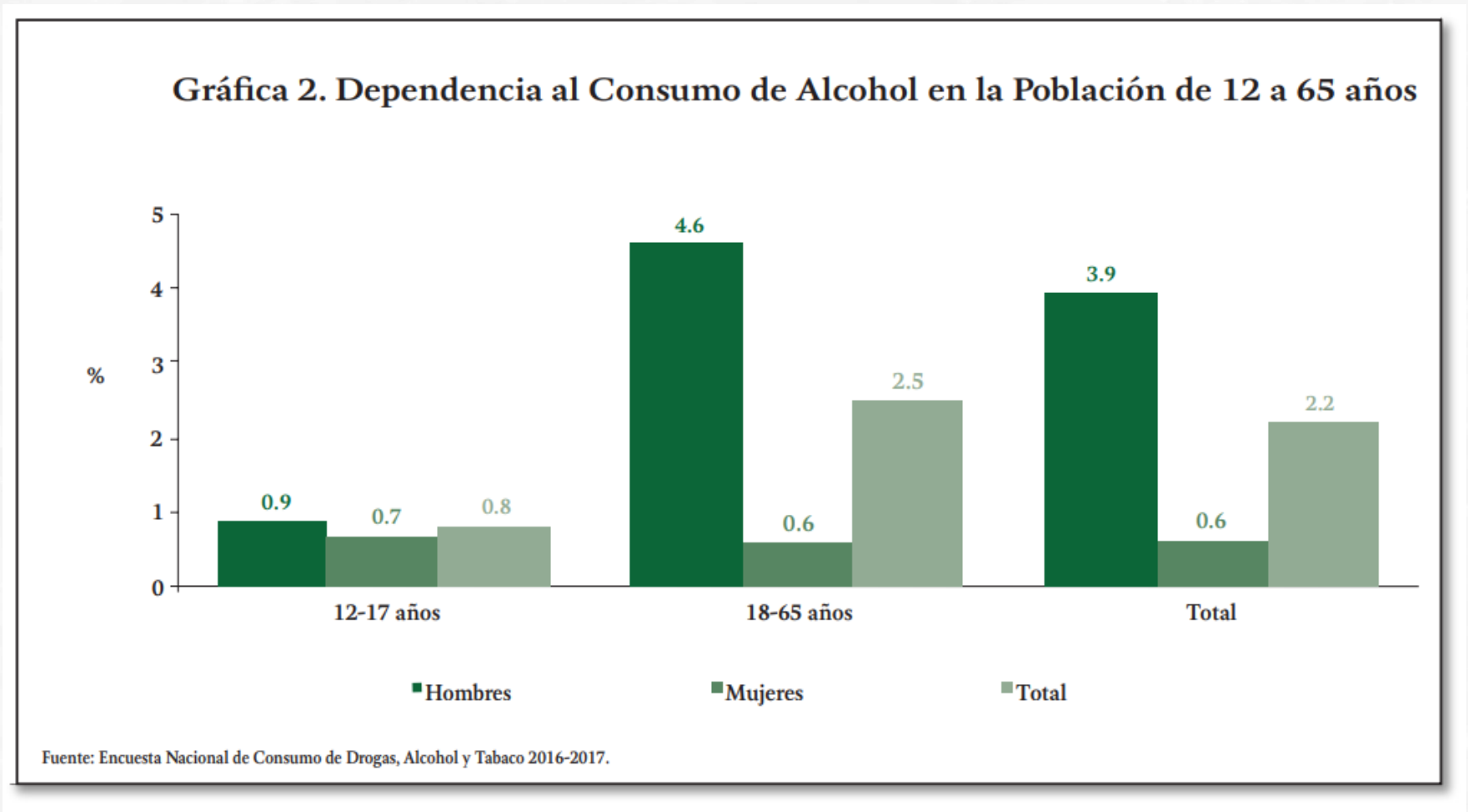
Es la agresión dirigida contra uno/a mismo/a; comprende los comportamientos suicidas y las autolesiones

Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (Encuesta Nacional de Adicciones)

Tendencia del consumo de alcohol. Población de 12 a 65 años

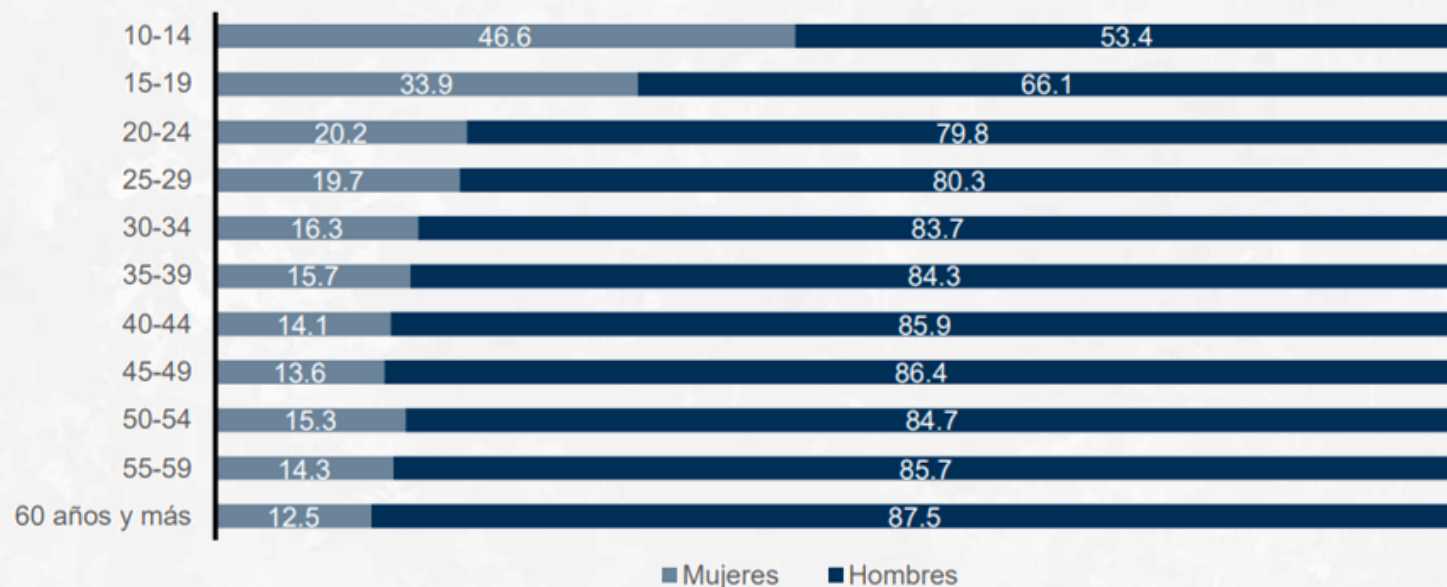
	2011	2016
Total		
Alguna Vez	71.30%	71%
Último año	51.40%	49.10%
Consumo diario	0.80%	2.90%
Hombres		
Alguna Vez	80.60%	80.10%
Último año	62.70%	59.80%
Consumo diario	1.40%	4.50%
Mujeres		
Alguna Vez	62.60%	62.60%
Último año	40.80%	39%
Consumo diario	0.20%	1.40%

Cuando los hombres no cumplen con los mandatos de la masculinidad hegemónica pueden sentir que “fallan” pueden ser vulnerables a **consecuencias a largo plazo**:



Respecto a la dependencia al consumo de alcohol, se presenta en el 2.2 % en la población total. Este indicador es **6.5 veces mayor** en los hombres (3.9%) que en las mujeres (0.6%).

Gráfica 3
SUICIDIOS POR GRUPO DE EDAD, SEGÚN SEXO
2023¹
(distribuciones porcentuales)



¹ Información preliminar.
Fuente: INEGI. Estadísticas de Defunciones Registradas (EDR), 2023. Cifras preliminares.

A los **HOMBRES**, culturalmente se les enseña que ellos mismos deben aprender a resolver sus problemas y que no pueden, ni deben, externalar lo que están sintiendo. Esto ocasiona que empleen **soluciones riesgosas** que los orillan a terminar con su vida.

El machismo les enseña que **pedir ayuda** es “ser débil” o “ser menos hombre”, por lo que **callan su sufrimiento** hasta que ya es insoportable.

Así, la violencia que ejercen hacia afuera (en otros contextos) se **revierte hacia adentro**, volviéndose una violencia autodestructiva.

La violencia y el suicidio están conectados: a los hombres se les enseña a **resolver sus conflictos con violencia**. Si no pueden ejercerla contra otros, **la ejercen contra sí mismos**. Hablar de esto en espacios institucionales es clave, porque muestra que **cuidar la salud mental no es debilidad, sino un acto de responsabilidad y valentía**.

4.3 Violencia hacia otros hombres

Modelo patriarcal impone la competencia entre hombres y por tanto la dominación

La identidad masculina se vincula con el **respeto y la reputación**. Si sienten que otro hombre les falta al respeto, pueden percibirlo como una amenaza a su masculinidad, reaccionando con violencia para “recuperar” ese estatus.

Se aprende y se mantiene con la **presión de grupos**: El miedo a ser visto como “débil” o “menos hombre” frente a otros hombres puede empujar a reaccionar de forma violenta, incluso cuando no lo desean, para evitar burlas o exclusión.

Modelo de masculinidad hegemónica se basa en:
Jerarquía y competitividad entre hombres.



Esta **violencia** la ejercen hombres que ostentan el poder patriarcal de manera competitiva y se dirige a **hombres que no encajan con el modelo de masculinidad**.

4.4 Violencia contra las mujeres por ser mujeres

Es la más frecuente de las violencias basadas en el género.

En México, **70.1 % de las mujeres de 15 años y más han vivido algún tipo de violencia**, al menos una vez en su vida. ENDIREH 2021.



Objetivo general de la ENDIREH 2021

Generar información sobre las experiencias de violencia que han enfrentado las mujeres de 15 años y más...



Para
estimar:

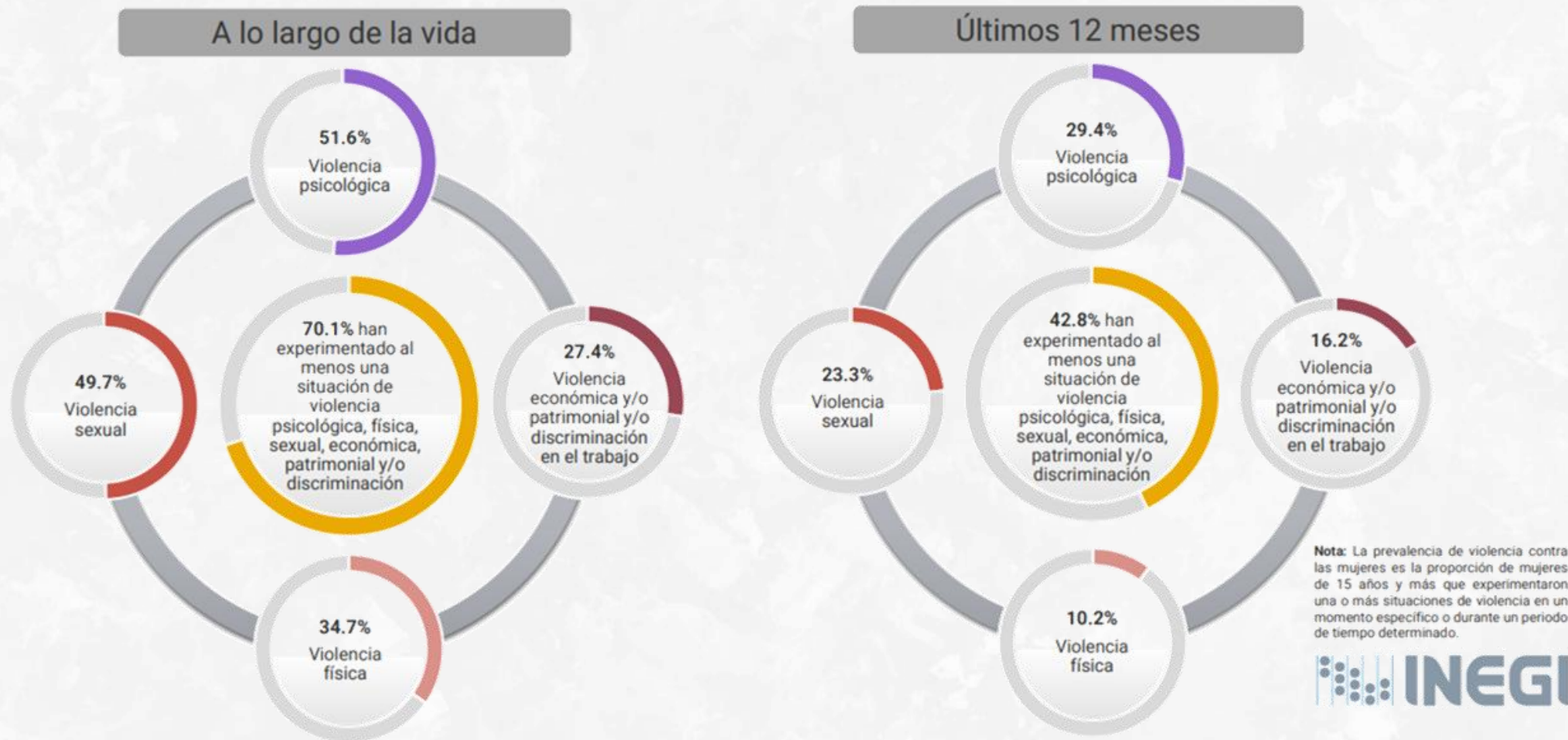
la extensión y gravedad de la violencia contra las mujeres.

Con la
finalidad
de:

apoyar en el diseño y seguimiento de políticas públicas orientadas a atender y erradicar la violencia contra las mujeres por razones de género.



Prevalencia total de violencia contra las mujeres de 15 años y más por tipo de violencia según periodo de referencia





- **Daña profundamente:** afecta la integridad física, psicológica, sexual y hasta el proyecto de vida de las víctimas.
- **Es una expresión de poder:** se trata de ejercer control, dominio o humillación sobre otra persona.

En la violencia sexual se pueden presentar diversos tipos de violencia, que pueden manifestar en varios actos: desde el acoso, el hostigamiento y los tocamientos, hasta la violación, la trata y la corrupción de personas menores de edad, por ejemplo.

El Código Penal Federal contempla **tipos penales específicos** para cada una de estas conductas, lo que muestra que el marco legal reconoce su gravedad y obliga a sancionarlas.

Delito	CPF
Peligro de contagio.	199 bis "Mal venéreo en relaciones sexuales" 3d-3ª Incurable 6ms -5a
Contra derechos reproductivos.	199 ter;-Inseminación sin consentimiento 5 -14 a 199 Quárter; implantación ovulo 4 -7 a 199 Quintus ; esterilidad provocada 4 -7 a 199 sextus
Contra indemnidad de Privacidad de la información sexual.	199 septies. radiodifusión, telecomunicaciones, informáticos o cualquier otro medio "Comunicación contenido sexual menores de 18 años" 4-8 a
Violación a la intimidad sexual.	199 octies "Comparta distribuya o publique imágenes, vídeos o audios de contenido sexual mayoría de edad" 3-6a
Contra el libre desarrollo de la personalidad.	201. "Corrupción de Personas menores de 18 años" 201. Corrupción de meneares. (f) Realizar actos de exhibicionismo corporal o sexuales simulados o no, con fin lascivo o sexual. 7-12 a
Pornografía de Personas menores de 18 años.	202. Procure, obligue, facilite o induzca... realizar actos sexuales o de exhibicionismo corporal con fines lascivos o sexuales.. reales o simulados, con el objeto de video grabarlos, fotografiarlos, filmarlos, 7-12 a
Turismo sexual menores 18 años.	203.Promueva, publicite, invite, facilite o gestione ppersonas viajen al interior o exterior del territorio nacional con la finalidad de que realice cualquier tipo de actos sexuales reales o simulados persona menor 18 años. 7-12 a
Lenocinio persona menor 18años.	204; explote el cuerpo de las personas -18ª, prostitución 206 bis
Pederastia.	209 bis; se aproveche de la confianza, subordinación o superioridad que tiene sobre un menor. 9-18a
Hostigamiento sexual, Abuso sexual, estupro y violación.	259 bis . Hostigamiento. Asediar con fines lascivos valiéndose de su posición jerárquica. 260. Abuso sexual. 6-10 a. 262. Estupro. Cópula por medio de engaños con +15 -18. 3m-4 a. 265. Violación. Por medio de violencia física o moral. 8-20 a.

5



Masculinidad hegemónica y machismo

5.1 ¿Qué es el machismo?

Marina Castañeda,
“*Machismos invisibles*”
2019.

Es un conjunto de **costumbres y actitudes** que sostienen que el hombre es **superior** a la mujer.

Derbez Campos
Eréndira
“*No son micro.
Machismos cotidianos.*”
2020

Es una ideología muy arraigada en nuestra cultura, que se presenta de muchas formas; abarca prácticas, discursos y comportamientos que **niegan a las mujeres como personas autónomas e independientes.**

Preservando la estructura de dominio masculino y hetero normado sobre la **sexualidad, la procreación, el trabajo y** los afectos, que **discriminan, violentan y** oprimen a mujeres y hombres.

Su principal característica es la **degradación de la mujer y/o lo femenino.**

Su mayor forma de expresión: **la violencia** en cualquiera de sus tipos y modalidades en contra de la **mujer y/o lo afeminado.**

Masculinidades hegemónicas

Es una **forma de ver el mundo** que coloca al **hombre como el centro** y la **medida de todas las cosas**. Todo lo que hacen, piensan o necesitan los hombres se considera lo más importante, mientras que lo femenino queda en segundo plano o invisibilizado.

Sistema Androcéntrico

Es la **organización social, política y cultural** en la que los **hombres**, como grupo, **tienen más poder y privilegios** que las mujeres. Este sistema se refleja en las leyes, las instituciones, la economía y las costumbres que mantienen esa desigualdad.

Sistema patriarcal

Estos 4 conceptos están **conectados en la construcción y la perpetuación de las masculinidades hegemónicas**, ya que forman una **estructura social** que influye en cómo se construyen las identidades de género, en particular las masculinas, y cómo se mantienen las desigualdades de género.

Estereotipos de género

Roles de género

Son **ideas** fijas y simplificadas sobre **cómo “deben” ser** y comportarse hombres y mujeres. **No describen la realidad**, pero se repiten tanto que muchas personas las toman como verdades, limitando la libertad individual.

Son las **tareas, funciones y responsabilidades** que la **sociedad asigna** a las personas según su género, como si fueran naturales. Por ejemplo: esperar que los hombres sean proveedores y que las mujeres se encarguen del cuidado del hogar.

Machismo

5.2 “Tipos” de machismo

Cuando hablamos de machismo muchas veces pensamos en expresiones evidentes, como la violencia física o verbal. Pero el machismo no siempre se presenta de manera tan clara. Existen formas más sutiles y normalizadas que sostienen la desigualdad sin que nos demos cuenta. Por eso es importante distinguir entre distintos niveles:

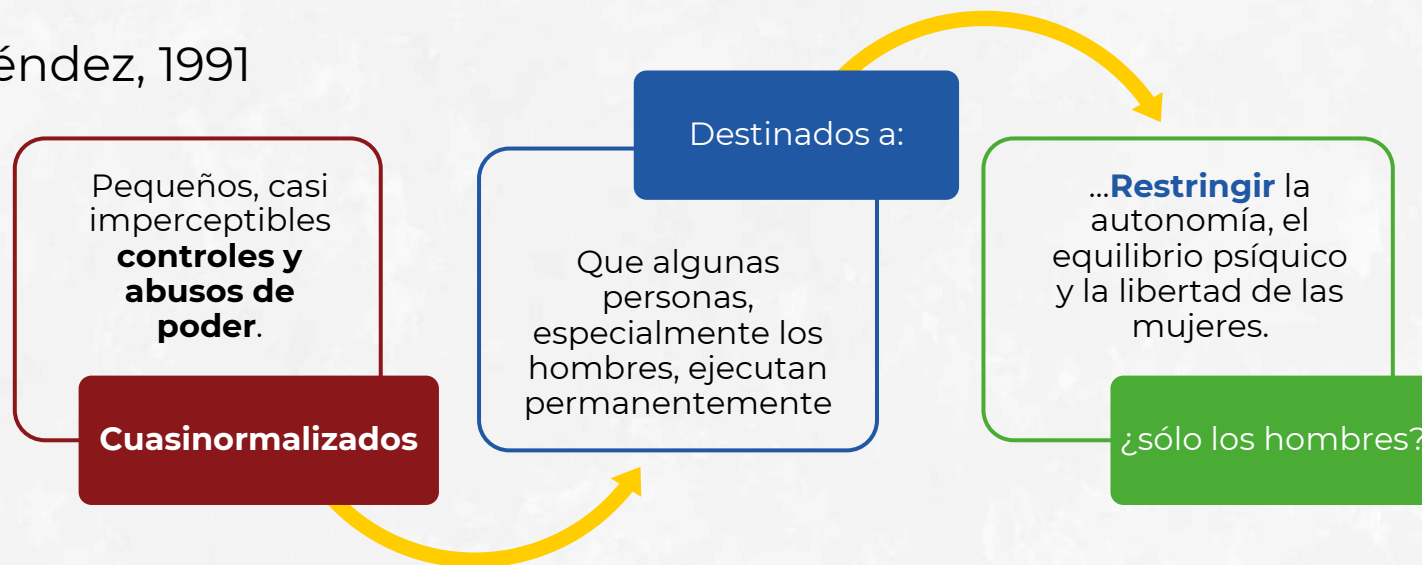


Los micromachismos, esas prácticas aparentemente pequeñas, como comentarios, bromas o actitudes que parecen inofensivas, pero que van acumulando efectos.

Los **machismos cotidianos**, que son esas conductas presentes en el día a día y que se repiten en la familia, en el trabajo, en la escuela o en la calle, reforzando roles desiguales.

Y finalmente, **los machismos invisibles**, que son tan normalizados en nuestra cultura que ya ni siquiera los reconocemos como problemáticos, pero que justifican y legitiman otras formas de violencia más graves.

Luis Bonino Méndez, 1991



Estos comportamientos se presentan como “naturales” y **no son inmediatamente reconocidos como dañinos**, lo cual los convierte en **mecanismos efectivos de dominación simbólica**.

- **Son invisibles, pero constantes:** están tan arraigados que pasan sin ser cuestionados.
- **Son la base de violencia más evidente:** funcionan como “semillas” que normalizan prejuicios y comportamientos abusivos más graves.

Forma instaurada de violencia de género que incluye: Estrategias, gestos, actos de la vida cotidiana que son sutiles, casi imperceptibles, pero que se perpetúan y transmiten constantemente:

- Forma consiente
- Forma inconsciente

TIPOS DE MICROMACHISMOS



“no sabe” o porque
“ella lo hace mejor”



“No tener tiempo”
para hablar” (eludir
temas personales o
familiares

Utilitarios

Se **aprovechan del rol de cuidadoras que se delega a las mujeres.**

Ejemplo: decir “ya te organicé la casa” en lugar de asumir la responsabilidad compartida

Refuerzan disponibilidad mujeres:

- Aspectos domésticos y cuidado.
- Ellas como cuidadoras.
- Ellos como proveedores.

Encubiertos (indirectos)

Manipulaciones sutiles que coartan la voluntad de las mujeres **sin que se note.** Como decir: “Calla, que papá está cansado”. Es paternalista y silencioso

Implican abuso de confianza y la credibilidad de las mujeres:

- Paternalismo.
- Manipulación emocional (mentiras).
- Mensajes afectivo/agresivos.
- Desvalorización.

Crisis

Surgen cuando la mujer empieza a tomar espacio y ganar autonomía. Se recurren a **promesas, victimización o presión emocional para restaurar el control.**

Fuerzan la permanencia de estatus desigualitario:

- Hipercontrol.
- Falso apoyo.
- Resistencia pasiva.
- Prometer – hacer méritos.

Coercitivos (directos)

- Retención del poder, fuerza física, económica o de su personalidad para convencer a las mujeres que no se tiene la razón.
- Control de dinero.
- Control de comunicación.
- Uso abusivo del espacio.
- Imposición a la intimidad.
- Limitan la libertad real de decidir.



“yo te ayudo en la casa”
“Si me perdonas te prometo cambiar”



“Desde que nació el bebé ya no me pones atención a mí y ni relaciones quieres tener”

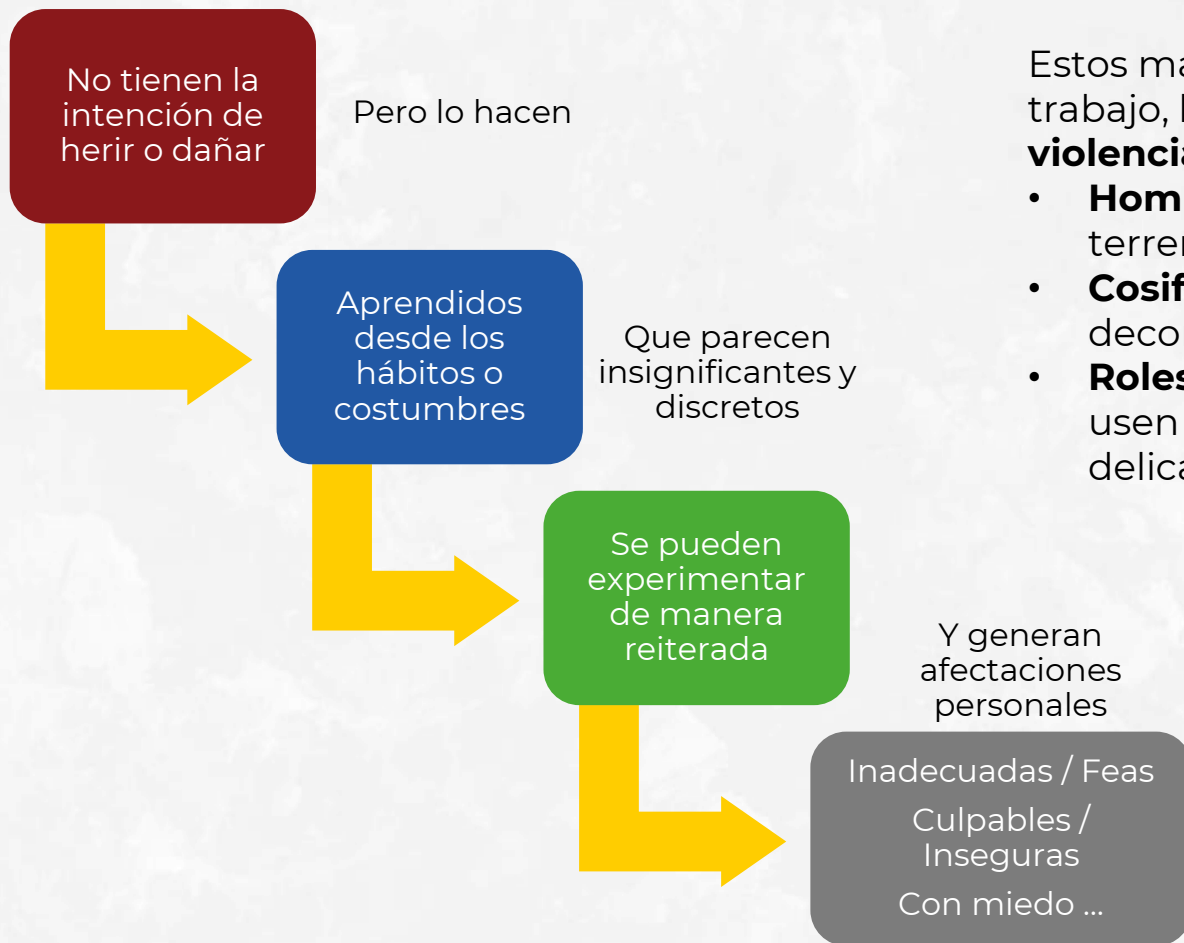
Vídeo 1. ¿No te ha pasado que...? - Micromachismos



<https://www.youtube.com/watch?v=WVRKdakH6fw>

5.2.2 Machismo cotidiano

Los **machismos cotidianos** no son gestos mínimos o aislados; por el contrario, son **actitudes y comportamientos que vivimos día a día**, y que aunque parecen “normales”, refuerzan desigualdades de género profundamente arraigadas.



Estos machismos operan desde lo más común —en la familia, la escuela, el trabajo, los medios—, y **funcionan como estructura cultural que justifica violencias** de mayor impacto, sin que muchas veces lo reconozcamos.

- **Hombres que “saben” y mujeres que “sienten”:** relegar a las mujeres al terreno emocional y a los hombres al intelectual.
- **Cosificación femenina:** considerar el cuerpo de la mujer como objeto decorativo o sexual.
- **Roles diferenciales de vestimenta o groserías:** aceptar que los hombres usen lenguaje agresivo mientras a las mujeres se les exige corrección o delicadeza

Son conductas que atentan contra la dignidad, la igualdad y el acceso, el goce y ejercicios de los derechos humanos.

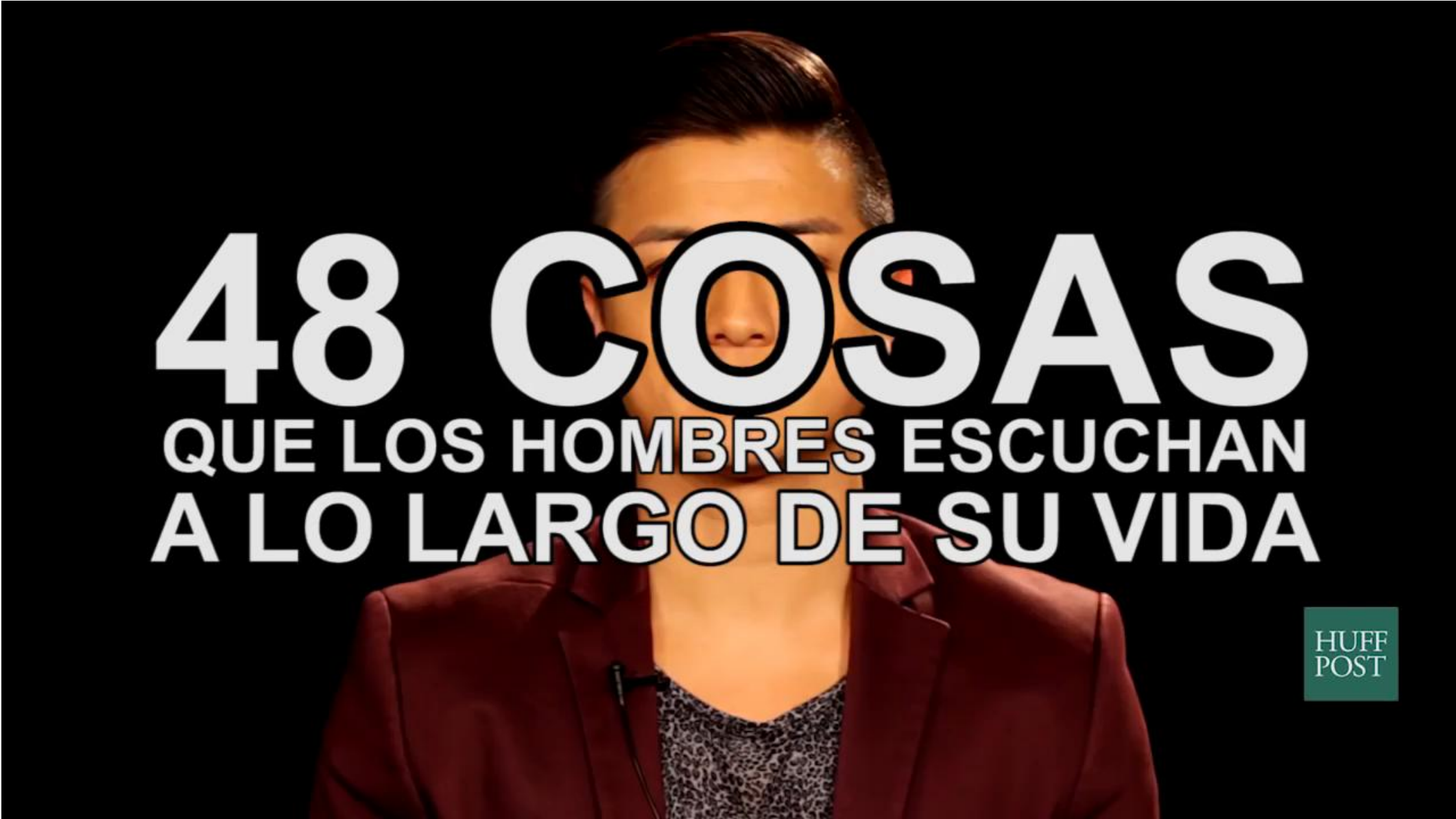
Los machismos cotidianos son los que sostienen la organización social desigual en la que vivimos.

- Acceso a la justicia.
- Acceso a los servicios de salud.
- Acceso a la educación.
- Acceso al trabajo.
- Acceso a vivir libres de violencia.

Vídeo 2. 48 cosas que las mujeres escuchan a lo largo de sus vidas



<https://www.youtube.com/watch?v=wI3CLakCZmA>



48 COSAS

QUE LOS HOMBRES ESCUCHAN
A LO LARGO DE SU VIDA

HUFF
POST

5.2.3 Machismo “invisible”



La hipocresía del alcohol en la sociedad:

si eres un hombre, te excusa de cometer una agresión



si eres una mujer, te culpa de haberla sufrido

No es alcohol, es machismo.

feminista ilustrada

Interrumpir

Algunos micromachismos que podemos enunciar son:

MANTERRUPTING

La **interrupción constante del discurso por parte de un hombre** a una mujer. Sucede no sólo en el ámbito laboral, sino en contextos sociales, culturales, domésticos, políticos y profesionales.



IGUALDAD
DE GÉNERO UNAM



IGUALDAD
DE GÉNERO UNAM

“Bropiar” Apropiación de ideas de mujeres

BROPIATING

Apropiarse y llevarse el crédito por
una idea generada por una mujer.
Prácticamente ninguna mujer aparece
a lo largo de la historia, a pesar de
que, muchas de ellas han contribuido a
grandes descubrimientos.



https://coordinaciongenero.unam.mx/avada_portfolio/que-son-los-micromachismos/

De la película clásica de Hollywood llamada "Gaslight", en la que un hombre manipula a su mujer para que crea que está loca y así robar su fortuna escondida.

GASLIGHTING

Patrón de abuso emocional en el que la víctima es manipulada para que **llegue a dudar de su propia percepción, juicio o memoria.**

Esto hace que la persona sienta ansiedad, confusión e, incluso, depresión.



IGUALDAD
DE GÉNERO UNAM

DE GÉNERO
IGUALDAD UNAM

https://coordinaciongenero.unam.mx/avada_portfolio/que-son-los-micromachismos/

“Hombre explicando”

MANSPPLAINING

Tendencia y acción de los hombres a **explicar cosas a las mujeres de manera paternalista y condescendiente**, incluso si aquello de lo que se habla es un tema del que la mujer sabe más que el varón.



 IGUALDAD
DE GÉNERO UNAM

https://coordinaciongenero.unam.mx/avada_portfolio/que-son-los-micromachismos/

“Ocupar más espacio”

MANSPREADING

Tendencia por parte de hombres a **ocupar más espacio del necesario** en los asientos de los transportes públicos a fuerza de abrir o estirar demasiado sus piernas.



IGUALDAD
DE GÉNERO UNAM



IGUALDAD
DE GÉNERO UNAM

https://coordinaciongenero.unam.mx/avada_portfolio/que-son-los-micromachismos/

Dinámica: ¿Qué tipo de machismo es?

Los participantes deben identificar, de los siguientes ejemplos, si creen que se trata de:

Micromachismo

Acto **puntual, sutil** y relacional; parece “pequeño”, pero resta voz y/o autonomía.

Machismo cotidiano

Patrón visible y repetido en la vida diaria; conductas normalizadas que todos “ven” y toleran.

Machismo invisible

Supuestos, reglas o diseños “neutros” que centran lo masculino; **no se reconocen** como machistas porque están incorporados en la cultura y/o estructura.

	Supuestos	¿Qué tipo de machismo es?
1	“Te ayudo en la casa” en vez de asumir corresponsabilidad.	
2	Presionar a que “vayan arregladas” mientras a los hombres no se les exige estética.	
3	Instalaciones sin lactario/baños adecuados, ni políticas de cuidado.	
4	“No te enojas, seguro estás en tus días”.	
5	Hacer “bromas” sexistas habitualizadas en el comedor o vestidores.	
6	Chiste “inocente” que sexualiza a una compañera en el pasillo.	
7	Ignorar o minimizar denuncias de acoso como “no exageres”.	
8	Valorar agresividad/competitividad como sinónimo de “decisión” en evaluaciones.	
9	Tratar lo “neutral” como masculino (manuales, ejemplos, lenguaje, iconografía).	

	Supuestos	¿Qué tipo de machismo es?
1	“Te ayudo en la casa” en vez de asumir corresponsabilidad.	Micromachismo
2	Presionar a que “vayan arregladas” mientras a los hombres no se les exige estética.	Machismo cotidiano
3	Instalaciones sin lactario/baños adecuados, ni políticas de cuidado.	Machismo invisible
4	“No te enojés, seguro estás en tus días”.	Micromachismo
5	Hacer “bromas” sexistas habitualizadas en el comedor o vestidores.	Machismo cotidiano
6	Chiste “inocente” que sexualiza a una compañera en el pasillo.	Micromachismo
7	Ignorar o minimizar denuncias de acoso como “no exageres”.	Machismo cotidiano
8	Valorar agresividad/competitividad como sinónimo de “decisión” en evaluaciones.	Machismo invisible
9	Tratar lo “neutral” como masculino (manuales, ejemplos, lenguaje, iconografía).	Machismo invisible

6



Masculinidades en su diversidad



Hablar de masculinidades en su diversidad implica dos movimientos:

Deconstrucción

Deconstruir el paradigma tradicional del “ser hombre” que está basado en el machismo, la violencia y los estereotipos.

Crear un nuevo paradigma con el cual podamos interpretar los fenómenos socializadores de mujeres y hombres (responsabilidad afectiva, falsos discursos de deconstrucción).

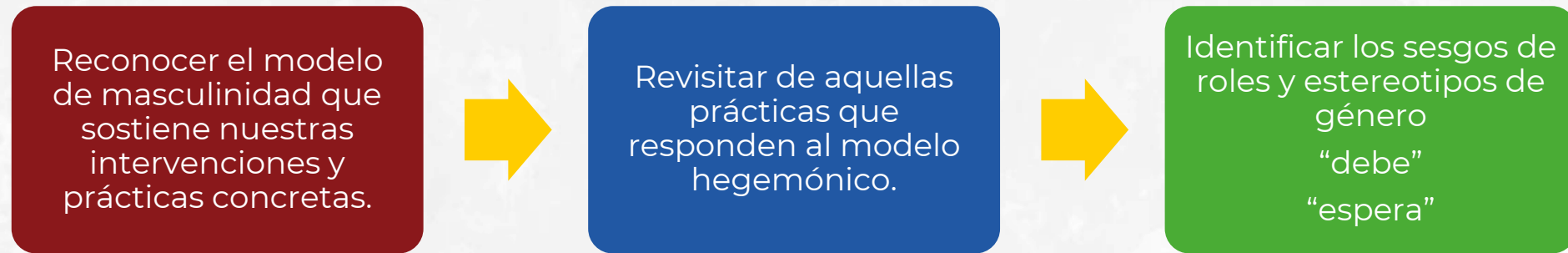
Construir y considerar

- Crear un nuevo paradigma y considerar nuevas formas de ser hombre, reconociendo que no hay una sola masculinidad sino muchas, y que todas deben entenderse desde la dignidad y la igualdad.
- Masculinidades contrahegemónicas., alternas, emergentes, diversas, igualitarias y género-sensibles.

La deconstrucción es un paso necesario para cuestionar los discursos falsos, donde muchos dicen estar ‘deconstruidos’ pero siguen actuando con privilegios. La verdadera deconstrucción nos lleva a crear un nuevo paradigma: uno que promueva la responsabilidad afectiva y el reconocimiento de las mujeres como sujetas de derechos.



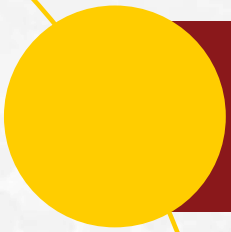
Si miramos a nuestro alrededor con atención, vemos que lo que proponía la masculinidad patriarcal **ya no es posible** y, en la mayoría de los casos, **tampoco es deseable**.



No existe una sola manera de ser hombre. **Tenemos que considerar la diversidad:** hombres jóvenes que buscan modelos distintos, hombres mayores que enfrentan mandatos distintos, hombres indígenas que se relacionan con sus comunidades de otra manera, hombres homosexuales o trans que rompen los esquemas tradicionales... En cada caso, **la masculinidad se vive de forma diferente**.

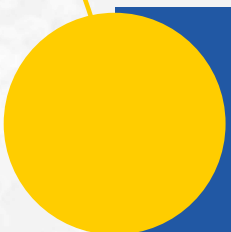
Este doble movimiento es clave: **deconstruimos lo violento y lo falso**, y al mismo tiempo **reconocemos y fortalecemos masculinidades diversas**, que nos permitan relaciones más libres, respetuosas y equitativas.

6.2 Acciones por el reconocimiento de las masculinidades en plural



Poder: aquellas que se definen por el acceso y el ejercicio del poder sobre otras personas (político, económico, institucional, incluso en la familia).

- Nombrar cómo se ejerce ese poder en lo cotidiano; promover formas de liderazgo horizontales y corresponsables.



Producción: se relacionan con la manera en que los hombres se definen a partir de su rol productivo, el trabajo asalariado y la capacidad de proveer.

- Señalar que este mandato invisibiliza el trabajo de cuidados y presiona a los hombres a ser “sólo proveedores”.
- Ej. SCJN licencias de paternidad por 3 meses.



Emocionales: refieren a cómo los hombres gestionan sus emociones bajo la norma de “no mostrar vulnerabilidad”, reprimiendo el llanto, la tristeza o el miedo.

- Fomentar espacios seguros de reflexión y diálogo socioemocional donde los hombres puedan expresar emociones sin juicio.
- Desmontar la idea de que la agresividad o el enojo son las únicas emociones “permitidas” en los hombres.



Simbólicas: son aquellas que se construyen desde los discursos culturales, símbolos y representaciones sociales (cine, publicidad, religión, medios, deporte) que refuerzan estereotipos de virilidad.

- Analizar críticamente mensajes mediáticos y culturales sobre el “ser hombre”. Visibilizar modelos alternativos de masculinidad en medios y campañas (padres cuidadores, hombres sensibles, líderes no violentos).

6.3 Conductas que deconstruyen la masculinidad hegemónica

Compartir el control de la realidad con las mujeres.

No utilizar el poder para imponerse sobre otros.

Apoyar las luchas emprendidas por los grupos socialmente marginados.

Promover formas justas de vivir en sociedad, luchar por disfrutar de su trabajo y de su hogar por igual.

Compartir las labores domésticas y el cuidado de los hijos.

Mejorar la comunicación y aprender a pedir ayuda.

Agruparse con otros hombres para plantear cambios en sus actitudes convencionales.

Manifestarse públicamente en contra de la desigualdad en cualquier sentido.





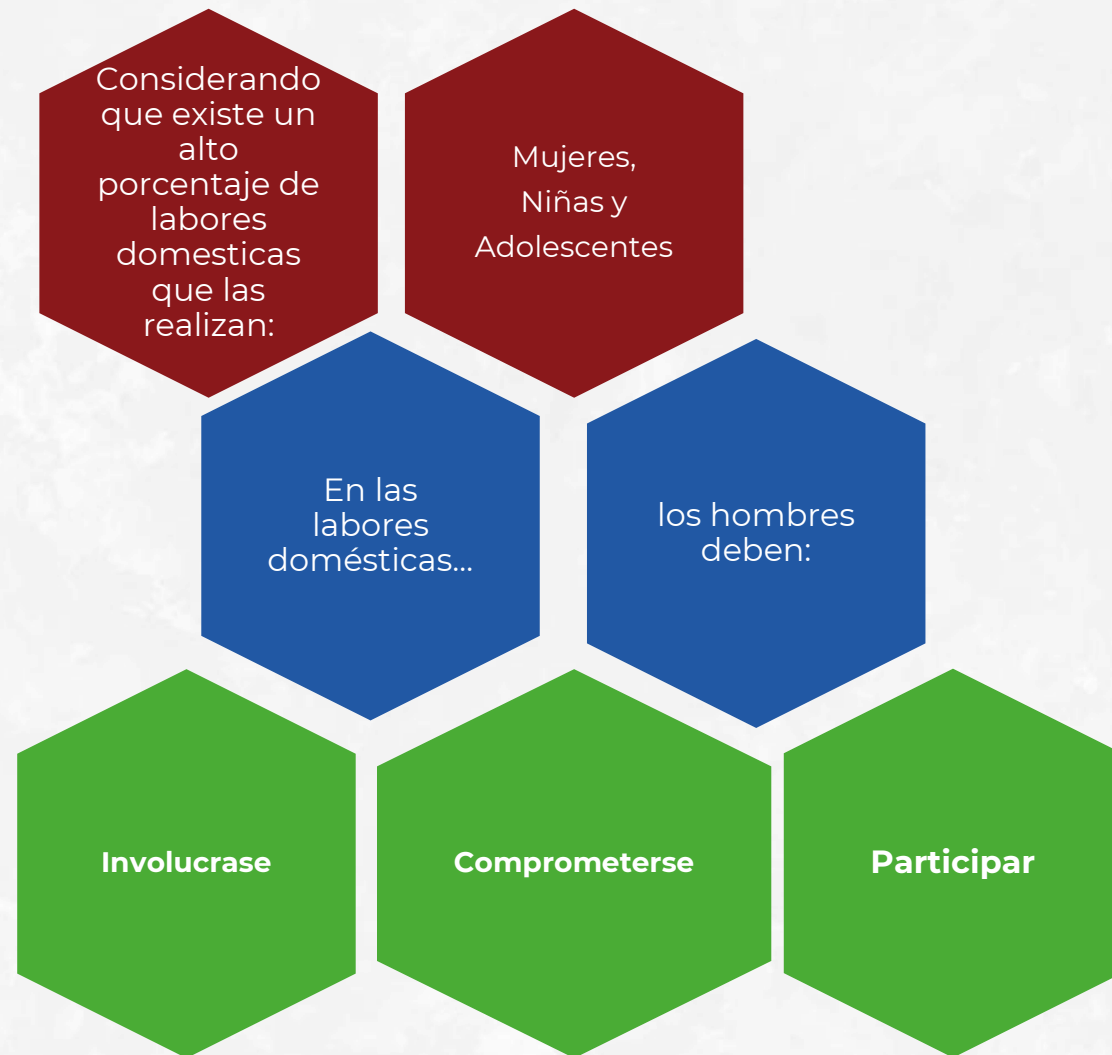
Cuidados y crianza



- Participemos de las actividades prenatales.
- Acompañemos en el cuidado de salud de hija o hijo.
- Construyamos un vínculo de confianza mediante acciones cotidianas: bañarles, vestirles, preparar sus alimentos, darles de comer, hablar, pasear, jugar y dibujar con ellos/as, etc.
- Pongamos atención a sus necesidades, a qué cosas les gustan, cuáles no les gustan o molestan, de qué manera se sienten más motivados/as, etc.
- Expresemos nuestros sentimientos hacia hijas e hijos (abrazar, besar, decir te quiero).
- Involucrémonos en la educación de hijas e hijos. Estimulemos su desarrollo leyéndoles cuentos, contándoles historias, cantándoles y/o poniéndoles música, asistiéndoles en sus tareas presentaciones o proyectos escolares.



Corresponsabilidad



Salud y sexualidad

Deben de cuidarse a sí mismos.

Cuidar su cuerpo.
Salud física.

Los hombres deben:

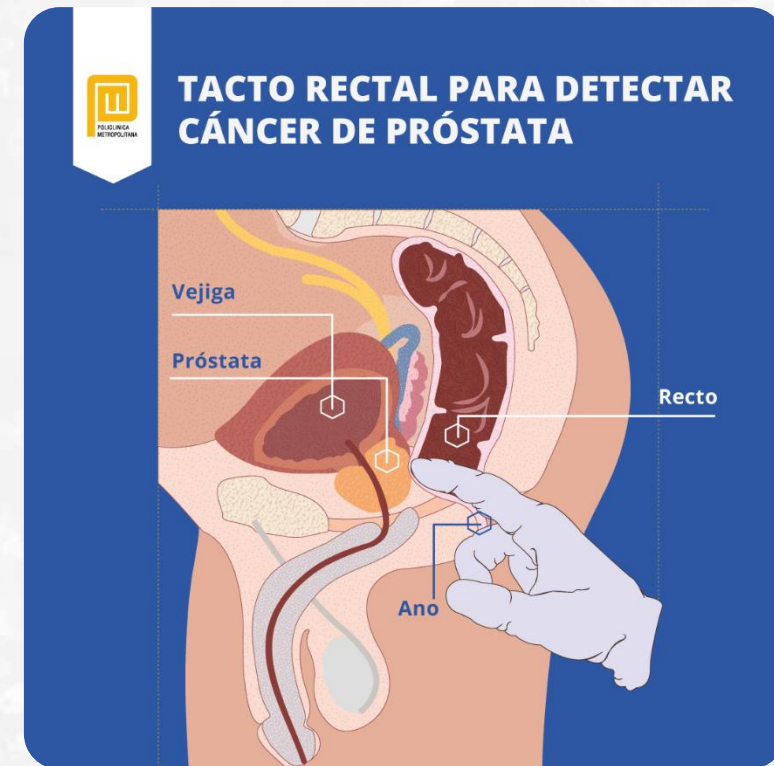


Ejercer su sexualidad sin violencia ni Coerción

Derechos sexuales
Derechos reproductivos

Reconocer sus emociones.
Salud psicológica.

Salud, por ejemplo: ser hombre tiene implicaciones en la **percepción de los síntomas de enfermedad**, en el momento de búsqueda de atención médica, o en la manera en que se asume o no el papel de enfermo y/o de cuidador.



Trabajo



Hombres pueden:



Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE), población de 15 años y más de edad



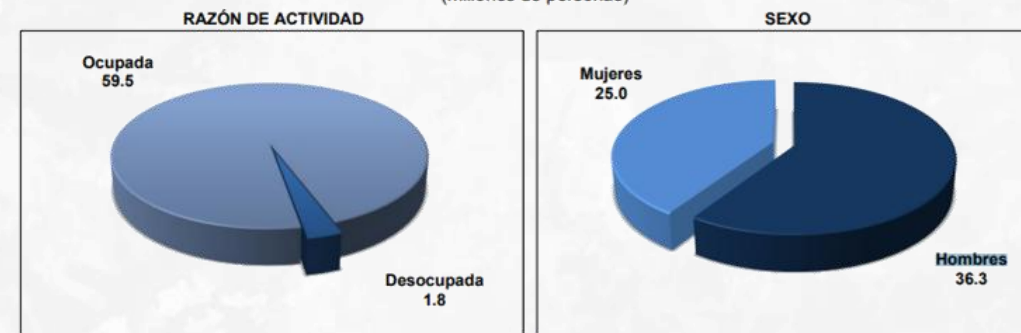
Comunicado de prensa número 695/24
2 de diciembre de 2024
Página 4/24

SITUACIÓN DE LA FUERZA DE TRABAJO

Durante el tercer trimestre de 2024, la PEA² fue de 61.4 millones (una tasa de participación de 60.4 %). Un año antes fue de 61 millones (60.6 %), lo que significó un incremento de 378 mil personas.

Al distinguir por sexo, la PEA masculina fue de 36.3 millones, 105 mil personas más respecto al tercer trimestre de 2023. La PEA femenina fue de 25 millones, 272 mil personas más. Así, 76 de cada 100 hombres en edad de trabajar fueron económicamente activos: 0.2 puntos porcentuales menos en relación con el mismo periodo de 2023. En el caso de las mujeres, la cifra fue 46 de cada 100: 0.1 puntos porcentuales debajo, al hacer la misma comparación.

Gráfica 1
POBLACIÓN ECONÓMICAMENTE ACTIVA, SEGÚN RAZÓN DE ACTIVIDAD Y SEXO
tercer trimestre de 2024
(millones de personas)



Nota: La suma de los componentes puede no coincidir con el total debido al redondeo de las cifras.
Fuente: INEGI. Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE), 2024.

<https://uruguay.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/MASCULINIDADES.pdf>
https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/ENOE/ENOE2024_12.pdf

Las masculinidades en algunas etapas de la vida

NIÑEZ		ADOLESCENCIA	PERSONAS ADULTAS
Permitir que manifiesten sus sentimientos y emociones en un ambiente seguro.			
Habilitar un uso igualitario del espacio, promoviendo su uso equilibrado.			
Permitir y habilitar espacios y dinámicas de juego no sexuado, intentando reflexionar previamente los prejuicios de partida que tenemos para con los juegos según sexo /género.		Permitir y desarrollar las actividades sin prejuicios según sexo /género.	
		Nombrar los mandatos de las masculinidades hegemónicas	



7



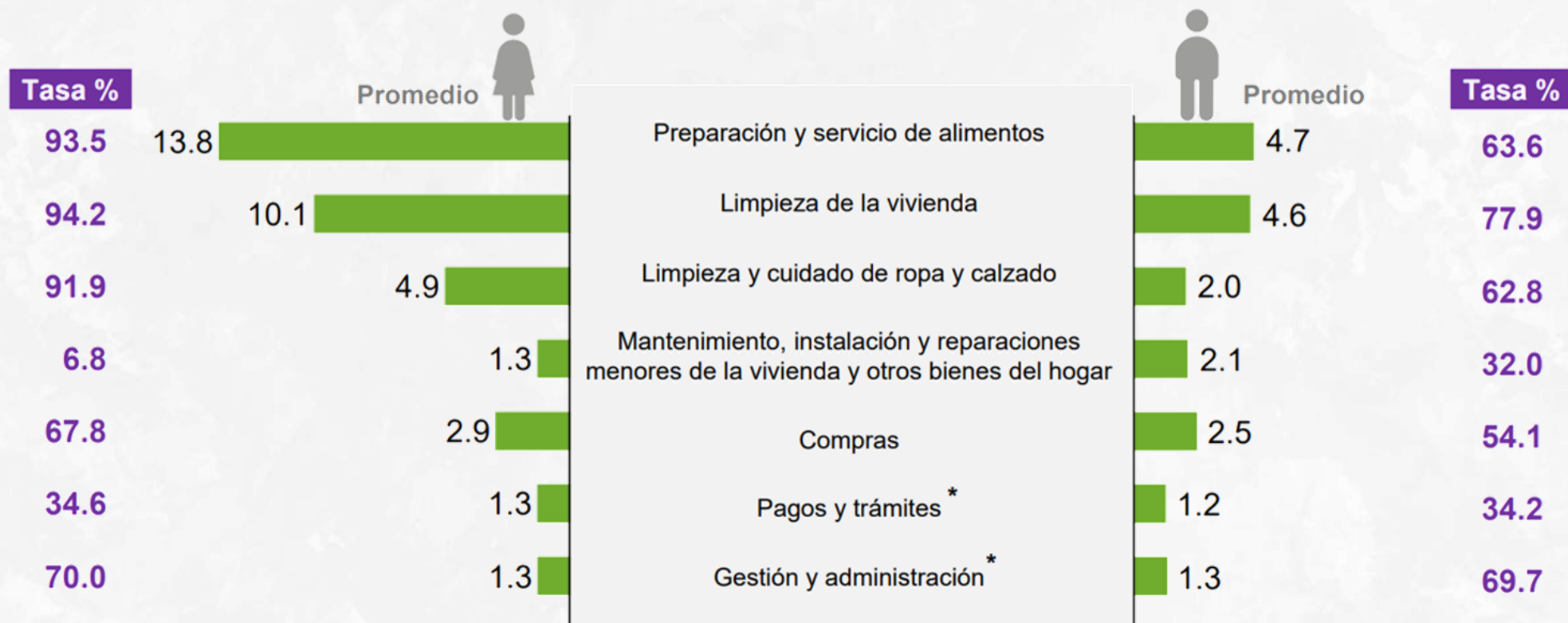
Datos





TNRH DOMÉSTICO para el propio hogar

Promedio de horas a la SEMANA de la población de 12 años y más que realiza la actividad, y tasas de participación por tipo de actividad doméstica para el propio hogar y sexo



> Personas cuidadoras principales

22.5 millones

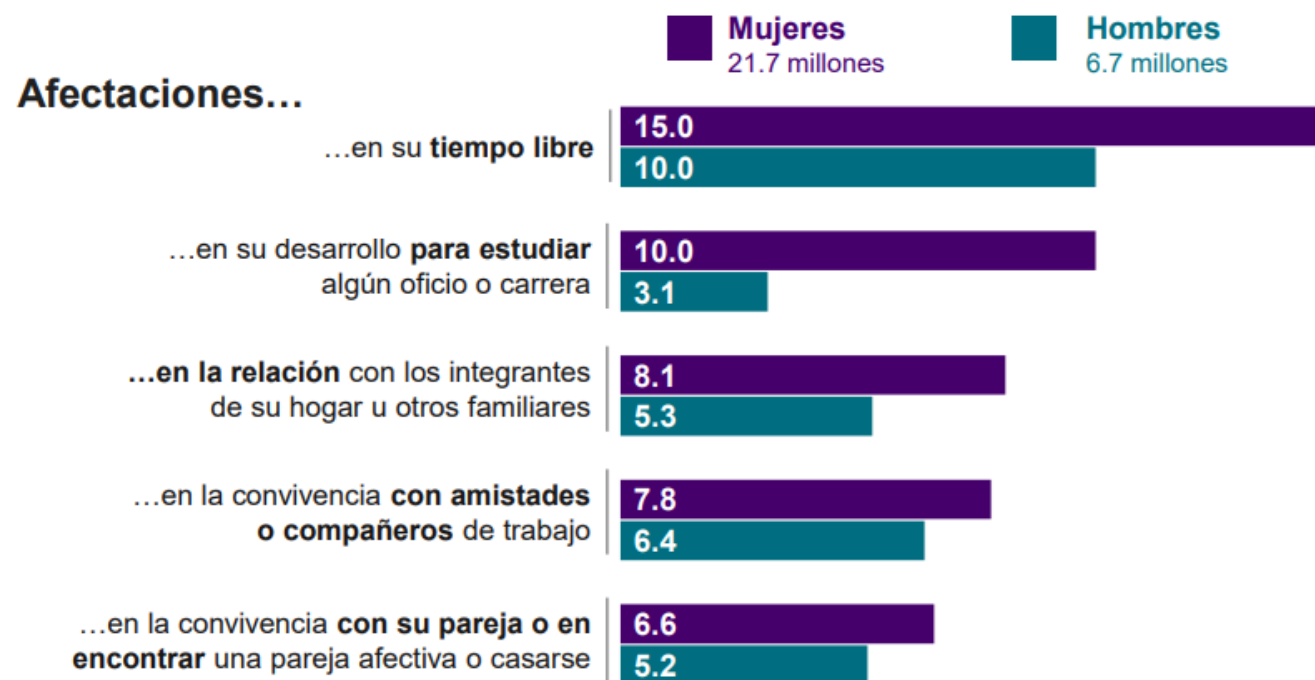
Personas cuidadoras principales por características sociodemográficas, según sexo (distribución porcentual)

		Mujeres 19.5 millones	Hombres 3.0 millones
Edad (Años)	15 a 29	25.9	16.7
	30 a 39	31.9	18.3
	40 a 49	22.4	22.6
	50 a 59	9.6	9.8
	60 y más	10.1	32.4
Estado conyugal	Casada(o) o unida(o)	74.8	74.0
	Separada(o), divorciada(o), viuda(o)	16.1	11.0
	Soltera(o)	9.1	15.0
Condición de actividad económica	Población económicamente activa	51.1	82.7
	Promedio de horas trabajadas	30.4 h	40.5 h
	Población No económicamente activa	48.9	17.3

Fuente:
INEGI, ENASIC, 2022.

> Afectaciones en las relaciones sociales

Personas cuidadoras en el hogar ¹ con afectaciones en las relaciones sociales por las labores de cuidados, según sexo (porcentaje)



¹ Incluye a las personas que apoyan o brindan cuidados a las personas del hogar de población objetivo y a alguna persona con una enfermedad temporal en la semana pasada.

Fuente: INEGI, ENASIC, 2022.

Esta participación tendrá que estar respaldada por **acciones estatales y sociales, cambios legislativos y nuevas políticas públicas**, que incluyan, entre otras, **licencias por paternidad** y **prácticas empresariales e institucionales** diferentes, a fin de coadyuvar para que los trabajadores tengan mejores condiciones para **armonizar los ámbitos familiar y laboral**.

Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres.

Política Nacional en Materia de Igualdad entre Mujeres y Hombres.

Artículo 17.- La Política Nacional en Materia de Igualdad entre mujeres y hombres deberá establecer las **acciones conducentes para lograr la igualdad sustantiva** en el ámbito, económico, político, saludable y cultural.

El establecimiento de medidas que aseguren la **corresponsabilidad en el trabajo y la vida personal y familiar de las mujeres y hombres**.

Ley Federal del Trabajo.

<https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LFT.pdf>

Art. 132 en la fracción XXVII bis, como una obligación de los patrones otorgar un permiso de paternidad de **cinco días laborables con goce de sueldo**, a los hombres trabajadores, por el nacimiento de sus hijos y de igual manera en el caso de la adopción de un infante.

Art 170 maternidad. (seis semanas anteriores y posteriores al parto).

Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado

<https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LFTSE.pdf>

Art 28. Mujeres un mes previo y dos meses después de la fecha señalada para el parto.

La Cámara de Diputados aprobó el dictamen de la Comisión de Trabajo mediante el cual:

Se eleva de 5 a 20 días de licencia, con goce de sueldo, para aquellos trabajadores que van a ser padres.

Complicaciones de salud durante el nacimiento, el permiso se podría elevar a 30 días.

Hombres trabajadores al Servicio del Estado, tendrán permiso de paternidad de 20 días laborables con goce de sueldo, contados a partir del nacimiento de sus hijos y de igual manera en el caso de la adopción de un infante.

<https://comunicacionsocial.diputados.gob.mx/index.php/boletines/aprobo-la-camara-de-diputados-que-el-permiso-de-paternidad-sea-de-20-dias-laborables-con-goce-de-sueldo>



Vídeo 4. ¿Qué se entiende por masculinidades?



<https://www.youtube.com/watch?v=1FFJIUfnTQU>

7



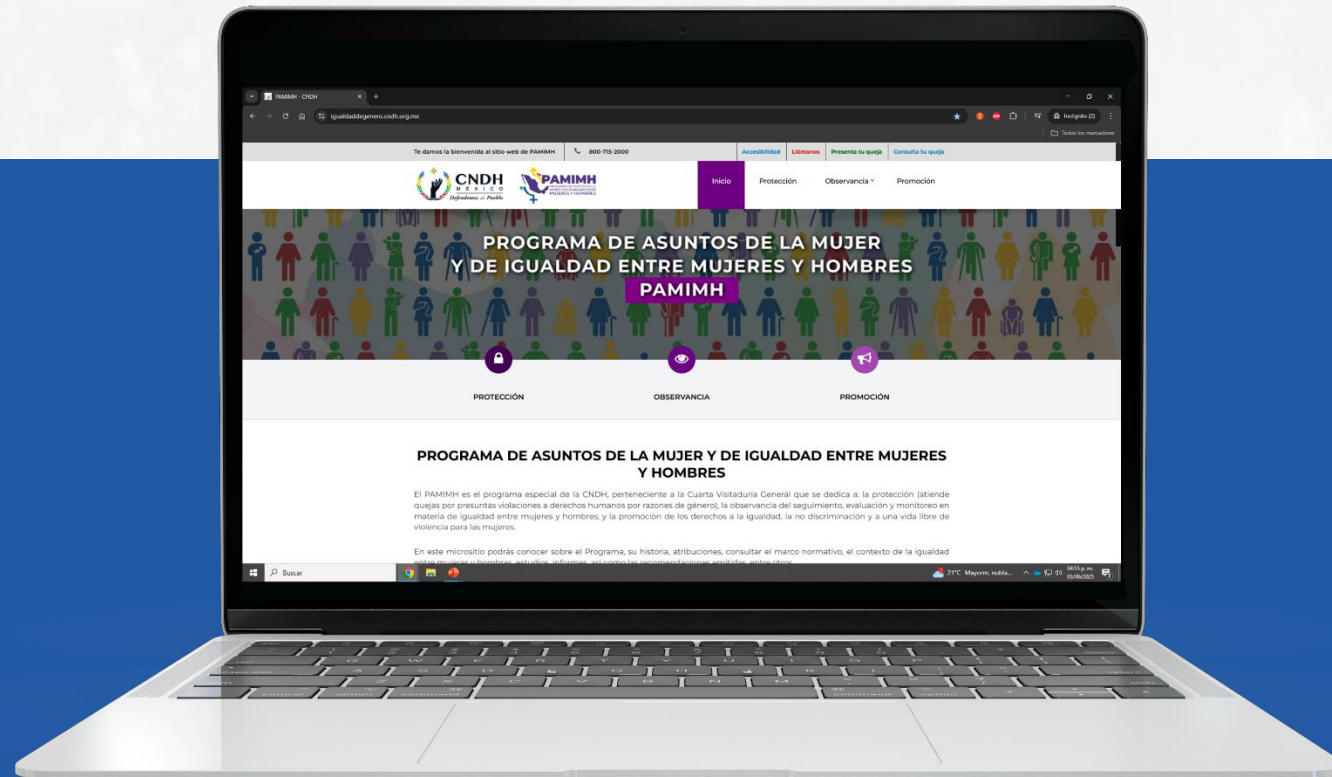
Fuentes de consulta



- **ABC de la Perspectiva de Género.** <https://mexicosocial.org/wp-content/uploads/2019/03/perspectiva-g%C3%A9nero-CNDH.pdf>
- **Masculinidades Plurales Reflexionar en clave de género.** <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/migration/ar/Masculinidades.pdf>
- **ORIENTACIÓN EDUCATIVA Roles y estereotipos de género.** <https://dgetaycm.sep.gob.mx/storage/recursos/2022/08/J85MlpvBtg-2%20Roles%20y%20estereotipos%20de%20g%C3%A9nero.pdf>
- **¿Qué es la masculinidad?** https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/programas/ninez_familia/material/trip-respeto-dif-masculinidades.pdf
- **¿Qué es la masculinidad?** <https://www.gob.mx/conavim/articulos/que-es-la-masculinidad>
- **MASCULINIDAD HEGEMÓNICA E IDENTIDAD MASCULINA.** <https://core.ac.uk/download/pdf/39085788.pdf>
- **GÉNERO Y MASCULINIDADES.** <https://uruguay.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/MASCULINIDADES.pdf>
- **Masculinidad hegemónica vs masculinidades igualitarias.** <https://www.gob.mx/sre/articulos/masculinidad-hegemonica-vs-masculinidades-igualitarias>
- **Nuevas masculinidades.** https://lac.unwomen.org/sites/default/files/Field%20Office%20Americas/Imagenes/Paginas/MELTY/PILAR%204/P4%2001%20-%20Curso%20SEMPRENDE/P4%2001%20MODULO%202%20CURSO%20ONU_MUJERES_SEMPRENDE%20BORRADOR.pdf
- **Masculinidades corresponsables.** <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2022-11/Masculinidades%20Corresponsables%20-%20M%C3%B3dulos.pdf>
- **Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (Encuesta Nacional de Adicciones).** <https://encuestas.insp.mx/repositorio/encodat.php>
- https://drive.google.com/file/d/1rMIKaWy34GR51sEnBK2-u2q_BDK9LA0e/view
- **Informe sobre la situación de la Salud Mental y el Consumo de Sustancias Psicoactivas en México.** https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/648021/INFORME_PAIS_2021.pdf
- **OMS suicidio.** <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

- **ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA MUNDIAL PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO.**
https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2024/EAP_Suicidio24.pdf
- **ESTADÍSTICAS DE DEFUNCIONES REGISTRADAS (EDR) 2023.**
https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/EDR/EDR2023_Dtivas.pdf
- **Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares ENDIREH 2021.**
https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/nacional_resultados.pdf
- **MICROMACHISMOS: LA VIOLENCIA INVISIBLE EN LA PAREJA.**
https://www.joaquimmontaner.net/Saco/dipity_mens/micromachismos_0.pdf
- **Quieres saber qué es un micromachismo? - Entrevista a Luis Bonino.** <https://www.mpdl.org/noticias/global/derechos-humanos/quieres-saber-es-micromachismo-entrevista-luis-bonino#sthash.7Ib1NM8q.T7QDpZt5.dpbs>
- **Vídeo 1. ¿No te ha pasado que...? – Micromachismos.** <https://www.youtube.com/watch?v=WVRKdakH6fw>
- **Vídeo 2. 48 cosas que las mujeres escuchan a lo largo de sus vidas.** <https://www.youtube.com/watch?v=wl3CLakCZmA>
- **Vídeo 3. 48 cosas que los hombres escuchan a lo largo de sus vidas.** <https://www.youtube.com/watch?v=eKWSXBJlpyo>
- **Machismo UNAM.** https://coordinaciongenero.unam.mx/avada_portfolio/que-son-los-micromachismos/
- **Registro Nacional de Obligaciones Alimentarias (RNOA).** <https://rnoa.dif.gob.mx/>
- **Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT) 2019.** https://www.snieg.mx/Documentos/CONSEJO/sesiones/doc_12023/enut.pdf
- **Encuesta Nacional para el sistema de cuidados, ENASIC 2022.**
https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enasic/2022/doc/enasic_2022_presentacion.pdf
- **Consulta pública de la Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo, (ENUT) 2024.**
https://www.inegi.org.mx/contenidos/app/consultapublica/doc/descarga/ENUT2024/proyecto/cp_enut24_presenta.pdf
- **Ley General de Igualdad entre Mujeres y Hombres.** <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGIMH.pdf>
- **Ley Federal del Trabajo.** <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LFT.pdf>
- **Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado.** <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LFTSE.pdf>
- **Comunicado.** <https://comunicacionsocial.diputados.gob.mx/index.php/boletines/aprobo-la-camara-de-diputados-que-el-permiso-de-paternidad-sea-de-20-dias-laborables-con-goce-de-sueldo>
- **Voces de hombres por la igualdad.** <https://vocesdehombres.files.wordpress.com/2008/07/micromachismos-el-poder-masculino-en-la-pareja-moderna.pdf>

Micrositio Programa de Asuntos de la Mujer y de Igualdad entre Mujeres y Hombres PAMIMH



<https://igualdaddegenero.cndh.org.mx/>



Periférico Sur 3469, Col. San Jerónimo Lídice,
Magdalena Contreras, C.P. 10200, Ciudad de México.

Teléfonos:

(55) 5681 8125 / 800 715 2000

Extensión:

