

Si bien no hay un "modelo ideal" de hombre, el desafío es expresar nuestra masculinidad de una forma más equitativa hacia quienes nos rodean y más saludable para todas las personas.

¿TÚ QUE ELIGES?

Si te interesa conocer más sobre el tema, puedes ver videos, bibliografías y sitios de interés que preparamos para ti en este Código QR



Nuestra página Web:
<https://sidh.cdmx.gob.mx/>

Síguenos en:



@PDHCDMX



@PDHCDMX



IESIDH Ciudad de México



Masculinidad Tradicional o Hegemónica

Se refiere a la construcción social que se ha establecido a través del tiempo y que nos dice que "para ser verdaderamente hombres" debemos ser agresivos, racionales, proveedores, etc.; mientras que una "verdadera mujer" debe ser amable, emocional, cuidadora, etc.

De acuerdo a análisis sociológicos la masculinidad tradicional genera desigualdades entre hombres y mujeres, por ejemplo:

- Los puestos laborales de mandos altos son mayoritariamente ocupados por hombres.
- Existen trabajos que pagan menos a las mujeres, aun si realizan las mismas tareas que sus compañeros hombres.
- Luego de salir de sus empleos, las mujeres van a limpiar y cocinar en su casa, lo que se transforma en una doble jornada laboral.

¿Sabías qué...?

De acuerdo al INEGI, en nuestro país, alrededor de 19 millones de mujeres de más de 15 años de edad han experimentado violencia por parte de su pareja.

En 2021, hubo un total de 8,351 suicidios en todo el país. Los hombres tienen una tasa de 10.9 suicidios y las mujeres 2.4.

La Masculinidad Tradicional

manda a los hombres **callar sus emociones,** y diversos estudios psicológicos han revelado que no poner en palabras ciertos sucesos, provoca o empeora enfermedades.

¿Qué son las Nuevas Masculinidades?

Es la manera de expresar nuestras masculinidades mediante prácticas más respetuosas, igualitarias y sanas en todas nuestras relaciones (familiar, laboral, social, etc.) y con nosotros mismos.



¿Qué proponen las Nuevas Masculinidades?

Las nuevas masculinidades proponen un enfoque evolutivo y más inclusivo del concepto de masculinidad, desafiando las tradicionales nociones rígidas y estereotipadas asociadas al género

Se promueve la idea de que **la masculinidad no debe limitarse a la fortaleza física o a la supresión de las emociones,** sino que puede incorporar cualidades como la empatía, la sensibilidad y la colaboración

¿Cómo expresar una Nueva Masculinidad?



Autonomía en nuestro cuidado sin responsabilizar o dejar la tarea a una mujer "cuidadora"



Respetar a todas las personas física y psicológicamente



Demostrarles nuestro afecto, con sinceridad y respeto, a las personas que estimamos.



Corresponsabilidad en la crianza y cuidado de hijas e hijos



Respeto a las personas por su orientación sexual, identidad de género o expresión de género.



Responsabilidades compartidas del hogar



Aprender a solucionar nuestros conflictos de forma no violenta



Cuidado de la salud mental y manejo de emociones



Realizando autocuidado en alimentación, evita de ingesta excesiva de alcohol u otras sustancias nocivas, así como hacer deportes o alguna actividad física.