

# **De la resistencia al compartimiento: autocuidado de la salud e identidad masculina en contextos marginados**

## **From Resistance to Compartiment: Self-care of Health and Masculine Identity in Marginalized Contexts**

[Artículos]

**Carlos Arturo Olarte Ramos<sup>1</sup>**

Recibido: 31 de agosto de 2023

Aceptado: 26 de abril de 2024

Citar como:

Olarte Ramos, C. A. (2024). De la resistencia al compartimiento: autocuidado de la salud e identidad masculina en contextos marginados. *Campos En Ciencias Sociales*, 11(2), 58-72. <https://doi.org/10.15332/25006681.9958>



## **Resumen**

En este documento se comparte la experiencia del trabajo con varones en talleres de autocuidado de salud masculina realizados en contextos de marginación, en específico, en dos colonias de la ciudad de Villahermosa, Tabasco, en el sureste de México. Formó parte de una investigación cualitativa sobre varones, emociones y relaciones interpersonales, que tuvo el objetivo de explorar la vivencia de los hombres durante la pandemia por el Covid-19, además de la vulnerabilidad que presentan al vivir en zonas inundables. Se utilizó el taller como técnica de construcción del dato, ya que permite la reflexión a partir de la interacción constante de los participantes; para ello se realizó invitación cara a cara durante recorridos en las colonias, así como por entrega de volantes en la vía pública y red social WhatsApp. Se identificó resistencia de participación de los varones tanto por la dinámica social y laboral de la que forman parte, como por la significación sociocultural asignada al cuerpo masculino y la vulnerabilidad; ello indica la necesidad de establecer espacios de encuentro entre varones para reflexionar sobre la construcción social de la masculinidad, sus emociones y reconstruirse como sujetos con derecho a la afectividad.

**Palabras clave:** masculinidad, talleres con varones, emociones, vulnerabilidad.

---

<sup>1</sup> Doctor en Psicología. Profesor investigador en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco y docente en el Colegio de Bachilleres de Tabasco. Tiene reconocimiento como investigador nacional nivel 1 por CONAHCYT, perfil deseable PRODEP. Correo electrónico: [olarte4@hotmail.com](mailto:olarte4@hotmail.com); ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9534-5153>

## **Abstract**

This document shares the experience of working with men in male health self-care workshops carried out in contexts of marginalization, specifically, in two neighborhoods in the city of Villahermosa, Tabasco, in southeastern Mexico. He was part of a qualitative research on men, emotions and interpersonal relationships, which had the objective of exploring the experience of men during the Covid-19 pandemic, in addition to the vulnerability they present when living in flood-prone areas. The workshop was used as a data construction technique, since it allows reflection based on the constant interaction of the participants; for this purpose, a face-to-face invitation was made during tours in the neighborhoods, as well as by handing out flyers on public roads and on the WhatsApp social network. Resistance to male participation was identified both due to the social and work dynamics of which they are part and due to the sociocultural significance assigned to the male body and vulnerability; this indicates the need to establish meeting spaces between men to reflect on the social construction of masculinity, their emotions and reconstruct themselves as subjects with the right to affection.

**Keywords:** masculinity, workshops with men, emotions, vulnerability.

## **Naturaleza y origen del artículo**

El documento se desprende de un proyecto de investigación financiado por el Consejo de Ciencia y Tecnología de Estado de Tabasco (CCYTET), en México, a través de la convocatoria 2020 del Programa para el Desarrollo de la Ciencia y la Tecnología (PRODECTI).

## **Introducción**

En palabras de Seidler (2006, p. 211), “para llegar a los hombres es preciso escuchar lo que ellos mismos tienen que decir respecto de sus propias vidas y relaciones”, lo que hace prioritario la existencia de espacios para que hagan uso de su lenguaje y comuniquen su experiencia de vida; sin embargo, no basta con abrir escenarios para invitar a que la masculinidad haga patente sus emociones controladas y las que se permiten reconocer, sino que debe haber disposición de los sujetos para compartir lo que piensan y sienten. En un contexto donde la afectividad es vista como una manifestación de vulnerabilidad, esta necesidad se esfuma y se convierte en una resistencia que rechaza la ayuda de la otredad.

Esa fue la experiencia obtenida en talleres sobre autocuidado de la salud masculina que fueron realizados en noviembre de 2021, dirigidos a varones que viven en dos colonias con alto índice de violencia y marginación ubicadas en la ciudad de Villahermosa, municipio de Centro, estado de Tabasco, en el sureste de México. La respuesta para asistir y participar fue limitada, que dejó en evidencia lo que Seidler (2006) afirma: “Las masculinidades se convierten a menudo en performativas para ocultar a los demás las propias turbulencias emocionales internas” (p. 109).

La propuesta de trabajar el autocuidado de la salud masculina se originó después de haber realizado en septiembre y octubre de 2021, observación y entrevistas semiestructuradas a varones sobre las emociones vividas durante el periodo de la pandemia conocido como *cuarentena*, que formaron parte de una investigación cualitativa sobre emociones y relaciones interpersonales que los hombres establecieron durante la crisis sanitaria por el Covid-19.

La interacción que se tuvo con los informantes posibilitó que se identificara la situación de vulnerabilidad en la que se encuentran los varones al no acatar por completo las medidas preventivas ante el contagio por coronavirus, lo que evidenció prácticas limitadas respecto al cuidado que la población masculina tiene de su cuerpo, así como la resistencia a cambiar hábitos poco saludables.

Las colonias en referencia son Gaviotas Sur y Casa Blanca II, localizadas en la periferia de Villahermosa, sobre zonas rodeadas por pantanos y susceptibles a inundaciones en temporadas de lluvias; la primera está delimitada por el río Grijalva, y la segunda, por la laguna El Negro. Ambas presentan asentamientos irregulares, lo que detona la demanda de servicios públicos que no ha sido atendida debido a que no existe ordenamiento legal al respecto; además, el relleno de lo que antes eran vasos reguladores, permitido por el gobierno municipal para la construcción de viviendas, ha provocado la inestabilidad del terreno, y con ello, vulnerabilidad a las inundaciones.

Gaviotas Sur y Casa Blanca II son consideradas asentamientos con mediana incidencia delictiva por la Secretaría de Seguridad y Protección Ciudadana (Comité de Planeación para el Desarrollo del Estado de Tabasco [Copladet], 2019); los delitos con mayor índice en el municipio de Centro, donde se localiza Villahermosa, son trata de personas, robo con violencia, robo de vehículos, robo a casa habitación, robo a negocio, robo a transeúnte y narcomenudeo; además, la población mayor de 18 años que vive en Tabasco considera a la inseguridad y el desempleo como los principales problemas que aquejan a la entidad (Copladet, 2019).

En el caso específico del ejercicio de la violencia, en Tabasco se han hecho esfuerzos al respecto, como cursos y talleres sobre prevención de la violencia, relaciones de género y nuevas masculinidades (Instituto Estatal de las Mujeres [IEM], 2020; Instituto Electoral y de Participación Ciudadana de Tabasco [IEPCT], 2020; Universidad Juárez Autónoma de Tabasco [UJAT], 2020), con nulo impacto en las políticas públicas del estado, que se refleja en una incipiente cultura de la equidad de género en las organizaciones públicas y privadas, el constante riesgo al que se expone la salud de los varones y el aumento de manifestaciones de violencia.

Ese es el contexto en el que los varones de las colonias citadas construyen su dinámica, que desde 2019 enfrentó el embate del Covid-19, declarado como pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) el 11 de marzo de 2020. En México, el Gobierno Federal estableció la Jornada Nacional de Sana Distancia, popularmente conocida como *cuarentena*, con vigencia del 23 de marzo al 30 de mayo de 2020, que encerró en casa a la población. Al término, se estableció un Semáforo de Riesgo Epidémico por estados (Gobierno de México, 2022a), a partir del cual se delimitaron las

actividades públicas que eran permitidas en horarios específicos; esa realidad determinada por el índice de contagios configuró un imaginario colectivo llamado “nueva normalidad”.

En medio de la situación pandémica, Gaviotas Sur y Casa Blanca II registraron en 2020 dos inundaciones: la primera en septiembre, y la segunda, en noviembre, producto de las intensas lluvias de la época, del insuficiente —prácticamente nulo— servicio de alcantarillado y de la acumulación de basura en las calles, lo que detonó mayor tensión entre la población debido a que tuvo que enfrentar una enfermedad viral y los estragos de la naturaleza entre agua estancada y aguas residuales, con peligro de ataque de roedores y reptiles propios de la fauna de Tabasco, y con el riesgo de perder sus pertenencias al tener que salir de sus hogares para refugiarse en albergues o casas de familiares en zonas no inundables, ya que la ausencia posibilitó actos de vandalismo y robo.

Frente a los fenómenos de pandemia e inundación, los varones hicieron patentes los mandatos patriarcales para demostrar masculinidad, ya que se enfrentaron a situaciones donde se exige que sean ellos quienes velen por la mujer, hijos y propiedades. En ese sentido, ¿por qué existe resistencia para cuidarse a sí mismos?, ¿cuáles son las emociones que se permiten reconocer en escenarios de vulnerabilidad? El presente texto tiene el objetivo de reflexionar sobre la resistencia masculina ante las prácticas de autocuidado de la salud, a partir de la experiencia compartida en talleres con varones.

## **Intervención psicosocial con varones**

Las estrategias de prevención para evitar la propagación del Covid-19 generaron malestares físicos y psicológicos entre la población (Castellanos-Suárez y Olarte Ramos, 2022; Robles-Sánchez, 2021; Hernández Rodríguez, 2020). La situación se tornó más complicada cuando las medidas de cuidados se aplicaron en un escenario donde coexistían personas dolientes de alguna enfermedad o discapacidad, todavía más si se tenía algún familiar infectado con Covid-19, o bien, si se estaba en duelo tras la muerte de alguien allegado; la población sobrevivía entre el pánico y la paranoia provocadas por la incertidumbre en torno a la expansión de esta enfermedad; incluso se generó una psicosis colectiva, la cual se produce cuando un grupo de personas comienza a sentirse mal, sin que exista una razón física o ambiental para que se enferme.

Estudios al respecto (Lozano, 2020; Ribot et ál., 2020) indican que el distanciamiento social generó malestares psicosociales que atentaron contra la salud individual y pública: ansiedad, estrés, inseguridad, trastornos del sueño e irritabilidad, así como violencia, discriminación y disminución de las redes de apoyo, agudizando problemas latentes en la dinámica de la familia mexicana, sobre todo cuando se habita en zonas donde los conflictos son más evidentes, como la periferia de una ciudad. En palabras de Martínez de la Hidalga (2020), la población estuvo inmersa en una crisis sanitaria, social y económica desencadenada por una epidemia de un virus previamente desconocido, pero, además, en una histeria colectiva que fue considerada como otro virus que se transmitió más rápido y que afectó más.

Poner atención a las prácticas de los varones en ese contexto resultó necesario, porque este sector poblacional está asociado con el uso del poder, y, con ello, con el ejercicio de la violencia, que es una de las problemáticas cuya incidencia aumentó desde que se hizo oficial el confinamiento social (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [Unicef], 2021; Equis, 2020). Aunque en temas de violencia hay mayor foco en la transgresión hacia las mujeres, los varones también son víctimas de estas prácticas (National Sexual Violence Resource Center [NSVRC], 2018).

En ese sentido, Tabasco registra una tendencia en aumento de violencia de género contra las mujeres (Comisión Estatal de Derechos Humanos de Tabasco [CEDH], 2016) y contra ellos mismos, por lo que se hace cada vez más urgente generar alternativas de acción entre la población sobre esta problemática, pero desde el trabajo crítico con y para los varones.

Intervenir con la población masculina desde lo psicosocial representa una atención tal vez no solicitada, pero sí necesaria, toda vez que son ellos quienes las estadísticas indican como principales agresores en las relaciones interpersonales, no solo contra mujeres e infancias, sino contra otros varones (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [Inegi], 2022; Instituto Nacional de Estadística [INE], 2020; NSVRC, 2018; Instituto Nacional de las Mujeres [Inmujeres], 2012); además, representan un sector resistente a los cambios sistemáticos para establecer sanas relaciones interpersonales (Huberman y Tufró, 2012; Martínez Cáceres, 2009).

Las propuestas de intervención han tenido la pretensión de disminuir los daños que los hechos de violencia dejan sobre la población víctima. En el camino hacia la formulación de un modelo de atención psicosocial acorde con las consecuencias emocionales en varones que generó la pandemia por el Covid-19, las organizaciones y profesionales de la salud han recorrido un largo trayecto en el que el concepto de lo psicosocial ha implicado un cruce de caminos entre salud mental, derechos humanos, ayuda humanitaria y psicología social comunitaria (Salazar Serrano et ál., 2021; Gómez Hoyt et ál., 2021; Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2020).

En palabras de Alvis Rizzo (2009), el interventor es quien conoce las necesidades de la comunidad y es quien diseña una estrategia para intervenir un problema específico y estructurado a partir de una demanda social, en el cual el cambio es posible, pero solo si es planificado a partir de las personas que tienen el conocimiento adecuado de la sociedad, es decir, los interventores o intelectuales, quienes moldean el cambio; pero, además, será necesario el conocimiento de quienes integran el colectivo donde se pretende intervenir, para que a partir de sus experiencias surjan las acciones a realizar. Por ello es importante que la intervención se planifique, se diseñe y se realice en, desde, para y con la comunidad.

## **Reflexión sobre las masculinidades**

Como parte de la socialización de ser hombres, los varones se enfrentan a múltiples situaciones de riesgo que van desde prácticas de promiscuidad y adicciones a sustancias

psicoactivas, hasta accidentes, suicidios y prácticas de violencia tanto en contra de sus pares varones como de mujeres. En el contexto de pandemia, son ellos quienes más fallecieron por el Covid-19; datos de la OMS indican que del total de muertes registradas en el orbe entre 2020 y 2021 a causa del virus, 57 % corresponde a varones (BBC News Mundo, 2022); en México, el Inegi publicó que de los fallecimientos registrados en 2020 y 2021, Covid-19 fue la segunda causal, pero entre la población de hombres representó el primer factor de muerte (El Financiero, 2022), incluso, hasta lo que se llevaba contabilizado en junio de 2023 respecto a mortandad por Covid-19, 62 % corresponde a varones, siendo el rango de 65 a 69 años y de 60 a 64 años, los más afectados (Gobierno de México, 2022b). Estos datos evidencian la necesidad latente de intervención primaria con la población masculina para el cuidado de la salud y el establecimiento de dinámicas relacionales más sanas y equitativas con sus pares varones y mujeres, considerando que existe una rígida estructura de mandatos de género para la construcción social de los cuerpos.

Esta masculinidad con prácticas hegemónicas ha hecho que padezcan enfermedades del corazón, diabetes, tumores malignos, enfermedades del hígado, obesidad, problemas de salud asociadas a las adicciones, malos hábitos de alimentación y poca actividad física (Gobierno de México, 2018), además de que sean quienes más defunciones registran por accidentes. En palabras de Figueroa (2019), los varones se están muriendo, más que por enfermedades, por ignorancia, pero no por falta de información y conocimiento, sino por hacerse los machos, por aferrarse a un modelo patriarcal de masculinidad que les impone roles de género con los que deben mostrar hombría; es decir, deben ser proveedores, exitosos y protectores (Ramírez Rodríguez, 2020), así como enfrentarse a situaciones de riesgo detonadas por adicciones a sustancias psicoactivas, represión emocional, prácticas sexuales inseguras, mala alimentación y descuido de la salud física, mental y social.

Asimismo, los varones son el sector poblacional que acude menos a servicio médico, dado que existe una endeble coincidencia entre el horario de atención médica en instituciones de salud y la jornada de trabajo, lo que implicaría, en el caso de los varones que cuentan con esta prestación, gestionar permiso correspondiente que en muchos de los casos es negado, sobre todo en el sector particular; entre tanto, en el sector público es más probable que se permita la ausencia en el centro laboral para asistir a revisión médica, pero hay instituciones en que tal acción provoca la pérdida de un bono de asistencia y puntualidad, o bien, de eficiencia y productividad en el trabajador.

Esta realidad deja en claro que los varones, por un lado, se enferman por tener la creencia de que por ser hombres no necesitan ayuda de sus pares aun cuando se encuentran en situaciones de dolencia física; y, por otro, se enferman porque realizan prácticas de autocuidado sin prescripción médica, dada la creencia de que el cuerpo es una máquina que resiste. En todo caso, si se es hombre, está prohibido enfermarse; al respecto, es necesario debatir la construcción social de la masculinidad en un sistema patriarcal y heteronormado para dar paso a la reflexión sobre experiencias de masculinidad con prácticas de autocuidado y relaciones interpersonales más igualitarias.

## Método

Para explorar la vivencia emocional de los varones en el contexto de pandemia, se decidió realizar una investigación cualitativa con diseño de participación social, que implicó una fase diagnóstica y una fase de intervención propiamente dicha. Durante la fase diagnóstica se realizaron recorridos en las colonias Gaviotas Sur y Casa Blanca II, a partir de las cuales se hizo observación participante y se identificaron informantes clave para realizar entrevistas semiestructuradas; este acercamiento a la realidad social permitió determinar tres situaciones relacionadas con la salud de los varones: fortaleza sobrevalorada del cuerpo masculino, nula práctica de autocuidado y represión emocional. Considerando ese primer resultado se diseñó la fase de intervención, que consistió en la realización de talleres con la finalidad de movilizar experiencias y saberes de los varones respecto a la salud masculina; desde la concepción metodológica, el taller representa una oportunidad de interacción para analizar temáticas y reflexionar las experiencias de vida, sobre todo cuando se tratan situaciones particulares bajo un eje rector como el cuidado de la salud física, emocional y social.

Ander-Egg (1977) define el taller como una forma pedagógica de construcción de conocimientos que posibilita la comprensión de la realidad, para lo que se necesita una situación didáctica y la actuación de un equipo de trabajo a través de un programa concreto que impulse la participación responsable. De acuerdo con Cano (2012), el taller activa un proceso pedagógico sustentado en la integración de teoría y práctica, el protagonismo de los participantes, el diálogo de saberes y la producción colectiva de aprendizajes, operando una transformación en las personas participantes y en la situación de partida.

Lo anterior lleva a plantear que el taller representa un espacio para el encuentro de saberes que se construye a partir de la experiencia de los participantes bajo un eje rector para el diálogo, que posibilita una intervención más completa y un aprendizaje mayor respecto a la temática que se analiza, siempre y cuando exista la apertura de los sujetos para la diversidad de opiniones.

Como representa un espacio comunicativo, se consideró que el taller era el mecanismo más adecuado para dialogar en grupo con varones respecto a los resultados emanados de entrevistas realizadas en el marco de la investigación sobre varones, emociones y relaciones interpersonales en la periferia de la ciudad de Villahermosa; al respecto, se decidió programar esta dinámica que fuera, además, una forma para devolver, compartir y agradecer la participación de los varones informantes en el proyecto.

Trabajar talleres como parte de la metodología para la construcción del dato exige conocimiento tanto de la técnica como del contexto donde se aplique y del público a quien se dirija. En ese sentido, los talleres se planearon considerando la realidad reconstruida por los informantes en la fase de entrevista.

Como ya se mencionó, las colonias donde se intervino fueron Gaviotas Sur y Casa Blanca II, caracterizadas por alto índice de marginación y en constante riesgo por inundaciones. En cada una se organizó un taller con duración de tres horas; para ello se invitaron cara a cara a quienes fueron entrevistados, y se hizo extensiva a la población

másculina en general a través de volantes entregados en la vía pública. Como estrategia de reforzamiento para impulsar la participación en los talleres, el volante se envió a contactos particulares y grupos diversos en la red social WhatsApp, tanto de quienes realizaron el proyecto como de los responsables de la delegación de las colonias.

El primer taller se realizó en la colonia Gaviotas Sur, con el título *Varones y emociones: un encuentro entre nosotros*, que tuvo el objetivo de que los participantes reconocieran las emociones experimentadas en situaciones diversas, para que a través del compartimiento entre pares reflexionaran sobre el derecho masculino a la afectividad. Al respecto, se planearon dos dinámicas: a) *El juego de las emociones*, donde se explicó qué son, cómo se expresan y reacciones corporales de las emociones; y b) *Hombre emocional*, con el que se invitó a reconocerse como sujetos responsables de su salud emocional.

El segundo taller se efectuó en la colonia Casa Blanca II, con el nombre de *Reconocer y trabajar el duelo ante la Covid-19*; el propósito fue generar un espacio de sostentimiento emocional ante pérdidas provocadas por la pandemia, que contribuyera a la salud emocional de los varones. Para ello se explicó el significado y etapas del duelo, y se hizo la invitación para el compartimiento de experiencias al respecto.

## **Resultados**

La conformación de un grupo de varones para compartir vivencias y emociones en el contexto de pandemia fue complicado debido a que, además de las limitaciones que los propios hombres se establecen en la interacción con sus pares cuando se trata de hablar de sus sentires, venían de un tránsito prolongado de distanciamiento social y que algunos de ellos, a pesar de las restricciones en las relaciones interpersonales que evitaran el contagio, tuvieron que salir de casa para trabajar y generar el recurso económico que les permitiera sustentar los gastos familiares.

El taller en la colonia Gaviotas Sur se llevó al cabo por la tarde del sábado 20 de diciembre de 2021 en un espacio de una escuela primaria de corte público de la localidad, gestionado por la delegación municipal correspondiente. El centro escolar se ubica en la calle principal de la colonia y está rodeada de negocios formales y puestos ambulantes.

El día previo se hizo la invitación de forma presencial a través de la entrega de volantes en casas-habitación ubicadas en las vialidades aledañas a la escuela, y en la vía pública, abordando a la población masculina que caminaba en la zona; se identificó que por la hora en que se realizó la invitación, muchos de los varones no se encontraban en casa, y los que circulaban por la calle, o no vivían en la colonia o habitaban en áreas lejanas de la escuela. Aun así, se dio a conocer la realización del taller, bajo la premisa de ser un encuentro de varones para intercambiar experiencias sobre la salud física y emocional masculina.

La asistencia de los hombres al taller fue nula, por lo que se les abordó en la calle para invitarlos; primero aceptaron cuatro jóvenes que caminaban en grupo, luego dos que se

dirigían a su centro laboral, y finalmente dos adolescentes; en el orden en que fueron llegando se realizó realimentación del tema programado, ya no con la duración establecida en el programa sino considerando el tiempo que ellos habían destinado para participar.

Con esta experiencia previa y con el fin de motivar mayor participación de los varones para el segundo taller, se decidió que la actividad se realizara en el parque de la colonia, en este caso, Casa Blanca II, ya que representa un espacio público, abierto, de fácil acceso y recurrido por los habitantes de la comunidad; además se utilizó la estrategia de invitación para un convivio en el parque, donde una vez reunidos, degustar bocadillos para luego iniciar las dinámicas. La invitación para ello se realizó dos días antes de la actividad, a través de volantes divulgados en la red social WhatsApp en grupos comerciales de la colonia, con recordatorios en el día previo y en el día de realización.

El taller se realizó el sábado 27 de noviembre de 2021, por la tarde, y previo al comienzo, se hizo la invitación a los varones que viven alrededor del parque y a quienes estaban sentados en el espacio. Asistieron por periodos, seis personas: uno acudió como respuesta a la invitación, dos se acercaron por curiosidad, y otros tres, porque fueron abordados en el parque.

Aplicar las estrategias de invitación y llamados de atención para compartir vivencias emocionales, permitió conformar pequeños grupos de asistentes por cada taller realizado. La participación de los varones en las dinámicas representa un cúmulo de experiencias que decidieron socializar en un encuentro que consideraron seguro porque aceptaron asistir en compañía de un alguien que les conoce, por lo que hablar de sus emociones en un contexto de marginación en que se encuentra el lugar donde habitan, vulnerado por el fenómeno de la inundación y en peligro por una pandemia que no cede, les resultó menos complicado que hacerlo frente a desconocidos; la compañía de un amigo o compañero, sobre todo entre varones jóvenes, favoreció al diálogo, y dieron la confianza al equipo de investigación, que para ellos son sujetos desconocidos.

En cuanto a los varones que asistieron solos, el comportamiento generado fue más sobre la experiencia de enfrentar la pandemia y la inundación, pero no desde la cuestión emocional, sino desde las decisiones que tomaron para prevenir el contagio de la enfermedad y reconstruir lo perdido ante las lluvias.

En esa dinámica de entre decir y resistir la vivencia emocional, se establece un escenario de intimidad entre varones, fuertemente significativa para generar la apertura de su ser sujeto y dársela simbólicamente al otro. Bien lo afirma Cruz (2011), “al hablar de sus sentimientos, los hombres construyen lingüísticamente las significaciones afectivas y cognoscitivas de sí mismos”, lo que implica que, entre hombres, se habla de sí mismos cuando existe esa complicidad entre hombres para aceptar que son afectivos, que necesitan ser escuchados y que requieren la realimentación del otro, lo que permite a su vez mayor conocimiento de sí mismos.

Al socializar la vivencia registrada durante la Jornada Nacional de Sana Distancia en México, los varones reconocieron que hubo diversos momentos en que sintieron miedo, tristeza y coraje, y otros en que les provocaron felicidad y amor. Dejaron en claro el

miedo de contagiarse y de provocar malestar a sus familiares, tristeza por la incertidumbre laboral, familiar y comunitario generada por la crisis sanitaria; coraje por la impotencia de ayudar a personas afectivamente cercanas que fallecieron o que estuvieron enfermas por el Covid-19; felicidad de saber que existe una vacuna que puede evitar afectaciones graves en el organismo; y amor porque aumentó el tiempo de convivio con sus familiares. Compartieron que se han permitido llorar cuando platican sobre sus dolencias y sobre la lejanía que tienen con sus seres queridos. La principal figura a la que se acercaron para platicar sobre sus emociones fue la madre.

Refieren sentir estrés por las nuevas condiciones de la dinámica social, donde deben acatar medidas de seguridad como el uso de cubrebocas, lavado frecuente de manos y uso de gel antibacterial. Cuando se sentían agobiados, se desataban episodios de ansiedad, y muchas veces, pérdida de sueño.

Coincidieron en señalar que la crisis sanitaria fue una oportunidad para convivir con sus familiares, aprender entre sí y apoyarse mutuamente; sin embargo, llegó un momento de hartazgo al estar limitados en espacio y, en acciones, debido a que debieron permanecer encerrados para evitar la propagación de la enfermedad. Para algunos, la pandemia representó una desgracia o un castigo causada por la desobediencia y falta de cultura.

Existe una marcada creencia en la figura de un poder superior a quien se encomiendan para ser protegidos, por lo que al hacerlo, sienten confianza y seguridad; esta situación llama la atención porque siendo hombres buscan ser cuidados, alejándose de la creencia popular de que los varones no dependen de alguien, mucho menos que estén bajo la responsabilidad de alguien más. Sienten que las circunstancias no siempre tienen que ser buenas para poder sentirse bien y compartir ese bienestar con los demás.

Durante el encierro social, una forma de escape de la realidad fue entretenérse con los videojuegos y los teléfonos celulares, por lo que aumentó el consumo de estos aparatos y se agudizó el aislamiento social. Los amigos en ese contexto eran cuadros en la pantalla de una máquina, por lo que se rompieron los vínculos de afecto debido a la poca o nula convivencia presencial en los escenarios en que se desarrollan.

Este cambio en la convivencia humana, separada por una obligación para cuidar la vida y distanciada por dispositivos electrónicos, provocó una realidad lejana para establecer relaciones interpersonales más íntimas, donde haya empatía ante el bienestar y malestar de la otredad. El contacto consigo mismo es necesario para establecer el contacto interpersonal, porque “plantearse conocerse a sí mismos para conocer al otro y tener una intimidad consigo mismo para tenerlas con otros, resulta en principio fundamental para la vida personal y social” (Cruz Sierra, 2011, p. 198); es validar que los varones necesitan visibilizar su naturaleza humana social entre varones.

Por otra parte, el que ellos decidan enfrentar, tal como se espera por prescripción social para el género masculino, las situaciones de emergencia desde el espacio donde está presente el conflicto, da cuenta de un cumplir obligado de ser hombre, maquillado por un sentido de pertenencia a la comunidad a pesar de la marginación en que se encuentra.

Esta pertenencia y resistencia son formas demostrativas de la masculinidad que lleva implícita violencia simbólica hacia los varones, porque el quedarse en medio de situaciones de emergencia, como la inundación, más en momentos críticos de pandemia, representa un alto riesgo para los sujetos. En resumen, la resistencia se ha convertido en una cultura demostrativa de masculinidad.

## Conclusión

Toda crisis significa un desafío para la sociedad, ya que implica un cambio brusco en la dinámica individual o social, así como la adaptación a una realidad que se genera por la situación complicada, difícil e inestable en la cotidianidad. Ante ello, se deben identificar los recursos con que la persona o población cuenten, para generar alternativas de acción que ayuden a disminuir el impacto negativo de esa alteración, que si bien es cierto no se puede eliminar, sí es posible controlar para que el daño sea lo menos posible. Si la crisis se ve como una oportunidad de cambio, hay mayor disposición para aceptar la nueva realidad, lo que a su vez permite un proceso de adaptación más rápido y menos doloroso.

En el trabajo con varones se debe considerar las prescripciones sociales de género para construir su masculinidad, porque una de ellas es la creencia de la fortaleza que debe mostrar el cuerpo de hombre, lo que ha generado una resistencia para reconocerse como sujetos que pueden ser vulnerables o encontrarse en un estado de indefensión, por consiguiente, de buscar ayuda ante cualquier dolencia. Esto es una posible explicación de la limitada asistencia de los varones a dinámicas donde se les invita a mostrarse como personas que están en riesgo o que requieren trabajar la parte emocional, más cuando se trata de hacerlo frente a pares varones.

La experiencia registrada en los talleres de autocuidado para la salud masculina fue que, si bien hubo asistencia, la cantidad de participantes no fue la esperada, mucho menos la forma en que finalmente se realizaron las dinámicas. Esto lleva a pensar de los aciertos y desaciertos que se tuvo al respecto para replantear el trabajo con los varones.

Entre los aciertos está el que se realizaron las actividades de forma más directa con la población masculina, porque al ser pocos los participantes, permitió una mayor cercanía y más posibilidades de generar un ambiente seguro, sobre todo porque no había tanta gente para escucharse entre ellos. Entre los desaciertos, la falta de continuidad en los talleres generó poco impacto en el interés de los varones para asistir y participar, ya que en una colonia se realizó un taller distinto al efectuado en la otra, lo que rompe con la secuencia de temáticas abordadas, es decir, donde se realizó el primer taller no hubo el segundo, y en la otra, se hizo el taller dos, pero no el primero. Para evitar esta situación se sugiere planear las dinámicas a partir del contexto de cada colonia y que haya continuidad, para que, aunque la temática trabajada sea la misma, el abordaje sea a partir de las características del espacio, considerando, además, las peticiones que resulten de un primer taller para ser trabajados en los subsecuentes.

De la misma forma, se hace necesario que exista un acercamiento mayor con los varones y sus prácticas de cuidado en un escenario de igualdad, donde quienes intervengan sean percibidos como parte de la comunidad y la colectividad, y no como sujetos de conocimiento ajenos a la realidad de donde viven los varones con quienes se va a trabajar; ello implica que se genere un reconocimiento y pertenencia al lugar y a las personas. De la misma forma, se requiere que las dinámicas a realizarse se diseñen considerando la participación directa de los varones, no solo como informantes de entrevistas que aportan datos de utilidad, sino como actores que sugieren, deciden y determinen las acciones a realizar, apropiándose del proyecto y sintiéndose como sujetos que pueden transformar realidades; este trabajar en conjunto permitirá escuchar sus necesidades y sentires, así como sus percepciones de vida y de ser varones en comunidad, donde hay dolencias por superar y oportunidades para aprovechar.

Salas Calvo (2005) indica que “es preciso no perder de vista un punto de primordial importancia: atender la necesidad de acceder desde y con un código masculino; el trabajar con hombres requiere de un lenguaje masculino y de una escucha masculina” (p. 147), donde se permita el chiste, el humor, la anécdota, incluso, el doble sentido, para tener mayor cercanía entre pares y establecer un espacio y ambiente de confianza, lo que posibilita una apertura de sensaciones y emociones.

Aunque el trabajo con hombres denotaría que fuera solo con y entre hombres, se hace posible la participación de las mujeres en ese encuentro relacional, más cuando se busca que el trabajo sea con perspectiva de género. Hay varones que precisan del apoyo femenino, ya sea familiar, pareja o amistad, para reconocer que requieren involucrarse en actividades de cuidado de la salud. Ya en el desarrollo del taller, la misma dinámica entre varones dará pauta a que haya o no la presencia femenina, considerando que así como ellas conforman su grupo, ellos buscan también sentirse libres y seguros entre varones, donde el afecto se establezca, probablemente, con ese código masculino que De la Cruz et ál. (2019) han analizado: la caricia convertida en golpes y empujones. Claro está, tal postura pudiera generar debate, pero se hace necesario reconocer que muchos varones prefieren guardar silencio ante la presencia femenina en un trabajo que implica reconocimiento de emociones y de cuidado de la salud —esto para no sentirse vulnerables aunque el silencio mismo es indicador de vulnerabilidad—; asimismo, pudiera afirmarse que el no aceptar la condición de vulnerabilidad ante la otredad es sinónimo de comportamiento hegemónico, por lo que de nada servirá asistir y participar en un taller de salud masculina si no se está en disposición de aceptar sugerencias de quienes intervienen.

Por lo anterior, trabajar con varones en talleres sobre salud resulta a la vez un reto y una experiencia enriquecedora y comprometedora, ya que el resultado que se obtenga debe ser evaluado y dársele seguimiento para que los sentires expresados tengan eco y se direccionen a prácticas más conscientes y sanas de la vivencia de la masculinidad, en este caso, del cuidado de la salud.

La realización de talleres es generadora de conocimientos que permiten líneas de acción en lo psicológico, social, médico y educativo, que favorezcan la sensibilización de los varones respecto a sus emociones y las relaciones con sus pares. Por ello es evidente el

trabajo continuo con los varones para establecer diálogo sobre sí mismos y sobre sus pares varones, en un contexto donde se cuestione el mandato social de la masculinidad para replantearse como sujetos más sensibles a la afectividad.

## Referencias

- Alvis Rizzo, A. (2009). Aproximación teórica a la intervención psicosocial. *Revista Electrónica de Psicología Social Poises*, 9(17). <https://doi.org/10.21501/16920945.189>  
<https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/poiesis/article/view/189>
- Ander-Egg, E. (1977). *Hacia una pedagogía autogestionaria*. Editorial Humanitas.  
<https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2017/05/Hacia-una-pedagogia-autogestionaria-1977-Ander-Egg-Ezequiel.pdf.pdf>
- BBC News Mundo. (2022). *Covid: el número real de muertes por la pandemia en todo el mundo es de casi 15 millones*. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-61333739>
- Cano, A. (2012). La metodología de taller en los procesos de educación popular. *Revista Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales*, 2(2), 22-52.  
[https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art\\_revistas/pr\\_5653/pr\\_5653.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr_5653/pr_5653.pdf)
- Castellanos-Suárez, V. y Olarte Ramos, C.A. (2022). Cuerpo de hombre, emociones y afectos en la vulnerabilidad. Impacto psicosocial de la pandemia en la salud de los varones. *Ciencia y Sociedad*, 47(1), 31-43. <https://doi.org/10.22206/cys.2022.v47i1>
- Comisión Estatal de los Derechos Humanos de Tabasco. (2016). *Violencia de género y feminicidios en Tabasco. Perspectiva de atención a través del mecanismo de solución integral de conflictos*.  
<http://www.cedhtabasco.org.mx/datasys/programas/VdGyF.pdf>
- Comité de Planeación para el Desarrollo del Estado de Tabasco [Copladet]. (2019). *Programa Sectorial Seguridad Pública y Protección Ciudadana 2019-2024*.  
[https://tabasco.gob.mx/sites/default/files/users/planeacion\\_spf/Pro-Sec-Seguridad-Publica-Pro-Ciudadana.pdf](https://tabasco.gob.mx/sites/default/files/users/planeacion_spf/Pro-Sec-Seguridad-Publica-Pro-Ciudadana.pdf)
- Cruz Sierra, S. (2011). Sentido y práctica de la intimidad masculina. Una mirada desde los varones. *Sociológica*, 26(73), 183-207. <https://www.redalyc.org/pdf/3050/305026708007.pdf>
- De la Cruz García, G., Olarte Ramos, C. A. y Rodríguez Ruiz, J. (2019). Entre golpes y empujones, la comunicación afectiva entre varones universitarios. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21. <https://doi.org/10.24320/riedie.2019.21.e11.1887>
- El Financiero. (2022). *Covid-19 en México: murieron casi 100 mil personas más que las que reportó Salud, según Inegi*. <https://www.elfinanciero.com.mx/salud/2022/07/27/covid-19-en-mexico-murieron-casi-100-mil-personas-mas-que-las-que-reporto-salud-segun-inegi/>
- Equis, Justicia las Mujeres. (2020). *Las dos pandemias: violencia contra las mujeres en México en el contexto del Covid-19*. <https://equis.org.mx/las-dos-pandemias-violencia-contra-las-mujeres-en-mexico-en-el-contexto-del-covid-19/>
- Figueroa, J. G. (2019, 22 de noviembre). Los hombres se mueren más por hacerse los machos que por enfermedades. *El País*.  
[https://elpais.com/sociedad/2019/11/21/actualidad/1574354202\\_771940.html#:~:text=Juan%20Guillermo%20Figueroa%3A%20%2E2%80%9CLos%20hombres,enfermedades%2E2%80%9D%20%7C%20Sociedad%20%7C%20EL%20PA%C3%8DS](https://elpais.com/sociedad/2019/11/21/actualidad/1574354202_771940.html#:~:text=Juan%20Guillermo%20Figueroa%3A%20%2E2%80%9CLos%20hombres,enfermedades%2E2%80%9D%20%7C%20Sociedad%20%7C%20EL%20PA%C3%8DS)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [Unicef]. (2021). *La pandemia incrementó la violencia contra los niños y niñas en América Latina y el Caribe*. <https://www.unicef.org/lac/comunicados->

[prensa/la-pandemia-incremento-la-violencia-contra-los-ninos-y-ninas-en-america-latina-y-el-caribe](#)

- Gobierno de México. (2018). *La prevención entre los hombres: un tema de salud pendiente.* <https://www.gob.mx/salud/articulos/la-prevencion-entre-los-hombres-un-tema-de-salud-pendiente>
- Gobierno de México. (2022a). *Semáforo de riesgo epidémico.* <https://coronavirus.gob.mx/semaforo/>
- Gobierno de México. (2022b). *Covid-19 México. Información general.* <https://datos.covid-19.conacyt.mx/>
- Gómez Hoyt, B. M., Méndez Pruneda, K. P., Novak Villarreal, M. F. y González Ramírez, M. T. (2021). Manejo del estrés y miedo al Covid-19 desde la integración de los enfoques cognitivo-conductual y centrado en soluciones. *Psicumex, 11*(1), 1-24. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i2.408>
- Hernández Rodríguez, J. (2020). Impacto de la Covid-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica, 24*(3), 578-594. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es&tlang=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es&tlang=es)
- Huberman, H. y Tufró, L. (2012). *Masculinidades plurales: reflexionar en clave de géneros.* PNUD. <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/migration/ar/Masculinidades.pdf>
- Instituto Electoral y de Participación Ciudadana de Tabasco [IEPCT]. (2020). *Primera Jornada de Masculinidades Positivas.* [http://iepct.org.mx/docs/boletines/20201025\\_B000055.pdf](http://iepct.org.mx/docs/boletines/20201025_B000055.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística [INE]. (2020). *Estadística de Violencia Doméstica y Violencia de Género (EVDVG) Año 2019.* [https://www.ine.es/prensa/evdvg\\_2019.pdf](https://www.ine.es/prensa/evdvg_2019.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [Inegi]. (2022). Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) 2021. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/endireh/Endireh2021\\_Nal.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/endireh/Endireh2021_Nal.pdf)
- Instituto Nacional de las Mujeres [Inmujeres]. (2012). *Hombres que ejercen violencia contra sus parejas.* [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/101241.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101241.pdf)
- Instituto Estatal de las Mujeres [IEM]. (2020). *Cursos y capacitaciones presenciales.* <https://tabasco.gob.mx/cursos-y-capacitaciones-presenciales-2020>
- Lozano, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (Covid-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Revista de Neuro-Psiquiatría, 83*(1), 51-56. <https://dx.doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>
- Martínez Cáceres, A. (2009). Prevenir la violencia cambiando la forma de ser hombre entre los jóvenes. *Revista de Estudios de Juventud, 86*, 177-194. <https://www.injuve.es/sites/default/files/RJ86-12.pdf>
- Martínez de la Hidalga, G. (2020, 26 de abril). Coronavirus e histeria colectiva: análisis crítico de dos pandemias. *El Salto.* <https://www.elsaltodiarario.com/coronavirus/histeria-colectiva-analisis-critico-dos-pandemias>
- National Sexual Violence Resource Center [NSVRC]. (2018). *Estadísticas.* <https://www.nsvrc.org/es/node/4737>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2020, 27 de abril). *Covid-19: cronología de la actuación de la OMS.* <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline---covid-19>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2020). *Covid-19. Intervenciones recomendadas en salud mental y apoyo psicosocial (SMAPS) durante la pandemia.* [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52427/OPSNMHNMCOVID-19200026\\_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52427/OPSNMHNMCOVID-19200026_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Ramírez Rodríguez, J. C. (2020). *Mandatos de la masculinidad y emociones: hombres (des)empleados*. Conacyt-UdG.
- Ribot, V., Chang, N. y González, C. (2020). Efectos de la Covid-19 en la salud mental de la población. *Revista Habanera de Ciencias Médicas, suplemento 19*.  
<http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3307>
- Robles-Sánchez, J. I. (2021). Salud Mental en tiempos de pandemia: la pandemia paralela. *Sanidad Militar*, 77(2), 69-72. <https://dx.doi.org/10.4321/s1887-85712021000200001>
- Salas Calvo, J. M. (2005). *Hombres que rompen mandatos: la prevención de la violencia*. UNFPA, INAMU e Instituto WEM.
- Salazar Serrano, O., Arreola Romero, F. G. y Encinas Norzagaray, L. (2021). Manifestaciones psicológicas durante los primeros casos de Covid-19 en los usuarios sonorenses del Centro de Atención Telefónica de Intervención en Crisis. *Región y sociedad*, 33.  
<https://doi.org/10.22198/rys2021/33/1454>
- Seidler, V. (2006). *Masculinidades. Culturas globales y vidas íntimas*. Montesinos Ensayo.
- Universidad Juárez Autónoma de Tabasco [UJAT]. (2020). *Departamento de Estudios de Género*. <https://departamentodeestu.wixsite.com/estudiodegenero2018>