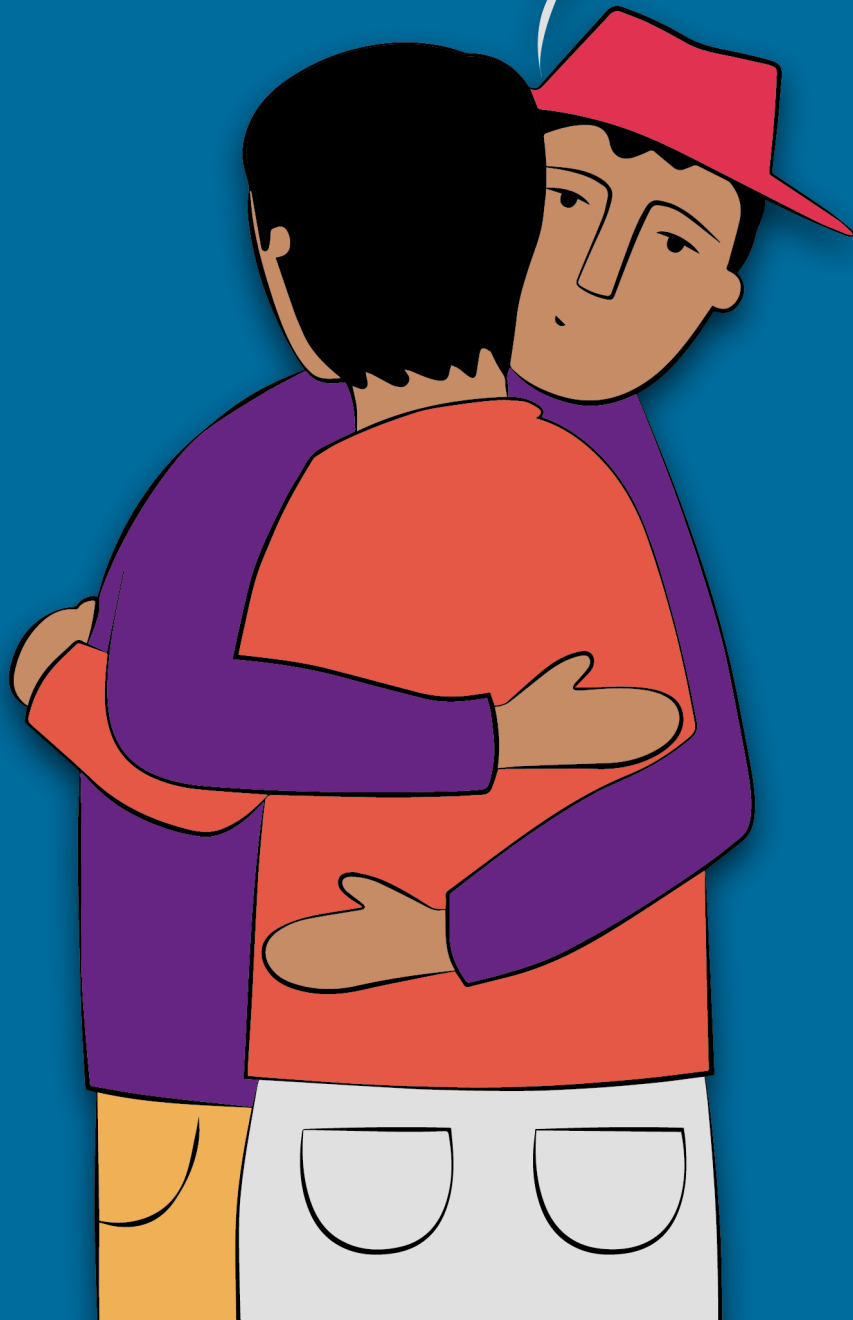


Masculinidades

NO patriarcales, NO machistas



A raíz de la pandemia causada por el COVID19, se hace más evidente la crisis multidimensional por la que atraviesa el mundo que para el caso de las mujeres rurales del Ecuador, se expresa en una sobrecarga de trabajo, un empeoramiento de las condiciones de vida y un aumento de las violencias machistas. Frente a esto, el Instituto de Estudios Ecuatorianos en diálogo con SWISSAID levantaron un diagnóstico y mapeo de actores una vez iniciada la pandemia, aterrizando luego en una serie de estrategias de capacitación, sensibilización y creación de redes de cuidado entre mujeres en cinco cantones del país: Pujilí, Pelileo, Patate, Guaranda y Achupallas. El proyecto es coordinado por Alejandra Santillana Ortiz y Belén Valencia Castro. Esta cartilla fue elaborada por Eduardo Llumipanta, que en diálogo con otros hombres del mundo rural, ensaya en un material que busca sacar el debate de las masculinidades del espacio urbano, clase mediero y autodenominado “nuevo”. Es diseñada y diagramada por Katherine Herrera. Este material pedagógico forma parte de la apuesta colectiva que coloca en el centro, el cuidado y el sostenimiento de la vida; y busca contribuir a prevenir y erradicar las violencias machistas generadas por el capitalismo, el patriarcado y la colonialidad.

INSTITUCIÓN COORDINADORA

Instituto de Estudios Ecuatorianos

“Esta publicación, de distribución gratuita, fue auspiciada por Fundación SWISSAID”

COORDINACIÓN

Alejandra Santillana – Belén Valencia

AUTOR

Eduardo Llumipanta

MEDIACIÓN PEDAGÓGICA

Sara Rojas

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Katherine Herrera A.

SWISSAID

Calle Frá Angélico E6-129 y Toscana, Cumbayá, Quito.

Tefefonos: 593 2 2890766 / 593 2 2894950

Email: ofcoord@swissaidecuador.org

Redes: [@swissaid.ecuador](https://www.facebook.com/swissaid.ecuador)

Instituto de Estudios Ecuatorianos

Calle San Ignacio 134 y Av. 6 de diciembre

oficina 2, Quito – Ecuador

Telefax: (+593) 2 290 40 98

Email: iee@iee.org.ec

Página Web: www.iee.org.ec

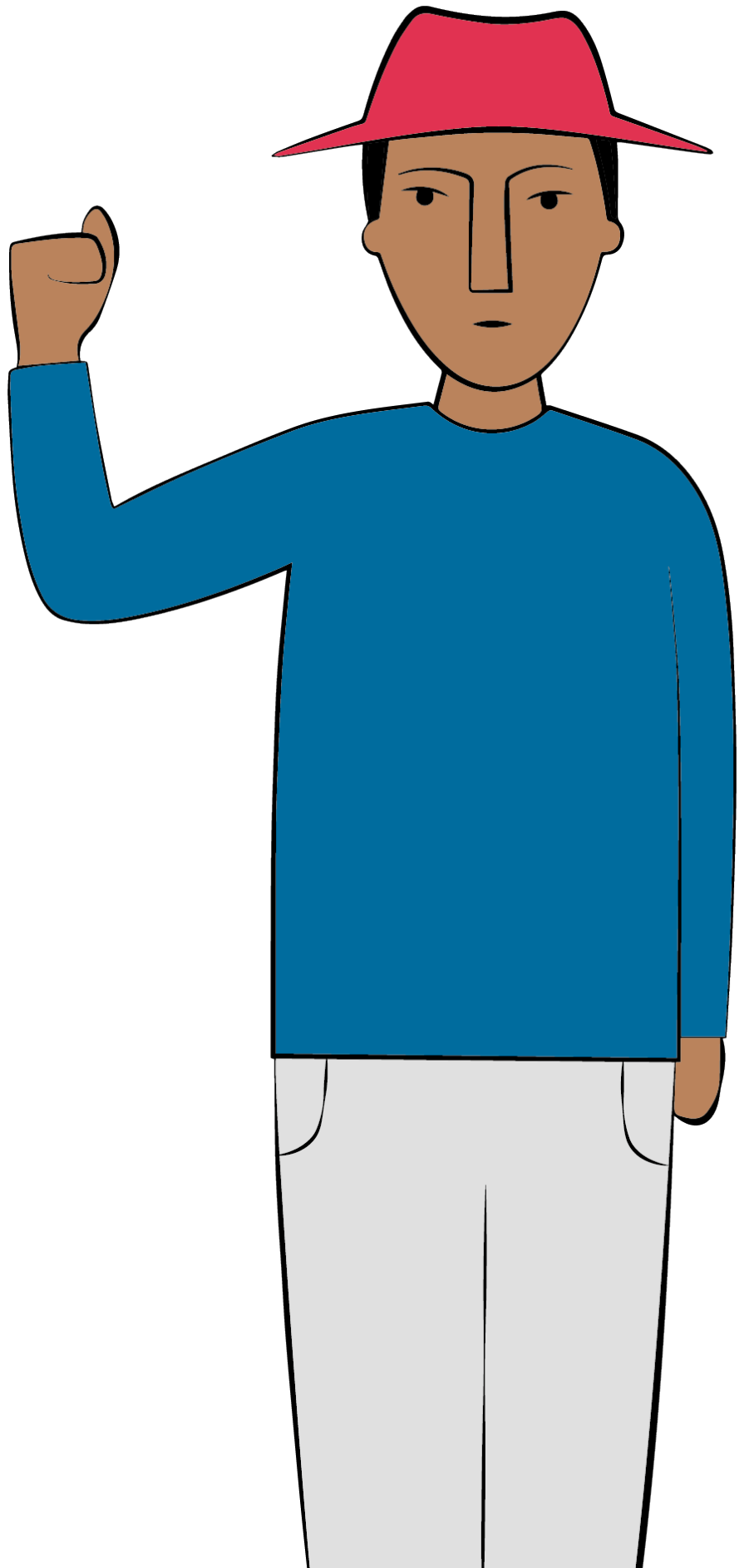
INTRODUCCIÓN

La violencia machista es uno de los tipos de violencia más comunes en Latinoamérica, tanto es así que se ha vuelto parte de nuestras culturas por medio de diferentes creencias, valores, prácticas y relaciones que ponen a lo masculino y a los hombres por encima de todo aquello que esté relacionado con lo femenino y las mujeres.

Una de las principales razones por las que muchas formas de violencia hacia las mujeres son aceptadas, se debe a que la opresión y el abuso de poder por parte de los hombres, se ha visto como un hecho “*natural*” y hasta “*normal*”, lo cual ha generado en muchas ocasiones desigualdades y violencias. El embarazo adolescente, el acoso sexual, el abandono de los hijos/hijas y familia, el uso abusivo del licor, los golpes e insultos entre parejas, las violaciones sexuales y la sobrecarga de trabajo en el hogar en manos de las mujeres, son algunas de las consecuencias que se ven en nuestras sociedades, por la normalización del orden patriarcal entre hombres y mujeres.

Es por esto que se vuelve cada vez más urgente y necesario reflexionar sobre las masculinidades: sus formas de actuar y pensar, para hacer del mundo un lugar más seguro y justo principalmente para mujeres y niñas, pero también para los mismos hombres.

El reto está en que, aunque la sociedad, la comunidad, nuestras familias, nuestros círculos de amistades nos enseñen y aprueben estas violencias, nosotros podemos asumir la responsabilidad de trabajar personal y comunitariamente, como en una minga, en contra del machismo y sus violencias.



ACERCA DE ESTA CARTILLA

Cuando se habla de masculinidad y el ser hombre, nos pueden surgir diferentes ideas relacionadas con la fuerza física, el abuso de poder, la imposición, el uso de la violencia, entre otras características que se usa para describir lo que es **ser hombre**.

En ese sentido, esta cartilla de trabajo busca brindar elementos que nos permita entender “**las masculinidades**” en las formas más diversas: tanto en situaciones de superioridad y poder, como en las de sumisión y humillación. De esta manera nos podremos acercar a los impactos que conlleva la construcción de masculinidad en las personas: en el sentir, en las formas de relacionarnos con nosotros mismos, así como también, en comprender las maneras en las que se expresa en el trabajo, la comunidad, en los grupos de amigos/as, etc.

Aquí abordaremos temas relacionados con los roles y estereotipos masculinos, masculinidades patriarcales y hegemónicas, marginación masculina y de género, sexualidad y virilidad, de tal manera que podamos reflexionar sobre nuestras masculinidades y las distintas formas de ser hombres.



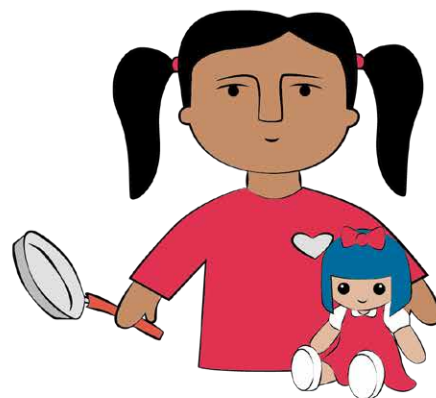
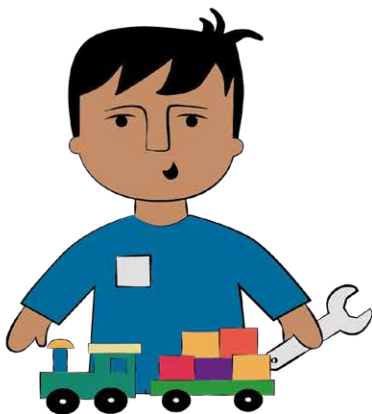
¿QUÉ ES EL GÉNERO?

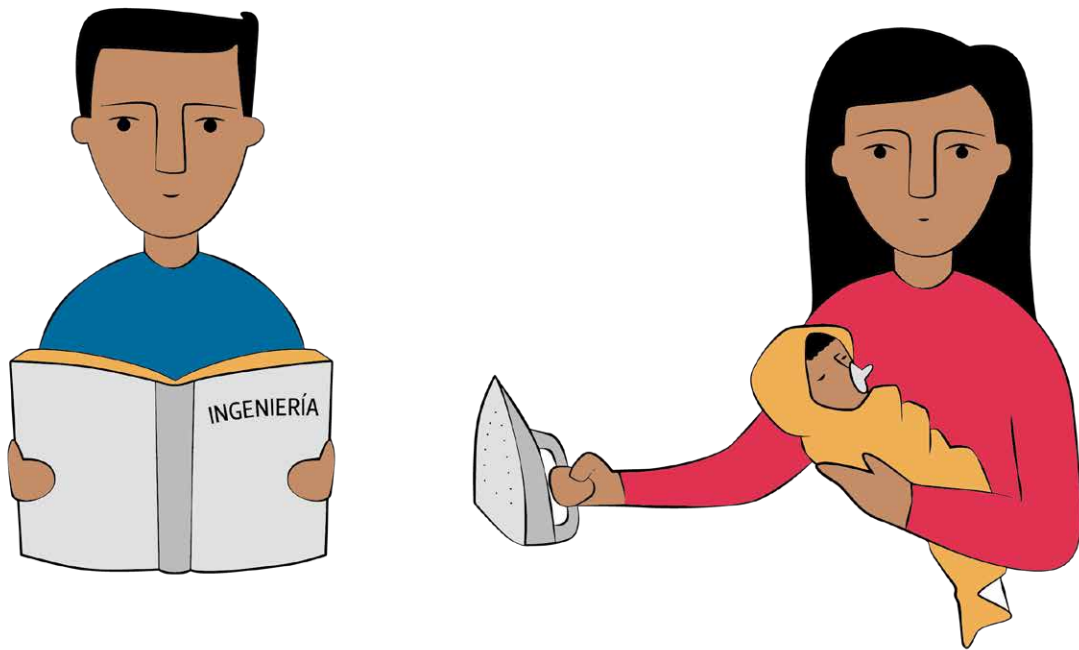
La asignación sexual: pene o vulva, es una de las características más importantes que recibimos al inicio de nuestras vidas, ya que a través de esta nos conectamos con el mundo que nos rodea: ya sea como hombres o mujeres.

El sexo biológico, expresado en los genitales con los que nace cada una de las personas, se combina con las expectativas que las sociedades crean en torno a los hombres y las mujeres, así, según nuestra cultura y los roles construidos en ella, serán los que vayan definiendo nuestras relaciones familiares, de amistad, amorosas e incluso de trabajo.

Por lo general, las ideas de lo que significa ser hombre o ser mujer transmiten diferencias y desigualdades: ubicando a las mujeres en desventaja frente a los hombres, como si ellas fueran inferiores, más débiles, menos importantes, más sensibles, dándoles la obligación de atender los trabajos del hogar, la crianza y el cuidado de los y las wawas. Mientras que a los hombres se les reconoce como fuertes, valientes, guerreros, trabajadores, deportistas, insensibles, independientes, protectores y con la capacidad de decidir por él y por otras personas.

Es así como se construye el género, organizando a hombre y mujeres sobre las ideas, expectativas y opiniones que cada cultura tenga sobre ellos, y es muy común que esta organización sea realizada de forma jerárquica, a favor de lo masculino y de los hombres, es decir que, ubica a las mujeres por debajo de los hombres, sobre la combinación de otras formas de diferenciación y desigualdad como: la raza, la autoidentificación étnica, la edad, la orientación sexual o la existencia de algún tipo de discapacidad en la persona.





Así es como se han ido construyendo los tradicionales roles masculinos y femeninos.

El género NO es:

- * **No es lo mismo que sexo biológico.** El sexo biológico se refiere a los genitales, cromosomas, hormonas con los que nace una persona. El género es la construcción social, histórica y cultural que impone formas de ser como hombres o mujeres.
- * **No es lo mismo que orientación sexual.** La orientación sexual es la forma en la que preferimos relacionarnos sexualmente. Por ejemplo, la heterosexualidad es cuando una persona se siente atraída por personas del género opuesto, o sea, hombres por mujeres y mujeres por hombres. Esta es una de las tantas formas que existen de orientación sexual, ya que en todas las culturas y sociedades ha existido gente que se sienten atraídas por personas del mismo sexo. A estas otras formas de sexualidad se las llama **LGBT** (**L**esbianas: mujer + mujer, **G**ays: hombre + hombre, **B**isexuales: hombres y mujeres que gustan de hombres y mujeres, **T**rans: personas nacidas con sexo biológico masculino que se identifican como mujeres o al revés).

Es así que concluimos que no hay una forma correcta o incorrecta de relacionarnos con hombres o mujeres, así como no hay actividades únicas para los hombres ni para las mujeres. Todos y todas debemos tener las mismas oportunidades y libertades para sentir, opinar, actuar, sin ser violentados/as u oprimidos/as.

Además, como indicamos anteriormente, el género y sus diferentes expresiones se construyen en conjunto con nuestras condiciones étnicas, socioeconómicas, de orientación sexual, ubicación geográfica e incluso la edad de las personas. Existen diferentes circunstancias, ya que cada persona y sus características, varía según su propia realidad, lo que hace que todos y todas seamos diferentes y únicos/as.

ESTEREOTIPOS Y ROLES DE GÉNERO

Históricamente, se ha tratado de reducir los comportamientos: tanto de hombres como de mujeres, a los llamados “estereotipos” y “roles de género”, estos se han encargado de organizar ideas de los comportamientos de las personas, por ejemplo, de las mujeres se dice que son expresivas y emocionales y con vocación por las actividades domésticas, mientras que a los hombres se los ve como racionales, no expresivos, expertos, cazadores, cuidadores del campo, de la cosecha y de los animales, así como símbolos de sobrevivencia y fuerza.

El asignar roles a cada género, simplifica la forma de ser de las personas, como si la identidad de ellas se construyera sobre un manual de conducta y de gustos, pero esto no funciona así, ya que muchas personas no llegan a representar estos estereotipos, ni cumplen siempre con los roles socialmente asignados.

Por ejemplo; desde que somos niñas y niños en la familia, la escuela, la iglesia, etc. Nos enseñan que los roles para mujeres y hombres son diferentes:

Roles femeninos

- * Esposas
- * Madres
- * Cuidan del hogar y sus seres queridos
- * Son cariñosas
- * Son recatadas
- * Son sumisas
- * No deciden

Roles masculinos

- * Trabajadores
- * Generan sustento para el hogar

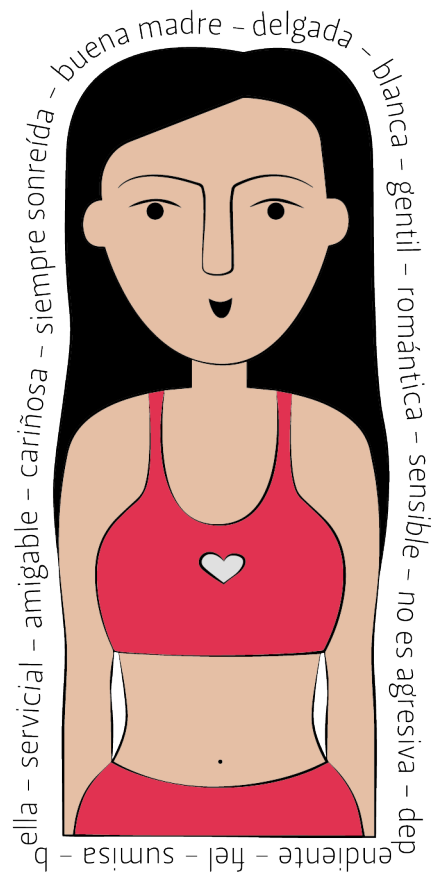
- * Deportistas
- * Aventureros
- * Libres
- * Toman decisiones

Por otro lado, los estereotipos son imágenes o ideas que se forman en la sociedad sobre lo que es **ser una mujer** o **ser un hombre**, **basados muchas veces en representaciones** inalcanzables e irreales, un ejemplo de esto son las y los personajes de las películas, revistas, televisión, cuentos, entre otros, siendo estos los únicos en alcanzar esos modelos ideales de ser hombres y mujeres.

Estereotipo masculino



Estereotipo femenino



Como vemos, los estereotipos de género están muy lejos de cómo somos las personas en realidad, y a pesar de esto, funcionan como un ideal de conducta para **hombres** y **mujeres**. Por esta razón es que muchas personas son presionadas día a día para cambiar y llegar a estos ideales y, al no lograrlo, se frustran, quedan fuera de la aceptación y admiración social. ¿Te ha pasado?



Pregunta:

¿Qué pasa en nuestra sociedad si a una niña...

- * no les gusta el color rosa o jugar con muñecas
- * no le gusta el maquillaje
- * le gusta jugar fútbol y trepar a los árboles
- * no le gusta hablar sobre otras personas
- * le gusta la mecánica o la carpintería
- * no quiere ser madre o dedicarse a los cuidados del hogar
- * quiere estudiar y ser profesional

¿Y si a un niño...

- * le gusta el color rosa
- * le gusta cocinar
- * lava su propia ropa
- * no es fuerte y musculoso
- * no le gusta la violencia
- * no le apasiona el fútbol
- * expresa sus sentimientos

.....

.....

.....

.....

.....

Rompiendo estereotipos de género

- * Las mujeres pueden abrir y arar las tierras que se van a sembrar.
- * Los hombres pueden realizar la siembra.
- * Hombre y mujeres pueden hacer las mismas actividades de las mingas.
- * No existen colores para mujeres y otros para hombres. Los colores no tienen género.
- * Los hombres si pueden llorar y expresar sus sentimientos.
- * Las mujeres también son fuertes.
- * Los hombres también deben saber cocinar.
- * No existen trabajos solo de hombres o solo de mujeres.
- * Las mujeres hacen deportes como el fútbol.
- * Los hombres son artistas como bailarines.
- * Los hombres pueden preferir quedarse en casa con su familia.
- * Las mujeres pueden salir de fiesta.
- * No todas las mujeres quieren ser madres. Ser madre es una decisión, no una obligatoriedad.
- * Hombres y mujeres pueden disfrutar del sexo.
- * Los hombres no son más vagos ni más sucios que las mujeres.
- * Las mujeres pueden expresar su opinión y expresarse.
- * Los hombres no tienen más necesidades sexuales que las mujeres.
- * Las niñas pueden jugar con balones, herramientas y carritos.
- * Los hombres sí pueden controlar sus impulsos sexuales.
- * Los niños pueden jugar con muñecas, a la cocina y a la casita.
- * Las mujeres pueden tomar decisiones y sólo ellas pueden tomar decisiones sobre su propio cuerpo.

La mayoría de hombres no calzamos en el estereotipo del super-hombre, porque la gente real no es, no se ve, ni actúa como los estereotipos, ya que tienen diferentes cuerpos,

tonos de piel y muchas formas diversas personalidades y sentimientos. En muchos casos, esto implica que, como hombres estemos constantemente esforzándonos por ser diferentes y muchas veces nos sentimos mal y frustrados por cómo somos realmente.

Estas ideas sociales de la masculinidad o estereotipos son machistas, ya que ubican al hombre como mejor, más fuerte, más inteligente, más valiente, más chévere y más racional que la mujer, aunque en realidad no sean así.

Los estereotipos, más que una realidad, son una forma de pensar de la gente y la sociedad, que se ha heredado de generación tras generación sin ningún cuestionamiento



Actividad

Haz un dibujo sencillo de cómo se ven estos hombres de la televisión, revistas, películas, que son parecidos al estereotipo de masculinidad

Haz un dibujo sencillo de cómo se ve un hombre real que no es igual al estereotipo de masculinidad, puedes ser tú mismo o alguien de tu familia o comunidad.

Describe 6 roles de género de los hombres que crees que cumplen los hombres irreales para ser el estereotipo de hombres perfectos:

1

2

3

4

5

6

¿Tiene algo de malo NO ser como los hombres de las películas?

¿Crees que haya alguien de la vida real que no tenga defectos o inseguridades?

¿Por qué crees que la sociedad nos hace sentir mal por cómo somos?

¿QUÉ ES LA MASCULINIDAD?

Entonces, ¿a qué nos referimos cuando hablamos de masculinidad?

Cuando hablamos de masculinidad no nos referimos solamente a los hombres, ya que como hemos señalado, hay muchas formas de masculinidad. Puede haber casos en que las mujeres se sientan identificadas con algunos roles o características que sean considerados “exclusivamente” masculinos.

Mujeres que rompen los roles de género.

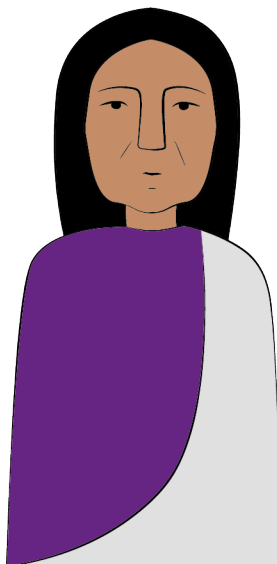
Solo los hombres puede trabajar como mecánicos



FALSO

Lucía trabaja como mecánica en un taller automotriz

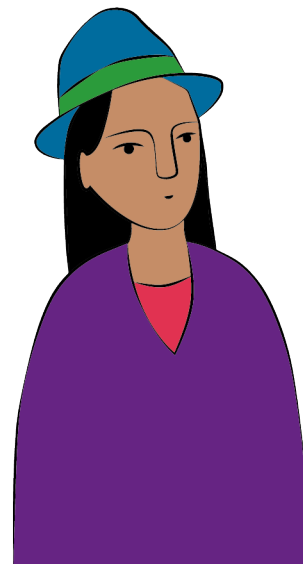
Solo los hombres son guerreros y luchadores



FALSO

Dolores fue una mujer luchadora, que pese a todas las violencias y condiciones duras del sistema hacendatario, peleó por los derechos de los pueblos y nacionalidades del Ecuador

Solo los hombres pueden ser dirigentes comunitarios



FALSO

Luisa, se organiza con sus compañeras de la comunidad para resolver asuntos políticos de su comunidad

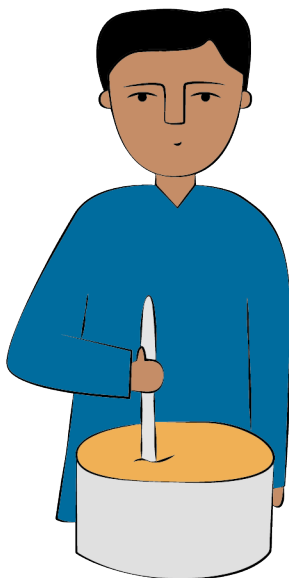


FALSO

Kelin Jimenez es la campeona ecuatoriana de levantamiento de pesas

Hombres que rompen los roles de género.

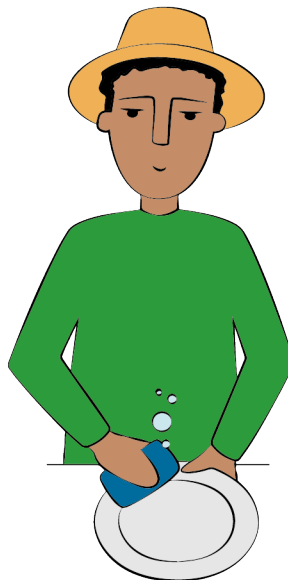
Los hombres en las mingas comunitarias se dedican a las actividades de fuerza



FALSO

Mario puede ayudar en las actividades de cocina de las mingas en su comunidad

Los hombres no se encargan de las tareas del hogar



FALSO

Juan lava los platos después de comer

Los hombres no expresan sus sentimientos ni son cariñosos



FALSO

Diego abraza a sus hijos a los que quiere mucho

La danza es para mujeres



FALSO

Raúl es bailarín profesional

En las imágenes vemos algunos ejemplos de hombres y mujeres que no cumplen con el estereotipo de su género, realizando actividades que se nos han hecho pensar que son exclusivas para los hombres o las mujeres.



Actividad

¿Crees que las personas de las imágenes han dejado de ser hombres o mujeres por no seguir el estereotipo de su género?

¿Cómo espera la gente que sea y actúe un hombre?

.....

.....

.....

.....

¿Crees que los hombres se sienten presionados para ser y actuar de estas formas?

.....

.....

.....

.....

¿Cómo crees que afecta a los hombres esta presión?

.....

.....

.....

.....

¿Tú te sientes libre de ser, actuar y expresarte como quieres o sientes que debes hacerlo solo como supuestamente deben hacerlo los hombres?

.....

.....

.....

.....

¿Cómo te afecta o ha afectado en tu vida la presión por ser un hombre parecido a los estereotipos masculinos?

.....

.....

.....

.....

¿Quiénes tienen sentimientos?

Hombres Mujeres

¿A quiénes les duele cuando se lastiman?

Hombres Mujeres

¿Quiénes aprenden cuando estudian?

Hombres Mujeres

¿Quiénes pueden ser atletas si es que entrenan lo suficiente?

Hombres Mujeres

¿Quiénes pueden ser artistas?

Hombres Mujeres

¿Quiénes deben limpiar cuando algo se ensucia?

Hombres Mujeres

¿Quiénes pueden ser dirigentes?

Hombres Mujeres

Tanto hombres como mujeres pueden desarrollar las habilidades que ellos y ellas consideren necesarias para sus vidas, así como también la posibilidad de tener diferentes gustos o intereses, dependiendo de las necesidades de cada persona.

LA IDENTIDAD MASCULINA

Nuestra cultura, personalidad, nuestras creencias, pensamientos, nuestros gustos, costumbres y preferencias sexuales, son algunos de los elementos que construyen la identidad de cada persona.

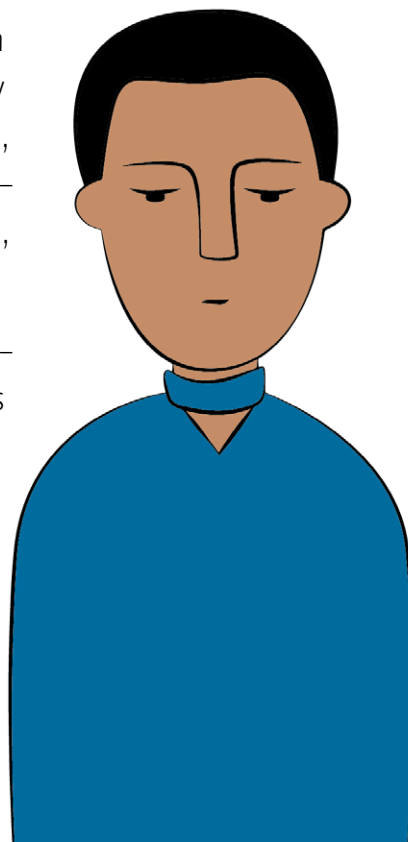
Esta identidad masculina ha sido marcada por: la insensibilidad, el uso desproporcionado de la fuerza, la capacidad para la conquista amorosa y sexual e incluso el tener siempre la razón o la idea perfecta. Estos rasgos, aunque no son del todo ciertos, han hecho que los hombres tengan un mal manejo de sus emociones, afectando notablemente a la mayoría de sus relaciones humanas.

Estas ideas se refuerzan a lo largo del tiempo y muchas veces lleva a los hombres a sentirse confundidos o en contradicción con sus propios afectos o con las personas que los rodean. También puede generar mucha frustración y confusión en los hombres que intentan y se esfuerzan por ser “verdaderos hombres”.

Es importante reconocer que la identidad masculina no es fija ni estable, que está en constante movimiento y cambia en función de las relaciones de nuestro entorno, por ello, la mayoría de hombres no logran ser los “hombres de verdad”, es decir, esos que vemos en las revistas, cuentos o televisión

En ese sentido, es importante que revisemos todas estas características que hemos aprendido y que creemos que nos harán más hombres y pensemos si estas son características que nos hacen bien o mal, o si estas pueden hacer mal a otras personas.

Analizando nuestras propias masculinidades podemos ir cambiando todos esos rasgos que nos traen problemas emocionales o físicos, que no permite mantener relaciones sanas con otras personas, lo cual es importante para tener una vida plena y una mejor salud mental, emocional y física, ya sea con nuestra pareja, con nuestros hijos e hijas y con la comunidad en general.



nos enseñaron que los hombres no lloran

EL PATRIARCADO Y LAS MASCULINIDADES HEGEMÓNICAS

Se llama patriarcado o sistema patriarcal a la organización social basada en el género que ubica al hombre y lo masculino por encima de la mujer y lo femenino, dándole más valor, poder, legitimidad y autoridad a quienes se identifiquen con el quehacer masculino.

Los estereotipos y roles de género son parte de este sistema, ya que sirven como herramientas para organizar a las personas en los diferentes espacios de sus vidas: en la iglesia, la educación, en el trabajo, en las relaciones afectivas, entre otros.

Así mismo podemos entender la masculinidad hegemónica, como la capacidad del mando social y cultural a cargo de todo lo masculino, por sobre todo lo que tiene que ver con las mujeres y lo femenino, pero también con las otras masculinidades que no representan el papel de “verdaderos hombres” ni entran totalmente en los estereotipos que hemos revisado anteriormente.

Ser hombre según la masculinidad hegemónica implica muchas veces:

- * Rechazar todo aquello que sea femenino.
- * Tener poder por el hecho de ser hombre.
- * Ser arriesgados en exceso.
- * Tener el derecho a decidir por mí y los demás.
- * Ser agresivos.
- * Ser rudos.
- * No mostrar sentimientos.
- * Ser fuertes físicamente.
- * No ser empáticos ni pensar en los sentimientos o bienestar de los demás.
- * Ser libres de hacer lo que quieren cuando quieren, donde quieren y como quieren.
- * Tener siempre la razón.



- * Tener dinero.
- * Burlarse de los hombres que no son como ellos.
- * Burlarse o hasta agredir a personas homosexuales.
- * Ser el que conquista más mujeres.
- * Ser el que trata o desprecia a las mujeres.
- * Ser el que ingiere más alcohol.
- * No ser recíproco y cuidadoso con las demás personas.
- * Ser el mejor puñete.
- * Ser violento.

PODER Y VIOLENCIA

Uno de los factores más preocupantes sobre la masculinidad es la violencia, misma que es ejercida sobre las mujeres, niñas, adolescentes, jóvenes, adultas y adultas mayores. Por ello, es muy importante que todos los hombres conozcamos los tipos de violencia, ya que reconocerla ayuda a no reproducirla en distintos ámbitos de nuestras vidas como en la minga, las reuniones de trabajo comunitario, la familia, los espacios de amigos y deporte.

Violencia Psicológica: Conducta dirigida a causar daño emocional, disminuye la autoestima, provoca descrédito, menosprecia la dignidad personal.

Ejemplos de situaciones que generan violencia psicológica

Amenaza: es generar miedo a una consecuencia para controlar cómo la mujer va a actuar. **Ejemplo:** el marido de Manuela le dice que, si hace algo que no le gusta, él le va a abandonar o le va a golpear.

Humillación: es un tipo de ofensa que hace quedar en vergüenza a las mujeres ante otras personas o en la intimidad. **Ejemplo:** Pedro se burla de cómo Fanny cocina para la minga comunitaria



Monopolizar la toma de decisiones: es cuando el hombre toma todas las decisiones sin tener en cuenta las necesidades, emociones u opiniones de la mujer. Y desconociendo que ella puede tomar decisiones.

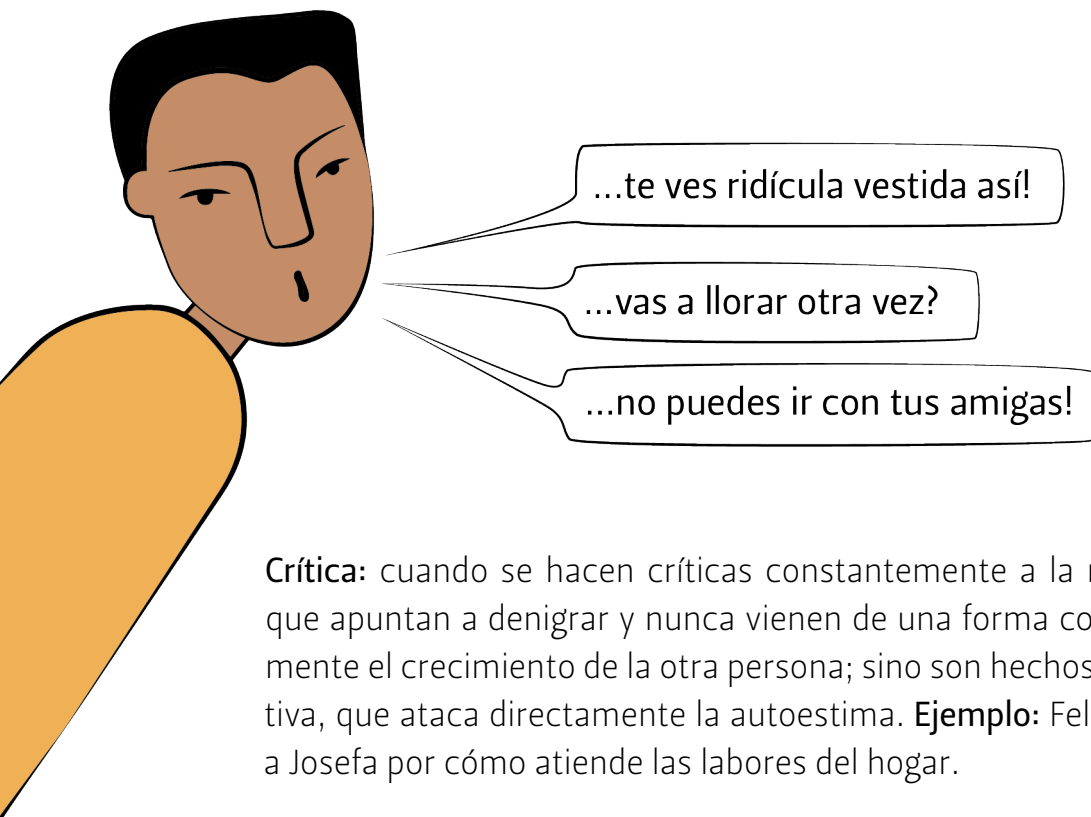
Control: es cuando el hombre busca controlar a la mujer **Ejemplo:** Luis le revisa el teléfono a Josefina, escucha las conversaciones que tiene con otras personas y le exige saber con quién está constantemente.

Insultos: los insultos pueden ser parte de las formas de humillación.

Comparaciones descalificadoras: es cuando el hombre compara a la mujer con otras mujeres para hacerle notar que no es suficiente. **Ejemplo:** Rigo-berto le dice a Susi que debería ser más guapa como su vecina Laurita y que debería tener la casa mejor atendida como su madre.

Gritos: los gritos son una forma de violencia que daña las emociones de las mujeres y niñas. **Ejemplo:** Pedro cuando llega de su trabajo, le grita a Juana y a sus hijas para que le sirvan y atiendan sus necesidades.

Control de la imagen: es cuando el hombre quiere decidir cómo se ve la mujer y escoger cómo se viste o cómo se arregla el pelo. **Ejemplo:** Manuel le dice a Daría que no puede usar faldas ni maquillaje.



Crítica: cuando se hacen críticas constantemente a la mujer. Las críticas que apuntan a denigrar y nunca vienen de una forma constructiva, que fomente el crecimiento de la otra persona; sino son hechos en forma destructiva, que ataca directamente la autoestima. **Ejemplo:** Felipe siempre critica a Josefa por cómo atiende las labores del hogar.

Negar las percepciones o sentimientos del otro: es cuando no se le da valor o no se toma en cuenta las opiniones o sentimientos de la mujer. **Ejemplo:** Maruja le dice a Fabián que le hace sentir mal con sus burlas y él responde que ella es una exagerada y que está loca.

Indiferencia: es cuando el hombre permanece indiferente a la mujer. **Ejemplo:** Fabricia está muy contenta, pero no tiene con quien conversar porque a su novio no le importa.

Control: cuando el hombre controla lo que hace la mujer, a donde va, le obliga a pedir permiso para salir o verse con personas o su familia. **Ejemplo:** A Maruja le invitaron a un taller dirigido a las mujeres de la comunidad y su marido Carlos no le permitió ir.

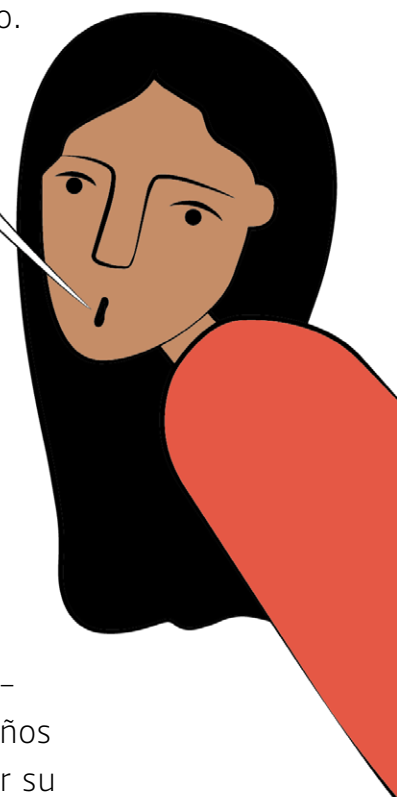
Violencia Física: Acto que produce daño o sufrimiento físico, dolor o muerte, así como castigos corporales, que provoca o no lesiones, ya sean internas, externas o ambas. Cualquier lesión que se produzca en el cuerpo es violencia física, puede darse con el cuerpo del agresor como con sus puños, pies, etc. o utilizando un objeto.

me hizo creer que era mi culpa y que yo no valía nada...

“

Todo comenzó cuando me casé con Francisco, ahí es cuando él empezó a mostrar su verdadera forma de ser. Ya no era el hombre tierno que conocí, siempre regresaba a la casa enojado y buscaba pelear conmigo. Con el tiempo me empezó a golpear, siempre tenía alguna excusa. Al inicio me golpeaba en el cuerpo con sus puños y me daba patadas, cuando estábamos en público me pellizcaba o me rasguñaba sin que nadie se diera cuenta. Yo creía que era mi culpa por no hacer las cosas como a él le gustaban o por no ser suficientemente inteligente o guapa. Después de separarme, con los años comprendí que no era mi culpa, ninguna mujer golpeada por su marido se lo merece, ni es su culpa.

”



Femicidio: El femicidio es la forma más extrema de violencia machista. En 2019, en Ecuador se registraron 66 casos de feminicidios, eso quiere decir que cada 72 horas

una mujer es asesinada. En el Código Orgánico Integral Penal, vigente en el país, define ***femicidio el asesinato de una mujer bajo relaciones manifiestas de poder, por hecho de serlo, es decir, por su condición de género.*** Según cifras de la Alianza para el Mapeo y Monitoreo de Femicidios en Ecuador se registran 18 asesinatos de mujeres hasta el 2 de marzo del 2020. Y en los primeros 6 días de noviembre del 2020, se cometieron 6 femicidios en el país, todos en manos de parejas o ex parejas. Hasta diciembre ya hay 112 feminicidios en Ecuador.

Violencia Sexual: Acción que implica vulneración del derecho a la integridad y decidir voluntariamente sobre su vida sexual y reproductiva, a través de amenazas, coerción, uso de la fuerza e intimidación.

Ejemplos de violencia sexual

- * Cuando un hombre hace comentarios o insinuaciones sexuales a mujeres sin consentimiento.
- * Cuando un hombre toca las partes íntimas de una mujer sin su consentimiento.
- * Cuando un hombre frota sus genitales contra o una mujer o la fuerza que los toque.
- * Cuando un hombre fuerza a una mujer a besarle.
- * Cuando un hombre viola a una mujer.
- * Cuando un hombre acosa sexualmente a una mujer.
- * Cuando un hombre fuerza a una mujer a tomarse fotos o videos de una forma sexual.
- * Cuando un hombre le toma fotos o videos de forma sexual a una mujer sin su consentimiento.

Si un hombre fuerza a una mujer a hacer algún acto sexual de cualquier tipo sin su consentimiento está violentando sexualmente. No importa si esta mujer es nuestra novia, mujer o pareja, es incorrecto forzar los actos sexuales y va en contra del bienestar emocional y físico de las mujeres.

¿Qué es la violación? La violación es un delito penado por la ley. Es cuando se da una penetración por la vagina o ano sin el consentimiento de la persona. Esta penetración puede ser hecha con diferentes partes del cuerpo, como los genitales o manos o con objetos.

¿Qué es el consentimiento? El consentimiento es una decisión libre y consciente que una persona debe dar para que se dé una relación sexual. Es el momento en el que damos nuestra autorización y expresamos nuestro deseo a que un acto sexual se dé. El consentimiento es un sí que ambas partes deben dar. Si se da una relación sexual sin consentimiento, es una violación.

Ejemplos de violación sexual

Violación por parte de desconocidos: es cuando una persona desconocida usa la fuerza, amenazas o armas para obligar a la víctima a la relación sexual.

Violación por parte de la pareja o marido: es cuando el marido o novio agrede sexualmente a su pareja o le obliga a tener relaciones sexuales sin importarle su placer, su opinión, sus sentimientos o su consentimiento. En el matrimonio y noviazgo también debe haber siempre consentimiento, el hombre no puede decidir sobre el cuerpo de la mujer ni siquiera cuando hay un vínculo de pareja o matrimonio.

Violación en grupo: es cuando varias personas obligan a una o más víctimas a tener contacto sexual sin consentimiento y donde se aprovecha de la fuerza y el número de personas para forzar el acto sexual.

Violación a personas con alteraciones de conciencia: son las violaciones que se cometen a una mujer que no está en condiciones de dar su consentimiento porque está inconsciente, dormida o intoxicada por drogas o alcohol. Esto puede darse también cuando el o los violadores han drogado o emborrachado a la víctima con el plan de cometer la violación.

Violación infantil: es cuando ocurre una violación a un o una menor de edad. Generalmente es cometida por adultos cercanos a la familia o alguien parte de la misma familia. Puede darse a cualquier edad de la persona menor y puede haber embarazos como consecuencia a estas violaciones.

Estupro: es cuando se da un acto sexual entre un adulto y un o una adolescente que da su consentimiento a la relación. Es un tipo de violación porque aunque hay un consentimiento de parte de la o



el menor y puede no haber violencia, puede existir manipulación del adulto que se ha aprovechado de la inmadurez de la o el menor.

Incesto: es cuando se comete una violación por parte de una persona de la familia como tío, tía, abuela, abuelo, padre, madre, hermano, hermana, primo o prima.



Violencia Económica o Patrimonial: Es un tipo de violencia doméstica, y es cuando se impide a la mujer a tener una libertad o autonomía de generar o gastar dinero o de tener patrimonio. Se puede dar por medio del impedimento de que la mujer trabaje y gane dinero, o que haya robo de su dinero o bienes, ocultamiento de su dinero o bienes o escrituras/documentos.

De los 25 países con mayores tasas de feminicidio, 14 países son latinoamericanos. El asesinato de mujeres en manos de hombres es la más fuerte expresión de violencia y desigualdad en contra de las mujeres.

La agresividad puede tomar formas menos visibles y por lo tanto más difíciles de identificar, ya que en muchas ocasiones la violencia machista aparece como normal y natural en nuestra sociedad, un ejemplo de esto es cómo se enseña especialmente a los niños y jóvenes a resolver sus problemas: a gritos, burlas o a golpes, pensando que estas son respuestas “normales” para enfrentar los problemas que se nos presente entre los hombres y mujeres.

La violencia de las masculinidades también se demuestra entre hombres. Los hombres están constantemente demostrando su masculinidad y buscando aprobación sobre todo de otros hombres. Muchas veces estas dinámicas resultan en violencia entre hombres como en burlas, competencias innecesarias, humillaciones, golpes, entre otras formas de violencia física y psicológica.

¿CÓMO NOS AFECTA LA DINÁMICA DE GÉNERO Y LA CONSTRUCCIÓN DE MASCULINIDAD?

A lo largo de la vida y desde que somos pequeños, de generación en generación, nuestras familias y la sociedad en sí, construye nuestra masculinidad y, aunque muchas veces no nos demos cuenta, estamos en una constante competencia con los otros hombres, competimos por llegar a ser vistos como **hombres de verdad** y, aunque pocos pueden acercarse a estos estereotipos de la masculinidad, nos esforzamos por serlo y fingimos que lo somos para generar más respeto, admiración y validez con otros hombres y la sociedad en general.

Estas competencias entre hombres y las constantes demostraciones de virilidad propician varias situaciones de violencias y auto violencias, generando muchas veces dolor, frustración, ira y dificultad para relacionarnos con otras personas. Estas situaciones se presentan en la vida de los hombres por las expectativas que tienen nuestras sociedades de la masculinidad, basadas muchas veces en la violencia, en el uso desmedido de la fuerza física, la insensibilidad, la competencia constante con todas las personas.

Un ejemplo de esto es el acto sexual, que debería ser un momento de intimidad, escucha y placer mutuo entre la pareja, se convierte en varias ocasiones en la muestra de virilidad y honor de quienes buscan ser “**verdaderamente hombres**”. Es muy común que entre hombres se comente de la vida sexual o de algunas mujeres de forma insensible y burlona, como si fueran objetos, para demostrar que somos muy buenos en el acto sexual y que muchas mujeres buscan tener sexo con nosotros.

Así mismo, se dan ciertos juegos entre hombres que tienen una carga sexual de dominación, de competencia y violencia. Un ejemplo de estos son los juegos que consisten en orinar más o lo más lejos posible, o aquellos juegos homoeróticos, es decir, entre hombres que juegan fingir penetrar unos a otros o cuando insultamos a otros hombres, usamos palabras en femenino, cómo si lo femenino y las mujeres fueran inferiores a nosotros.



Actividad

¿Reconoces alguno de estos juegos? Describe algún juego que hacías con tus amigos.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Todo esto los lleva a un callejón sin salida, donde no es posible la empatía, el amor y las emociones. Y no porque estas virtudes humanas hayan desaparecido o no existan en los hombres sino porque cuando buscamos mostrarnos como “**verdaderos hombres**” no es conveniente mostrar estas virtudes. Lo conveniente es mostrarnos duros, insensibles, no mostrar dolor, ni tristeza, ni tampoco fracaso.

A esto se suman otras situaciones que deben estar resueltas para ser aceptados como un **verdadero hombre**: ser proveedor, ser protector, creador y autosuficiente. Cuando esto no se logra, se genera una inseguridad y frustración permanente. Es muy común que tengamos conflictos con nuestra identidad, depresión e incapacidad de conectar-nos con nosotros mismos, teniendo una lucha constante por ocultar las emociones.

Así mismo, la idea de que existan “**hombres más hombres**” y “**hombres menos hombres**” va cargada de prácticas violentas que en algunos casos pueden llegar a la muerte, un ejemplo de esto son las peleas entre pandillas o incluso juegos desafiantes donde se pone en juego la fuerza, la violencia, las cualidades para la conquista de mujeres, la sexualidad, la capacidad de someter al otro y de ser más que los y las otras y hasta la posibilidad de eliminar al otro.

Algunos efectos de las masculinidades dominantes:

Violencias contra las mujeres

- * Someter a las mujeres a las labores del hogar y crianza de wawas sin participar ni compartir las responsabilidades del hogar de ninguna forma, por pensar que estas labores son obligación solamente de las mujeres.
- * Violencia sexual, al buscar relaciones sexuales por fuera del matrimonio o noviazgo a escondidas, bajo engaños y mentiras.
- * Acoso callejero, al decir comentarios sexuales o silbidos a las mujeres en la calle.
- * Pensar que las mujeres son trofeos, mientras más mujeres “tenemos” es mejor.
- * Ejercer violencia psicológica.
- * Abusar de las mujeres o niñas.
- * Golpear, mutilar o matar a mujeres.



- * Ejercer violencia patrimonial/ económica.
- * Hacer de menos a las mujeres y creer que son inferiores.
- * No brindar a las hijas las mismas oportunidades que a los hijos.
- * Pensar que entre hombre y mujer solo puede haber relaciones sexuales o amorosas; cuando también podemos ser amigos/as, colegas, compañeros/as.

Violencia a otros hombres

- * Competir con otros hombres y que sea visto como “más hombre” el que más domina a otros o el que es más violento.
- * Agredir o humillar a hombres que expresan sus sentimientos.
- * Agredir o humillar a hombres homosexuales o que viven su sexualidad de manera diversa.
- * Resolver problemas o diferencias con otros hombres usando violencia y golpes.
- * Rechazar el afecto o cariño de otros hombres.
- * El no poder expresar afecto o cariño a otros hombres.
- * Relaciones muy duras o distantes entre padre e hijo.
- * No permitir a los hijos expresar sus sentimientos o llorar.
- * Usar el término homosexual (maricon, marica) como un insulto.

Auto violencia o violencia a sí mismos

- * Represión de las emociones. Esto vuelve a los hombres incapaces de solucionar conflictos emocionales con ellos mismos, sus parejas o familiares y produce efectos psicológicos negativos.
- * No permitirse llorar.
- * No aceptar los aspectos o características femeninas que son propias y que todos tenemos.
- * No permitirse ser ellos mismos, sino obligarse a fingir para verse más masculinos, “más hombres”.
- * No permitirse expresar de forma afectuosa con otros u otras.

- * Obligarse a mostrarse siempre fuertes.
- * No permitirse tener lazos afectivos profundos con otros hombres.
- * Creer que si se siente cariño por otro hombre es sinónimo de homosexualidad.
- * No permitirse ser amigo de las mujeres por creer que las mujeres solo son objetos sexuales.
- * Reprimir la propia personalidad por miedo a ser juzgados.
- * Muchas veces estas presiones, el no poder expresar sus emociones lleva a los hombres a sentirse mal y frustrados y los empuja al uso excesivo de alcohol o drogas.
- * Muchos hombres cometen suicidio por la presión de aparentar siempre ser ***muy machos*** o por miedo de ser juzgado como homosexual por su forma de ser.



Actividad

Responde las siguientes preguntas

¿Crees que alguna vez o veces has intentado mostrarte como un “*verdadero hombre*”?

SI NO

¿Has mentido o fingido para que otros hombres te admiren y acepten?

SI NO

¿Para mostrarte más varonil, has ocultado tus emociones?

SI NO

¿Crees que el expresar emociones es algo solo de mujeres?

SI NO

¿Crees que te ha hecho daño de alguna forma el mostrarte fuerte e insensible?

SI NO

¿Alguna vez has llamado homosexual, marica o gay a un amigo por expresar su cariño o afecto por otro amigo?

SI NO

¿Sabías que la homosexualidad es totalmente normal y no tiene anda de malo?

SI NO

¿Te pasa que solamente borracho eres capaz de transmitir tus sentimientos y emociones a otras personas?

SI NO

Lee el siguiente relato y responde las preguntas

“ Adrián es un joven agricultor de 29 años. Muy machista. Piensa que las mujeres no deben estudiar ni salir a trabajar fuera de la casa. Se casó con Adriana, de 20 años. Desde hace unos meses viene presentando problemas de erección, ante lo cual Adrián no consulta con un doctor. Se ha tornado muy agresivo y deprimido. No desea hablar de ello con su esposa ni con nadie. Decidió vender la parcela que tenía, andar indiscriminadamente con muchas mujeres, celar en forma excesiva a Adriana y últimamente inventó la idea de irse del país hacia los Estados Unidos. Piensa irse solo, y le dijo a Adriana que lo hacía porque: “es muy fría, y ningún hombre se va a fijar en ella”, dice,” a mí no se me para porque vos ni para la cama sirves”. En los últimos días se ha vuelto más violento y ha llegado a golpear a Adriana. ”

...las mujeres a la casa!



¿Crees que Adrián es violento con Adriana?

.....

.....

.....

¿Qué tipos de violencia encuentras en el relato? (puedes regresar para consultar en las páginas anteriores donde se explican los tipos de violencia)

.....

.....

.....

¿Crees que su problema de erección tiene que ver con su forma de ser violenta y alejada de sus sentimientos?

.....

.....

.....

Subraya las opciones que crees que son correctas:

- * Visitar a un doctor podría ayudar a Adrián con su problema de erección.
- * La ira de Adrián y la violencia es un efecto de su mal manejo de emociones.
- * Adriana debería golpear a Adrián.
- * Acostarse con muchas mujeres le hace más hombre.
- * Las mujeres deben ser libres de estudiar y trabajar.
- * Las mujeres deben aguantar la ira de sus maridos.
- * Adrián podría sentirse mejor si hablara de sus problemas y emociones con sus familiares y amigos.
- * La violencia de Adrián con Adriana es machismo.

¿OTRAS MASCULINIDADES SON POSIBLES?

Aprendemos desde niños los roles de género tanto para la masculinidad como para la feminidad, muchas de estas ideas se han sostenido de generación en generación, pero hay otras formas de ser hombres y mujeres por fuera de estas ideas. Una de las herramientas más potentes para detener la violencia machista y la desigualdad entre hombres y mujeres y con personas LGBT, es luchar contra las formas de pensar y actuar que hemos discutido anteriormente y reflexionando activamente con nuestras familias, amigos y comunidad.

Una masculinidad diferente debe sostenerse sobre la oposición a la violencia, promoviendo prácticas y relaciones empáticas, amigables, cuidadosas, incluyentes, responsables y sensibles.

Vivir otra masculinidad o masculinidades no machistas, no patriarcales:

- * Nos permite vivir relaciones de pareja más saludables y justas.
- * Nos ayuda a controlar la necesidad de imponerse sobre otras personas.
- * Promueve formas más justas de vivir en sociedad.
- * Nos ayuda a que tengamos mejores vínculos con nuestros hijos e hijas.
- * Nos permite ser padres más involucrados en la vida de nuestros hijos e hijas. Y a entender que la crianza de los hijos e hijas es responsabilidad del padre tanto cómo de la madre.
- * Promueve la no violencia a niños y niñas.
- * Nos ayuda a sentirnos más seguros con nosotros mismos y con lo que somos.
- * Nos ayuda a entender de mejor manera nuestras propias emociones y las de los demás.



podemos construir relaciones sociales y amorosas SANAS

- * Nos permite entender que el trabajo del hogar también es nuestra responsabilidad y que deben ser compartidas entre hombres y mujeres por igual.
- * Nos permite criar a hijos e hijas más seguros/as de sí mismos/as.
- * Nos permite criar a hijos no violentos.
- * Nos permite criar a hijas libres.
- * Nos ayuda a frenar la violencia machista y la violencia sexual.
- * Nos permite desarrollar otras capacidades y cualidades positivas.
- * Nos ayuda a tener mejores relaciones sociales.
- * Nos ayuda a entender que no estamos por encima de las mujeres y a actuar de forma equitativa, igualitaria y justa.
- * Nos ayuda a tener relaciones sexuales más saludables y placenteras y a entender que las mujeres no son objetos, sino personas que también quieren tener relaciones sexuales sanas y placenteras.

Entonces, ¿cómo podemos hacer estos cambios para vivir otra masculinidad no violenta y saludable? Aunque no existe un manual que nos diga paso por paso qué hacer, existen varias formas de lograr cambiar nuestras masculinidades machistas y patriarcales, aunque es importante decir que estos cambios son procesos que toman tiempo y que es muy importante la reflexión personal, el compromiso y el trabajo colectivo.

Este compromiso de cambio lo hacemos con nosotros mismos y con la sociedad, para permitirnos vivir de formas saludables y plena, ya que al cambiar nuestra masculinidad contribuimos a que el mundo sea un mejor lugar y más seguro

Todos y todas a lo largo de nuestras vidas, experimentamos constantes cambios, lo importante es dirigir estos cambios hacia una mejor en la salud emocional y en nuestras relaciones con las personas que nos rodean como nuestras parejas, hijos, hijas, familias y comunidades.

Siete consejos para el cambio de masculinidades.

A continuación, encontrarás algunos consejos para poder avanzar a una masculinidad más igualitaria, no machista, no patriarcal.

1. Aprender sobre género

Es importante conocer y entender sobre los aspectos negativos de las relaciones de género. Podemos tomar la información aprendida en esta cartilla

para analizar y reflexionar sobre nosotros mismos y así tener más claridad de cómo quisiéramos mejorar.

2. Frenar la violencia

Es importante reconocer en nosotros mismos la violencia. Ya sea la que ejercemos hacia las mujeres de nuestro entorno, o contra otros hombres. Es importante saber que siempre hay otras formas de actuar, que no sea con violencia. Cuando sientas que vas a ser violento o vas a tener actitudes dominantes o de poder, intenta reflexionar, respirar hondo e intentar otras formas de reacción que tomen más en cuenta las emociones y bienestar de las otras personas. Muchas veces ayuda el diálogo, el hacer preguntas o expresar nuestros pensamientos o sentimientos verbalmente. Si sientes que no puedes controlarte y vas a tener una reacción violenta, intenta salir a dar una caminata o alejarte de la confrontación.

3. Fomentar la empatía

La empatía es el ejercicio de escuchar atentamente e identificarnos con los sentimientos y pensamientos de las otras personas. Es la capacidad de entender o sentir lo que otra persona puede estar viviendo. Es importante que trabajemos en desarrollar la empatía para poder relacionarnos con las personas desde el entendimiento de su realidad.

4. Sé responsable del cuidado

Este punto se refiere al cuidado propio y al de otras personas. Se ha creído que es un rol de las mujeres el cuidar de los hombres, de los y las wawas, de las personas ancianas o personas enfermas en la casa. Los hombres son responsables de cuidarse a sí mismos, de cuidar de los y las demás personas, de realizar los trabajos de cuidado. Es realmente necesario entender que las responsabilidades de cuidado deben ser igualmente compartidas entre todas las personas adultas del hogar, es necesario estar igual de involucrados en todas las actividades del trabajo en el campo, cuidado de animales, crianza de niños y niñas, etc.

**por una mejor salud
emocional para nosotros
y para las personas que
nos rodean**

5. Dale libertad a tu masculinidad y a la de otros

No tengas miedo de ser juzgado, no importa que digan los amigos o la gente, no hay forma de que un hombre deje de ser hombre. Permítete sentir, ex-

presarte, ser tú mismo, sin esforzarte o fingir ser duro o insensible. Intenta ser más afectuoso y dar abrazos y mostrar tus sentimientos a las personas que quieres. También es importante que aceptes las otras formas de masculinidad y defender la libertad de todos los hombres de ser como son sin que se burlen de ellos o sean violentados.

6. El respeto a personas LGBT

Es importante saber que la homosexualidad y las diferentes formas de sexualidad son normales y muy comunes. Debemos entender que las personas de las diversidades sexuales- LGBT son iguales a las personas heterosexuales y se merecen el mismo respeto que todos y todas.

Mitos y verdades de las masculinidades no patriarcales, no machistas.

-  Las masculinidades no patriarcales quieren romper la idea de hombre.
-  Las masculinidades no patriarcales buscan que cada hombre exprese su género como quiera.
-  El machismo solo es perjudicial para las mujeres.
 Los hombres también son víctimas del machismo: Una sociedad machista hace que los hombres sientan que deben actuar según el estereotipo de cómo tiene que ser su género y tengan recelo de mostrar vulnerabilidad.
-  Solo hay una forma de ser hombre, y es lo contrario a ser mujer.
 No hay una única forma de ser hombre: Cada hombre es libre de asumir la masculinidad como lo prefiera según su personalidad y todas las visiones son válidas.
-  Las masculinidades no patriarcales solo afectan a los hombres.
 Las masculinidades no patriarcales también afectan a las mujeres: Si cambian el machismo de la masculinidad, las mujeres ganan al vivir en una sociedad con menos violencia y más equitativa, igualitaria y justa.

CONCLUSIÓN

Cuestionar las relaciones de masculinidad existentes en nuestras familias, comunidades o círculos de amigos más cercanos, no es tarea fácil, ya que como hemos visto, la masculinidad se basa en estereotipos inalcanzables, pero que están muy presentes en nuestra crianza y cultura. Es por ello que debemos generar herramientas para transformar las masculinidades que se vive en las sociedades actuales, superando las generalidades, construyendo espacios de cuidado común y de largo plazo, donde se cuestione activamente la acción masculina en los diferentes espacios donde nos realizamos como seres humanos: la familia, el trabajo, en los grupos de hombres, en el ámbito de la sexualidad, las relaciones de pareja, en el juego, en la minga comunitaria, etc.

Solo el cuestionamiento cotidiano de las acciones masculinas y las condiciones sociales que lo rodean nos permitirá tener vidas sin violencia y la posibilidad de construir un mundo más justo y solidario entre hombres y mujeres.

BIBLIOGRAFÍA

- Badinter, E. (1993). *XY, la identidad masculina*. Bogotá: Norma.
- Bonino, L. (2001). *Masculinidad Hegemónica e Identidad Masculina*. Recuperado el 01 de junio de 2017, de <http://www.raco.cat/index.php/DossiersFeministes/article/viewFile/102434/153629>
- Connell, R. (2015). *Masculinidades*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Gutmann, M. C. (1999). Traficando con hombres: La antropología de la masculinidad. *Horizontes Antropológicos* (año 5, 10), 245–286.
- Kaufman, M. (1995). Los hombres, el feminismo y las experiencias contradictorias de poder entre los hombres. En L. Arango, M. León, M. Viveros (comp), *Género e identidad. Ensayos sobre lo femenino y lo masculino*. Bogotá: Tercer Mundo. (págs. 123–146)
- Olavarría, J. (2003). Los estudios sobre masculinidades en América Latina. Un punto de vista. *Anuario Social y Político de América Latina y el Caribe* (6), 91–98.
- Viveros, M. (2011). La masculinidad como objeto de investigación y preocupación social. En M. Viveros, *De quebradores y cumplidores Sobre hombres, masculinidades y relaciones de género en Colombia*. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia. (págs. 33–118).
- Viveros, M. (1997). Los estudios sobre lo masculino en América Latina. Una producción teórica emergente. *Nómadas* (6), 1–12.
- (2005) Hombres trabajando con hombres. Recuperado de: <https://www.shelter-forhelpinemergency.org/espanol/ciclo-violencia#:~:text=El%20ciclo%20de%20la%20violencia,del%20abuso%20con%20comportamientos%20amorosos>.
- Olea Herrera, Bastián (2018). La masculinidad hegemónica en la sociedad patriarcal. Recuperado de: <http://bastian.olea.biz/masculinidad-hegemonica-y-patriarcal/>

MIS ANOTACIONES

This image shows a single page of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

