3. Trabajando sobre las violencias sexuales con los hombres

Suponemos que el modelo tradicional está en crisis, pero sin embargo el modo de ser hombre no se ha modificado. Contraponiendo las ventajas y los inconvenientes del modelo deberíamos hallar la respuesta al inmovilismo del modelo patriarcal tradicional. Partiendo de la investigación antes mencionada y de trabajos posteriores, hemos hallado una serie de elementos que definen las dificultades que implica la expresión de la masculinidad tradicional y los refuerzos que la sociedad crea para su conservación frente a otros modelos alternativos de masculinidades.

Dificultades

Los adolescentes expresan las dificultades para ser hombres a partir de la queja. La queja frente a la mujer y a otros hombres. Por ejemplo hay un cierto hastío a la necesidad de llevar siempre la iniciativa, a ser los mejores o a demostrar y aparentar que pueden con todo a pesar de que no deseen aceptar todos los retos. A la hora de relacionarse tienen dificultades para expresar sus sentimientos, miedos y debilidades y creen no poder permitírselo, sobre todo delante de otros compañeros. Es como si necesitaran “mantener el tipo” a todas horas y solo en contadas ocasiones pudieran soltar y relajar un tono de tensión y apariencia excesivos.

Esto se expresa en la dificultad para decir no o en la imposibilidad de no acertar un reto: “...la mejor forma de hacer que un chico haga lo que tú quieras es picarlo y decirle que no puede hacerlo...” “Los chicos son muy fáciles. Ellos siempre tienen ganas de lo mismo”.

En el sexo ocurre algo paradójico y triste. Muchos chicos manifiestan en confianza su dificultad para sentir placer en una relación sexual en la que toda la iniciativa y la responsabilidad deben asumirla ellos. Son ellos quienes deben dar el primer paso, llevar el preservativo y buscar el lugar adecuado.

Copyright 2026

Expresar sentimientos o intentar mantener y sostener un modo de vida prefijado por la sociedad resulta una continua dificultad, pero en el caso de los varones el castigo por no respetar la apariencia significa poner en duda su identidad como hombre. Existe un alto grado de contención de las emociones y los sentimientos y esto termina generando rabia y agresividad contra uno mismo y/o contra las demás personas. Al mantener la apariencia de fortaleza y poder, un hombre jamás puede mostrarse débil. Expresar los sentimientos abiertamente, incluso en la intimidad, se entiende en nuestra sociedad como un signo de debilidad, de modo que el hombre siempre debe ir de duro vaquero capaz de resolverlo todo.

Con semejante grado de fingimiento las relaciones y los vínculos son los primeros espacios afectados (además del propio espacio). **Con las mujeres las relaciones se muestran muy complejas, porque roto el vínculo materno-filial hombres y mujeres somos educados y aprendemos a sentir de formas diferentes, como si perteneciéramos a dos culturas dispares**: una subcultura femenina y otra subcultura masculina (Sanz, 1997, 26 y ss). Desde la sexualidad, pasando por la pareja y por la forma de ver el mundo, se crean dos formas opuestas de vivir con ciertas dificultades para la conciliación y la creación de espacios de paz e igualdad.

Si un hombre intenta comunicarse profundamente con otro hombre, lo más probable es que no obtenga respuesta o ninguno de los dos esté preparado para escuchar ni para hablar. Al hablar del amor los chicos entrevistados decían que les resultaba mucho más fácil charlar de estas cosas con una amiga, mientras que un amigo solo los podía sacar de borrachera para olvidar las penas de amor.

En el supuesto ejercicio de la paternidad el vínculo no es afectivo sino funcional y de protección: “Hijo, ¿cuánto dinero necesitas” “¿Por qué mis hijos no me hablan si yo les he dado siempre todo lo que me han pedido?, les he dado de comer y todos los caprichos”. Un gran porcentaje de los chicos que participaban en los grupos de discusión manifestaban la imposibilidad de mantener una conversación con sus padres sobre sentimientos, sus padres lo viven extrañamente como un símbolo de debilidad y vulnerabilidad.

Refuerzos

Vienen representados en general por todos aquellos valores culturales tradicionales que marcan lo que debe ser un hombre de verdad. De este modo el machismo, como expresión de las ideologías patriarcales, representa el vínculo central para los varones que refuerza una forma de ser y actuar realmente pasada de moda y políticamente incorrecta.

El machismo tiene diversas expresiones más o menos visibles socialmente, la violencia doméstica sería la más explícita y, por ejemplo, la microviolencia a través del lenguaje

Copyright 2026

sería una de las implícitas. El machismo es un modo de perpetuar un modelo patriarcal de dominación infravalorando y menospreciando lo femenino y a las mujeres, es la expresión del miedo a ser o parecer mujer, el rechazo a lo femenino como símbolo de debilidad.

El rechazo a lo femenino se expresa como una reafirmación de la leve identidad masculina. **La misoginia es un valor social. Odiar y rebajar a la mujer frente al hombre es un mandato de la cultura judeocristiana.**

La homofobia, de igual modo, es un odio a lo femenino representado en una figura masculina. Nuestra sociedad es, por tradición, homofóbica. Si ser femenino es ser débil, ¿qué puede ser más terrible que un hombre que debe aparentar fortaleza represente el papel de la debilidad?

Todos los elementos de este cuadro funcionan como refuerzo de la masculinidad tradicional porque quien no los respeta pierde el valor social.

¿Salud o Masculinidad Tradicional?

Al final los hombres debemos plantearnos que escoger: una vida saludable y sostenible o un modelo de masculinidad que genera violencia y destruye nuestra salud y la de las personas de nuestro entorno.

El género influye de forma grave y definitiva sobre el comportamiento y el pensamiento de mujeres y también de los hombres, es como una marca de origen que va a definir muchas de nuestras vivencias, emociones y costumbres, y que desde luego afecta a nuestro equilibrio y salud integral (física y psíquica).

Mujeres y hombres tenemos diferente aprendizaje de nuestros papeles sociales y de lo que podemos y no podemos hacer, por tanto y en relación a la salud, tendremos también formas distintas de cuidar nuestro cuerpo y de colocarnos frente a situaciones de riesgo o del autocuidado, de respeto a la vida o del conocimiento real de nuestros límites psíquicos y corporales. Pensemos por un momento cuántos hombres viven con enfermedades y afecciones graves ligadas a la demostración de su masculinidad más rancia o a la búsqueda sin fin de refuerzos a su identidad de poder, y cuántos mueren por ello, por intentar ser “demasiado hombres de verdad”. Esto es lo que llamamos muerte por demostración, o en el lenguaje popular muerte “por huevos”. **¿Cuantos hombres ponen en riesgo su vida y la de quienes les rodean para hacer un alarde de su poder macho-machista?**

Podemos acudir a la estadística y hacer una comparativa de género:

Copyright 2026

- En los accidentes de tráfico, más del doble de hombres que de mujeres, la mayor parte de los hombres al volante y la mayor parte de las mujeres en el asiento de al lado.
- En las bajas laborales causadas por potenciar el valor y el riesgo masculino.

Como hombres:

- Tenemos 6 años de vida menos (y de peor calidad en los últimos años)
- Acumulamos el 92% más de accidentes laborales
- Duplicamos gasto de hospitalización y dependencia
- 84% más enfermedades por mala nutrición y obesidad
- El 62% del consumo de drogas (y cómo se consumen)
- Representamos el 70% bajas laborales por accidente
- Causa del 76% de los accidentes de trafico

Si entendemos la salud como un concepto integral que atiende a "...un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades" (OMS, 1946) debemos trabajar por ella desde todas las perspectivas y modificar las imposiciones sociales de género para prevenir atentados contra la salud pública y el sobregasto que supone al estado que los hombres sean tan hombres.

Resulta imprescindible e inaplazable cambiar los hábitos de la masculinidad tradicional que atentan directamente contra la salud de la mitad de la población y pone en riesgo a la otra mitad. Ésta debería ser una de las prioridades en las intervenciones socio-sanitarias y buscar las claves para poder detectar y observar cómo los hombres se relacionan con los hábitos saludables y como hacer una atención integral y preventiva desde la perspectiva del estudio de las masculinidades desde la diversidad con menos violencias y autoviolencias, con más desarrollo de los cuidados

¿Por qué los hombres tienen peor salud? ¿Por qué se accidentan más y con mayor gravedad? ¿Por qué los hombres se mueren antes y en peores condiciones y con peor calidad de vida?

Los hombres ni aprendemos ni practicamos el cuidado, ni con nosotros mismos ni con las demás personas de nuestro entorno, fundamentalmente porque no somos socializados en ello. Nuestros juegos de infancia como futuros "hombres de verdad" nos inducen al riesgo, la aventura, el valor sin apego a la vida. La sociedad patriarcal no refuerza un comportamiento cuidador en los hombres, como sí lo hace en el caso de las mujeres.

Al final los hombres decidimos qué tipo de hombres queremos ser y cómo y cuánto tiempos queremos vivir.

Copyright 2026

Revision #2
Created 2023-06-15 19:28:21 CEST by Equipo CATEDU
Updated 2023-06-22 11:02:11 CEST by Silvia Coscolin Sanchez

Copyright 2026