

Capítulo 10

Cuando la violencia social se vuelve violencia de género

Stella Maris Anaya

Universidad de Flores

stellamarisanaya@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-7469-8240>

“Nos matan la memoria, nos quitan
las ideas, nos queman las palabras. Si
la historia la escriben los que ganan,
eso quiere decir que hay otra historia.
Quien quiera oír que oiga”.

Litto Nebbia

¿Microexpresiones de machismo?

Voy a comenzar la introducción de este capítulo definiendo lo que es violencia social, la cual se refiere a cualquier acto de violencia hecho por personas desde adentro y hacia dentro de una comunidad, que puede incluir violencia física, económica, psicológica, etc. Es importante mencionar que la violencia de género es parte de la violencia social; y ocurre cuando alguien utiliza el poder o la fuerza para hacer daño o conseguir algo de otra persona a través de la violencia o de la intimidación, muchas veces en el ámbito de las relaciones interpersonales, aunque muchas otras no. La desigualdad social de los sexos es la principal causa de la violencia de género, que se perpetúa desde hace siglos y sigue siendo un problema

de relevancia en la actualidad. No hay dudas de que debe ser abordado si deseamos lograr una sociedad más justa e igualitaria.

Según Elisabet Cerrato Guri (2021), esta desigualdad transforma la violencia en un signo alarmante que exige respuestas en todos los niveles posibles, desde los derechos humanos en adelante. Algo desigual es algo diferente. El problema más grave es que hemos naturalizado la inequidad sin cuestionamientos desde la cuna. Lo que hace difícil identificar cuáles son los derechos vulnerados si estos han estado presentes desde el principio de la vida de una persona. La normalización de la desigualdad y de la violencia en nuestra sociedad necesita un abordaje a nivel individual y social.

La violencia de género es una realidad que se reproduce constantemente en los diferentes sistemas de los distintos países. Lamentablemente, muchas veces la falta de pruebas se convierte en un obstáculo poderoso del patriarcado que impide la justicia y perpetúa la impunidad hacia los agresores. Las mujeres suelen ser las únicas testigos de los hechos de violencia perpetrados contra ellas mismas, lo que hace que la “falta de pruebas” se convierta en una herramienta útil del patriarcado para silenciarlas y deslegitimar sus denuncias. Incluso en casos donde hay infancias que ven vulnerados sus derechos en situaciones de violencia de género se pasan por alto los mismos, perpetuando la impunidad y el sufrimiento.

Se llega a ello es porque no se tienen en cuenta ni se abordan las expresiones más pequeñas.

Antes de seguir con la introducción, quisiera aclarar la diferencia entre los conceptos igualdad de género y equidad de género para poder acompañar y ayudar a una lectura más comprensiva de este texto. La igualdad de género y la equidad de género son dos conceptos diferentes pero complementarios en la promoción de la igualdad entre hombres y mujeres. La igualdad de género se refiere a la igualdad de derechos, oportunidades y responsabilidades entre hombres y mujeres, sin discriminación por razones de género, es decir, implica tratar a todas las personas

de manera igualitaria. Por otro lado, la equidad de género se refiere a la justicia y la eliminación de las desigualdades históricas existentes entre hombres y mujeres, considerando las diferentes necesidades y situaciones que puedan presentarse. La equidad de género implica reconocer y abordar las desigualdades y brechas existentes entre hombres y mujeres y trabajar para corregirlas y garantizar una igualdad efectiva.

Es importante destacar que la equidad de género implica un enfoque más amplio que considera las diferencias de poder y las desigualdades históricas existentes entre los géneros y busca corregirlas mediante medidas específicas. Un ejemplo de ello es la implementación de leyes de cuotas en asambleas ciudadanas o empresas para garantizar una representación igualitaria de hombres y mujeres en posiciones de poder. En resumen, tanto la igualdad de género como la equidad de género son fundamentales para promover la igualdad efectiva entre hombres y mujeres en la sociedad; pero, sobre todo, con la equidad de género considerando de manera más amplia las desigualdades históricas y las diferencias de poder entre los géneros.

Volviendo al contenido del capítulo, procedo a hablar sobre el concepto de microexpresiones y su relación con la violencia de género. En general, las microexpresiones se refieren a las expresiones faciales o corporales que comunican algo sin usar palabras, y suelen ser muy sutiles o breves. En el contexto de la violencia de género, se refiere a las expresiones (verbales o no) o gestos que pueden indicar una actitud o comportamiento violento hacia una persona de género femenino, y muchas veces son normalizadas en la sociedad a pesar de su gravedad para la víctima. A pesar de que el término “micro” puede dar la impresión de que estas expresiones son insignificantes, en realidad pueden tener un gran impacto en la vida de las personas afectadas.

La raíz del femicidio y de la violencia de género en general no se encuentra solo en las acciones más evidentes y trágicas que se sancionan públicamente, sino en las pequeñas actitudes cotidianas que perpetúan los micromachismos. El término “micromachismo” fue acuñado por el psicote-

rapeuta Luis Bonino (2022) en 1990, y se refiere a un abanico de conductas interpersonales que impregnan los comportamientos masculinos en lo cotidiano. Según Bonino, la educación que reciben los varones les da una “visión racional” de la vida y con ello un poder moral legitimado desde la sociedad entera. Esto los convierte en expertos en las maniobras que conforman los micromachismos, y los perpetúan sin darse cuenta. Las pequeñas tiranías que resultan de estos comportamientos impregnan la vida cotidiana, y hacen injusta la vida de las mujeres que sufren sus consecuencias.

Es importante considerar que, para abordar la problemática de la violencia de género, es necesario prestar atención a las pequeñas actitudes (los micromachismos) que sostienen esta violencia, ya que estos comportamientos pueden ser el origen de situaciones más complejas y violentas. Por lo tanto, es necesario que todas las personas tomen conciencia de estos comportamientos y trabajen juntos para erradicarlos de la sociedad.

Estas expresiones y acciones aparentemente pequeñas, como el mansplaining y el acoso callejero, contienen niveles de privilegio y violencia que muchas veces se naturalizan. Por ejemplo, el mansplaining es cuando un hombre explica un tema a una mujer, incluso si ella está más capacitada que él en el área, lo que denota un grado de desprecio hacia la inteligencia y la autoridad femenina. El acoso callejero implica hacer comentarios no solicitados sobre el cuerpo de las mujeres en espacios públicos, lo que puede generar un ambiente incómodo e inseguro para ellas. Finalmente, el hecho de que los hombres se alejen de las tareas domésticas y de la crianza de sus hijos, a menudo dejando esta responsabilidad en manos de las mujeres, también es una expresión naturalizada de la violencia, ya que niega a las mujeres la igualdad y perpetúa una jerarquía de género.

Hay varias razones por las que los micromachismos pasan desapercibidos en la sociedad. Una de ellas es que a menudo se manifiestan de forma sutil y son considerados normales y aceptables dentro de la cultura y las normas sociales. Además, debido a la falta de conciencia y educación sobre el sexismo y la desigualdad de género, estos comporta-

mientos pueden ser percibidos como inofensivos o sin importancia. Sin olvidar que existen barreras culturales y de género que pueden impedir que seamos sensibles a estas formas de discriminación, como, por ejemplo, la normalización del rol de la mujer en tareas del hogar y cuidados, lo que puede impedir la identificación del sesgo en su entorno cotidiano. Para avanzar en la lucha contra el sexismo, es fundamental aumentar la conciencia y la educación en torno a estas cuestiones y trabajar para desafiar las nociones hegemónicas de género y roles de las mujeres y los hombres en la sociedad.

El concepto de género es fundamental para comprender las dinámicas sociales y culturales relacionadas con la discriminación y la desigualdad en la sociedad. En este sentido, ampliar el conocimiento sobre este tema puede ayudarnos a entender mejor cómo se manifiestan los comportamientos machistas y cómo luchar contra ellos.

El resto del capítulo desarrolla estos temas con mayor detalle, abordando cuestiones como la construcción social de las diferencias entre hombres y mujeres, y las distintas formas de discriminación y violencia de género. El análisis de estos temas nos permite tener una visión más completa de cómo se reproduce la discriminación y la desigualdad en la sociedad, y cuáles son las posibles estrategias para combatirla. Además, se presentarán ejemplos concretos para ilustrar la complejidad del género y su relación con otros factores de poder. En definitiva, el objetivo de este capítulo es contribuir al fortalecimiento de la conciencia y la educación en torno a las cuestiones de género, con la finalidad de transformar las relaciones sociales y avanzar hacia una sociedad más justa e igualitaria.

Comencemos con uno de los temas más comunes: la maternidad, que no debería ser una limitación para el desarrollo profesional de una mujer. Es importante respetar las elecciones de todas las personas, especialmente cuando se trata de la maternidad. Sin embargo, algunas mujeres pueden sentirse subyugadas por el peso social de la maternidad y verse obligadas a priorizar las exigencias de la maternidad sobre sus propios

deseos. Si esto ocurre de forma libre y consciente, no hay nada que objetar, pero si se trata de un mandato social, se convierte en un problema.

Es importante tener en cuenta que las tareas de crianza son un trabajo agotador que requiere una disponibilidad 24/7. Los padres y las madres deben tratar la crianza como un trabajo en equipo que redundará en beneficios para todas las partes implicadas. Además, no se debería juzgar a nadie por sentirse cansado después de una extensa jornada de crianza, ya que es un trabajo muy duro que requiere mucha dedicación.

A nadie se le ocurriría decirle a otra persona que no tiene derecho a estar cansada luego de una extensa jornada de trabajo. ¿Por qué tanta gente siente que eso está habilitado para decirles a las personas que maternan? Las tareas de crianza son un trabajo, agotador, sin descansos ni francos. Con una disponibilidad 24/7 los 365 días del año. Las expresiones tales como: “¿De qué te pudiste haber cansado si estás todo el día en casa?” tienen que pasar a la prehistoria y hacer de la crianza un trabajo en equipo que redundará en beneficios para las figuras parentales y para las personas a ser criadas.

La invalidación de las sensaciones de las personas es un problema grave, debido a que puede llevar a la pérdida de confianza y autoestima. Cuando se trata del reconocimiento personal y la maternidad, esto puede ser especialmente perjudicial, ya que se trata de un ámbito en el que las personas suelen poner mucho esfuerzo y dedicación. La falta de reconocimiento puede conducir a sentimientos de frustración, insatisfacción y desánimo, lo que puede tener un impacto negativo en la salud mental y emocional de las personas afectadas. Por lo tanto, es esencial prestar atención a este tipo de situaciones y trabajar para fomentar la valoración y el reconocimiento adecuados de las personas.

La construcción de vínculos es un proceso que requiere tiempo y dedicación por parte de todos los involucrados. No basta con que una sola persona se esfuerce por mantener una buena relación, sino que se necesita el compromiso y la cooperación activa de todas las partes. Esto implica

estar dispuestos a escuchar y comprender las necesidades y expectativas de los demás, así como a expresar las propias de manera sincera y respetuosa. Los vínculos sólidos se basan en la confianza, el respeto mutuo y la comunicación abierta y honesta, y son el resultado de un esfuerzo continuo por mantener y fortalecer la relación. Por lo tanto, es importante cuidar y cultivar los vínculos que tenemos con las personas en nuestra vida; y cuanto más si esas personas son nuestra pareja o nuestros hijos e hijas.

Entonces, las microexpresiones machistas son una forma de violencia simbólica que puede ser muy perjudicial para las mujeres y para la sociedad en general. Estas manifestaciones sutiles de sexismo pueden incluir gestos, comentarios, bromas y actitudes que transmiten una visión de las mujeres como objetos o personas inferiores. Estas microexpresiones pueden ser tan comunes y arraigadas en la cultura que a menudo se consideran normales y pasan desapercibidas para muchas personas. Es alarmante que quienes critican estas manifestaciones de sexismo suelen ser tachadas de exageradas o locas, lo que demuestra la falta de comprensión y la normalización del machismo en nuestra sociedad. Es importante denunciar y combatir estas microexpresiones machistas en todos los ámbitos de la vida para lograr una sociedad más igualitaria y justa.

Algunas expresiones sociales, que muchas veces tienen su semilla en las nombradas, devienen en violencia de género, entendiendo la misma como en la ley argentina 26485 que la define en su cuarto artículo:

Se entiende por **violencia contra las mujeres** toda conducta, acción u omisión, que de manera **directa o indirecta**, tanto en el ámbito público como en el privado, basada en una relación desigual de poder, afecte su vida, libertad, dignidad, integridad **física, psicológica, sexual, económica o patrimonial**, como así también su seguridad personal. Quedan comprendidas las perpetradas desde el Estado o por sus agentes.

Se considera violencia indirecta, a los efectos de la presente ley, toda conducta, acción omisión, disposición, criterio o práctica discriminatoria que ponga a la mujer en desventaja con respecto al varón.

De techos de cristal, pisos pegajosos y losas de hormigón

Seguiré este capítulo hablando de techos, pisos y losas. Pareciera un compendio de arquitectura. Pero no. Tiene que ver con la fuerza impuesta hoy en la vida de las mujeres. Si tuviera que agregarle otro título, probablemente escribiría: De la (de)construcción de la sociedad basada en el patriarcado.

Desde hace un tiempo me pregunto: ¿Qué nos lleva a que las mujeres tantas veces dejemos nuestros sueños, proyectos, deseos y hasta la vida misma en situaciones de injusticia? Estas conductas de las que habla la ley, por acción u omisión, de una forma directa o indirecta, se han edificado a lo largo de los siglos y algunas están tan naturalizadas que las damos por ciertas sin pensarlas. La idea de este capítulo es comenzar a vislumbrar cuáles son los cimientos que perpetúan las desigualdades como para que de a poco podamos ir trabajándolos. Todos queremos dejar una sociedad más justa y equitativa para nuestros descendientes. Es importante que hombres y mujeres nos aunemos para ello.

Pero ¿por qué hablamos con estos contenidos tan arquitectónicos? Lo hacemos porque estamos partiendo de una filosofía de conocimiento conocida como constructivismo. Tal como su nombre lo indica, el constructivismo sostiene que las personas construimos nuestra propia percepción de la realidad en lugar de recibirla pasivamente de nuestra experiencia. Como parte activa en la vida, somos quienes construimos la realidad en la que vivimos. Las sociedades también son consideradas constructos, y nuestra imagen de la realidad está en construcción constante. Es decir, está mucho más relacionada con la significación que los humanos le damos a las cosas que a las cosas en sí mismas. Por tanto, si queremos comprender la realidad que nos rodea, debemos entender cómo construimos nuestras percepciones y nuestras realidades. De ahí la importancia de estos contenidos arquitectónicos en esta filosofía de constructivismo y en la comprensión de la realidad.

Sin embargo, y para cierto entendimiento mutuo, compartimos una realidad convencional en mayor o menor medida, nuestra imagen mental de ciertos conceptos puede ser diversa. Por ejemplo, todos los hispanohablantes entendemos el significado de palabras como “plato”, “hombre” o “mujer”, pero es posible que tengamos diferentes juicios, prejuicios y valores asociados a estos conceptos. Por lo tanto, es importante explorar y reflexionar acerca de qué significan estos constructos para cada uno de nosotros, y así podamos llevar a la práctica en nuestra vida cotidiana lo que creemos entender en la teoría. Se trata, por lo tanto, de analizar y cuestionar cómo entendemos y aplicamos ciertos conceptos en nuestra vida diaria y en qué medida podemos lograr un entendimiento mutuo a través de la reflexión y el diálogo constructivo.

En esta realidad de la que venimos hablando se encuentran todos aquellos elementos que conforman nuestra existencia como individuos y como sociedad. Es en ella donde se establecen las normas y leyes que rigen nuestras vidas, así como los derechos y las obligaciones que debemos cumplir. Además, esta realidad nos otorga la oportunidad de construir nuestro presente y sentar los cimientos de un futuro mejor, aprendiendo de los errores del pasado y evolucionando como sociedad con el paso de las generaciones. Cada experiencia, cada situación, cada obstáculo que encontramos en esta realidad es una oportunidad para aprender y crecer, y es en este proceso de evolución donde se encuentra el verdadero valor de la vida. Por eso, es importante estar conscientes de nuestra realidad y trabajar juntos para construir un futuro más justo y equitativo para todos.

Desde que nacemos, nos encontramos inmersos en una sociedad que nos otorga un nombre, un apellido y una jerarquía. A lo largo de nuestra vida, esta sociedad nos proveerá o nos quitará privilegios, dependiendo de una multitud de factores como nuestra raza, género, orientación sexual, clase social, entre otros. Sin embargo, es necesario cuestionarnos si somos o no conscientes de estos privilegios y de cómo estos afectan nuestra relación con los demás y con el mundo que nos rodea. Tomarnos

el tiempo para reflexionar sobre estas cuestiones nos permitirá ser agentes de cambio y trabajar hacia una sociedad más justa para todos.

Pero ¿qué es un privilegio? Según la RAE, es la exención de una carga, un gravamen, una obligación o una norma que una persona con autoridad concede a otra de forma excepcional. Es decir que *esa carga existe; y que si una persona no tiene es porque la tiene otra*. Entonces... ¿Quién decide los privilegios en los marcos públicos? ¿Quién los decide en los privados? Aquí podemos pensar también en quién puede ser la autoridad: ¿un juez, la sociedad, la familia?

En el marco público, los privilegios suelen ser decididos por las autoridades gubernamentales correspondientes, como los legisladores o los funcionarios de alto rango. Esto puede incluir la exención de ciertos impuestos o la concesión de ciertos derechos o beneficios a ciertos grupos de personas o empresas. En el ámbito privado, los privilegios son decididos por los propietarios de las empresas o las personas que tienen una posición de autoridad en una organización. Por ejemplo, el acceso a cierta información confidencial o a programas de capacitación exclusivos que podrían ser considerados privilegios de un ambiente empresarial.

En última instancia, la decisión sobre quién tiene derecho a un privilegio depende de la autoridad que tiene la capacidad de concederlo. En algunos casos, como el sistema judicial, existen mecanismos legales para impugnar ciertos privilegios que se consideren injustos o inapropiados. En el marco social los privilegios naturalizados no se explicitan: y recordemos que, lo que no se nombra, no existe.

Otra acepción de la definición es un “Documento en que consta la concesión de un privilegio”. Hace unos años, en la República Argentina, las libretas de matrimonio estaban llenas de obligaciones, pero solo para las mujeres. Esa omisión daba un privilegio a los hombres. Ellos no estaban obligados a nada. Además de su significado como registro oficial, la palabra “privilegio” también se utiliza para hacer referencia a un derecho o ventaja que se concede a una persona o grupo de personas en

particular. En el contexto de la historia argentina mencionada, se hacía referencia a un privilegio de género que se otorgaba a los hombres al tener menos obligaciones en las libretas de matrimonio en comparación con las mujeres. Este tipo de privilegios, aunque pueden parecer sutiles, son capaces de generar un impacto significativo en la igualdad y justicia social, y es importante que se reconozcan y se aborden.

La tercera definición del diccionario dice: “Don o ventaja excepcional y exclusiva de que disfruta una persona.” Y aquí tendríamos que pensar: ¿una persona o un grupo de personas? ¿Es lo mismo una persona que disfruta un privilegio pues se lo ganó o una que lo tiene solo por el lugar, forma, sexo o color con que nació? Esta tercera definición nos lleva a cuestionar quiénes son las personas que disfrutan de privilegios. ¿Se trata solo de un individuo que ha trabajado duro para obtenerlo o de un grupo de personas a quienes se les ha otorgado este privilegio simplemente por su lugar de nacimiento, género o color de piel? Es importante reflexionar sobre estas cuestiones, ya que los privilegios pueden ser utilizados para perpetuar la desigualdad y la discriminación en la sociedad. Es fundamental trabajar hacia una sociedad donde a ninguna persona se le otorgue un trato diferencial basado en factores que están fuera de su control.

También, es necesario resaltar la complejidad que enfrentan muchos varones al tener que reconocer los privilegios a los cuales acceden por el solo hecho de ser hombres. Luis Bonino (1998), plantea que mientras para algunas mujeres este proceso puede ser enriquecedor, para los varones puede generar una posición ética compleja y conflictiva. Es más difícil denunciar públicamente los micromachismos y los privilegios que condenar un femicidio, porque el hacerlo puede significar ser considerado un traidor al “club de los varones” o como un mago que denuncia los trucos; aunque estos impliquen dominación, porque amenazan la masculinidad hegemónica. Es importante destacar que en muchos casos la exclusión y el castigo han sido aplicados históricamente a aquellos que cuestionan el statu quo. El dejar de pertenecer a distintos grupos, será el castigo para quien revise su masculinidad.

Los micromachismos pueden ser coercitivos, encubiertos y de crisis

En los primeros, dice el autor, encontraremos algunos más sencillos de observar; como la intimidación, por ejemplo, cuando la mujer deja de hacer algo o lo hace a escondidas pues tienen miedo de la agresión o abuso, con lo cual, en el transcurso del tiempo, el varón no es llamado a estar disponible para nadie más que no sea él mismo.

Otro micromachismo es el control del dinero en la pareja, basado en la creencia de que el dinero es parte de los derechos masculinos, obviando muchas veces el valor económico de los trabajos domésticos que sostienen al resto de la vida. Muchas veces a la mujer que no trabaja fuera de la casa se la trata de “mantenida” en tono despectivo. Me interesa la circulación del concepto de “sostenido” también. Significa que un hombre que trabaja fuera de su casa es un sostenido por las innumerables tareas que hacen que pueda salir a hacerlo. No le pondría tonos despectivos a ninguno de los estados, entendiéndolos como complementarios. Mantener y sostener son necesarios para llevar a cabo una vida en común, sobre todo cuando hay trabajos de crianza que hacer. La no participación en lo doméstico también es un micromachismo.

Hay personas que piensan que el tiempo y el espacio masculinos son preponderantes, con lo cual muchas veces la vida tiene que girar en torno a sus tiempos o a sus aficiones, y en innumerables ocasiones las mujeres se ven obligadas a acomodar sus tiempos a los que sus parejas les “ceden”, aunque sean muy importantes como una visita al médico.

Este tipo de pensamiento refleja una mentalidad patriarcal que asigna roles y responsabilidades de género específicos a hombres y mujeres. Sin embargo, es importante recordar que tanto el tiempo como el espacio son recursos limitados que deben ser compartidos y distribuidos de manera equitativa entre todas las personas, independientemente de su género. Es fundamental fomentar una cultura de respeto y colaboración en las relaciones de pareja para que ambos miembros tengan la capacidad

de tomar decisiones sobre sus vidas y tiempos de manera autónoma y en igualdad de condiciones.

Los machismos encubiertos son los sutiles y silenciados por la cultura, funcionan como la gota que orada la piedra, y cuando la mujer “estalla” es una exagerada.

La delegación del cuidado de terceros, incluyendo aquellos a cargo de hijos y padres propios en las mujeres, fomenta una actitud egocéntrica y limitante en las relaciones familiares, con frases como “Deja que me ocupe de ello” o “No me digas lo que tengo que hacer”.

Esta actitud permite el desconocimiento de las necesidades y tiempos de otros miembros de la familia y termina siendo más violenta aun cuando se le señala alguna tarea no realizada.

Autojustificarse es la excusa perfecta para evadir la responsabilidad, implica el pensamiento machista de: “Eso no es mi tarea” pero: ¿cuántos varones conocemos que en relaciones heterosexuales ponen en funcionamiento el lavarropas tan frecuentemente como su compañera?

Es importante destacar que la opinión y percepción de la sociedad en general a menudo ve al hombre que ayuda en las tareas de la casa como un héroe, cuando en realidad, solo está asumiendo una parte de la responsabilidad que le corresponde para lograr una vida de pareja equitativa. Si es ayuda, todavía carece de implicación real.

En las relaciones de pareja, los micromachismos de crisis suelen darse cuando hay desequilibrios de poder y se utilizan para que el hombre no tenga que cambiar ciertos hábitos de superioridad. Por ejemplo, un micromachismo de crisis es el hipercontrol del tiempo de la mujer para evitar quedar en un segundo plano, el pseudoapoyo que implica acompañar a la mujer en su desarrollo profesional, pero sin un balance justo de lo doméstico, o el victimismo en el que a veces se cae, como cuando se dice “ya estuviste leyendo sobre feminismo” o “yo no sé quién te pone esas ideas en la cabeza”, subestimando así la capacidad de la mujer de

razonar sobre las situaciones que se le presentan. Estos micromachismos pueden tener efectos dañinos en la relación de pareja y reforzar un sistema de dominación masculina que impide a la mujer tomar decisiones y ser considerada como un igual.

De todas maneras, aunque a nivel social podamos ver los privilegios... ¿es una cuestión de educación formal? ¿Será así dentro de ámbitos más “educados” como los académicos? ¿Existirá la equidad, la igualdad de géneros en esos ambientes?

Dentro de ámbitos más “educados” como los académicos, todavía existen desigualdades de género y discriminación contra las mujeres. A pesar de los avances en la lucha por la igualdad de género en muchos países, aún queda mucho por hacer para lograr la equidad y la inclusión real en todos los ámbitos de la sociedad. En el mundo académico, por ejemplo, las mujeres a menudo enfrentan barreras en términos de acceso a oportunidades, reconocimiento y promoción. También pueden encontrarse con actitudes de género discriminatorias y sesgos inconscientes en la evaluación y el reconocimiento de su trabajo. Es importante que se aborden estas cuestiones de manera estructural y se promueva un cambio cultural hacia la igualdad de género en todos los ámbitos de la sociedad. Esto no solo es esencial para garantizar la justicia social, sino también para aprovechar todo el potencial de talentos disponibles y lograr un futuro más inclusivo y sostenible. Esta falta de oportunidades genera frustración e implica que las emociones aparezcan para poder poner un límite.

Ante esto: nace un interrogante: ¿La expresión de las emociones en los hombres y en las mujeres, son iguales? ¿Se les posibilita lo mismo?

Entendemos el espacio de proveedor como una imposición para ellos, e incluso muchas veces se ven impelidos a llevar en sí roles más violentos que provienen de mandamientos tales como pelear en la calle si otro hombre los mira, aumentando la idolatría al que no es “cobarde”. Aunque se le vaya la vida en ello.

Ahora bien, mientras revisaba micromachismos en Ecuador, me encontré con que un hombre que no sale de fiesta es “mandarina” (dominado por su esposa), hombre que llora, poco hombre en gran parte del hemisferio.

Una sociedad equitativa es diferente. O sería, nunca la vimos completa; aunque hay muchas regiones más adelantadas que nosotros en cuanto al equilibrio de los privilegios entre los sexos.

El feminismo vino a trabajar para lograr esa igualdad, el problema de quienes lo defenestran es que muy probablemente no sean conscientes de los privilegios que portan. O sí, pero eso ya sería una cuestión de miedo a perder, y en una sociedad machista, el miedo es mala palabra. No sé de quien es la frase, pero en algún momento de nuestra vida nos aplica a todos: “Todo lo que perdemos por el miedo a perder”.

En su estudio, Bonino (2002) profundiza en la importancia de alertar sobre la existencia de los micromachismos y cómo estos pueden llevar a la violencia de género de manera gradual y sutil. Este fenómeno no se limita únicamente a las parejas violentas físicamente, sino que también puede estar presente en relaciones aparentemente saludables. Por lo tanto, es fundamental tomar conciencia sobre la violencia de género en todas sus formas, incluyendo los micromachismos, y trabajar en la erradicación de este problema en nuestra sociedad.

Entonces, volviendo a las estructuras arquitectónicas que dije que retomaría y en relación con todo lo anteriormente nombrado, podemos hablar de algunas definiciones tales como la del techo de cristal: esas serían las barreras invisibles que se darían en las organizaciones y que dificultan e incluso en algunos casos impiden que las mujeres que lo deseen alcancen puestos directivos o de mucha responsabilidad. Este concepto proviene de “glass ceiling barriers” y apareció en un discurso de la feminista Margaret Loden en 1978. Esta metáfora se refiere a las barreras invisibles creadas por estereotipos culturales y prejuicios de género, que obstaculizan el avance de las mujeres en sus carreras profesionales. Aunque se ha avanzado en la

lucha por la igualdad de género, todavía existen muchas organizaciones en las que las mujeres se enfrentan a barreras para ascender en la jerarquía corporativa. De hecho, según datos de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), las mujeres ocupan solo el 28% de los puestos de dirección en todo el mundo. Las causas de esta desigualdad son complejas y multifacéticas, y van desde la falta de oportunidades de capacitación y desarrollo de liderazgo para mujeres, hasta la discriminación por parte de colegas y superiores.

De acuerdo con el mismo vemos que muchas mujeres están sobreformadas, en general más que sus superiores varones, para acceder a puestos menores que ellos. En cargos directivos, siendo las mujeres la mitad de la población del mundo, la ocupación es extremadamente baja y la desproporción muy evidente. Estas barreras de las que hablamos no están explícitamente aclaradas, lo que nos hace comprender que hay factores sistémicos y culturales en juego que están limitando la participación de las mujeres en puestos de liderazgo y toma de decisiones.

A pesar de estas barreras, hay numerosos esfuerzos y políticas en marcha para promover la igualdad de género en el entorno laboral y derribar el techo de cristal. Algunas soluciones incluyen la promoción de la diversidad y la inclusión en la organización, el establecimiento de políticas de igualdad salarial, la implementación de programas de mentoría y coaching para mujeres y la promoción de una cultura laboral más inclusiva en general. Es importante seguir trabajando en la eliminación de estas barreras y promover la igualdad de oportunidades para todos los individuos, independientemente de su género.

La principal objeción que se le hace al techo de cristal es que las mujeres no quieren puestos superiores pues no tienen las habilidades necesarias: aquí ya se le está poniendo sexo a cuestiones como el liderazgo; que es visto como masculino y sería una causa de tipo psicológica que estaría relacionada a las barreras personales autoimpuestas por las propias mujeres (¿tantas?). Si tenemos en cuenta esto, la falta de confianza en nosotras mismas, las dificultades para delegar los trabajos de cuidado

de los familiares a cargo y la decisión personal de quedarse al cuidado de los hijos serían las principales trabas que las mujeres se pondrían a sí mismas. La pregunta es: ¿estas imposiciones son personales o tendrán algo que ver con la construcción que la sociedad hace para que las mujeres las construyamos?

Loden, la creadora del concepto, afirmó que el techo de cristal no tiene que ver con lo personal femenino, sino que es una cuestión cultural y sociológica, una barrera externa difícil de romper con la que la cultura patriarcal impide que las mujeres accedamos a lugares antes reservados únicamente a los hombres. En la distribución del empleo masculino y femenino se nota el sexismo: las tareas “feminizadas” suelen tener sueldos mucho más bajos; a los hombres se les permite dedicarse sin culpa al mundo laboral y del éxito profesional pues es “deber de la mujer” sostener todas las tareas que tienen que suceder para que eso sea llevado a cabo. En el mundo del trabajo se ve claramente la discriminación por la maternidad y el desempleo de las mujeres en los momentos cruciales de la misma. Alarman en las estadísticas; pero los planes para terminar con esto son pocos. La cultura de preferir a varones para diversas tareas está tan interiorizada que muchas veces ni se repara en ella. Los sesgos culturales en favor de la capacidad de los varones para lo profesional y la subestimación de las capacidades femeninas en esos aspectos se dan desde la primera infancia, donde las niñas son acompañadas a jugar con cosas de la casa y a los niños se los estimula a ser astronautas, constructores o químicos.

Así es que, entonces podríamos pensar en varias cuestiones: la causa de los roles de género tradicionales, de índole sociológica, y la causa de los estereotipos de género, de índole más psicológica; que lleva a las mujeres a tener una mayor dedicación al trabajo no remunerado que incluye tareas del hogar, cuidado de menores o enfermos, y por supuesto a la carga mental que retomaremos más adelante. Los roles de género tradicionales se originan en la forma en que las sociedades se organizan en base al género. Desde temprana edad, se espera que los hombres y las mujeres adopten

diferentes roles y comportamientos en función de su género, y esto se refuerza a través de distintas instituciones y agentes sociales. Por ejemplo, la publicidad y los medios de comunicación pueden representar a hombres y mujeres de forma estereotipada, y esto puede influir en la forma en que las personas se perciben a sí mismas y a los demás. En cuanto a los estereotipos de género, estos suelen basarse en nociones preconcebidas acerca de cómo deben ser los hombres y las mujeres, y a menudo están vinculados con características de género asignadas culturalmente a cada uno de ellos. Estos estereotipos pueden afectar a la forma en que las personas se ven a sí mismas, y también pueden influir en cómo se comportan en distintas situaciones. En muchos casos, los estereotipos de género pueden llevar a las mujeres a asumir una mayor parte del trabajo no remunerado en el hogar, lo que puede limitar sus oportunidades de participar en la fuerza laboral remunerada y de desarrollar su potencial profesional.

Incluso, retomando lo de las personas en los más altos niveles de educación formal; podemos ver los sesgos. Se supondría que el mundo académico se basaría en la lógica y no se repetirían estas orientaciones patriarcales; pero el experimento John y Jennifer dice lo contrario. El mismo fue llevado a cabo por la profesora Corinne Moss-Racusin de la Universidad de Yale en 2012. Ella trató de visibilizar la discriminación de la mujer en la ciencia. El experimento consistió en enviar a 127 profesores y profesoras de distintas universidades públicas y privadas de los Estados Unidos, el currículo de un “aspirante a encargado de laboratorio”. Aleatoriamente, al mismo se le asignó el nombre Jennifer (64 copias) o John (63 copias). Era lo único en lo que diferían. La valoración debía hacerse por nivel de competencias, contratabilidad y nivel de tutorización. “Jennifer” fue mucho menos valorada en los tres aspectos. También, los profesores debían asignar la remuneración que consideraran justa en cada caso. Demás está decir que la remuneración asignada a “Jennifer” fue inferior a la de “John”. Del resultado de este estudio se verificó la existencia de un sesgo de género en la valoración de los aspirantes a científicos y científicas profesionales.

El estudio reveló claramente la presencia de un sesgo de género por parte de los profesores y profesoras a la hora de elegir el currículum del candidato masculino, John, en lugar del de la candidata femenina. Estos resultados son preocupantes ya que indican que el género puede tener un impacto significativo en la evaluación y selección de candidatos, incluso en un entorno académico. No se notaron diferencias en las respuestas por parte de los profesores o profesoras, porque ellas también mostraron un sesgo de género a la hora de elegir el currículum del hombre y no el de la mujer

Hace un tiempo circulaba por las redes un video del efecto Matilda, hecho en honor a Matilda Joslyn Gage, primera mujer en denunciar que las científicas han recibido menos crédito a lo largo de la historia que sus pares masculinos. Trataba sobre el olvido sistemático y deliberado de las aportaciones de las mujeres a la ciencia. El video en cuestión, que se hizo viral en su momento, pone de manifiesto la discriminación que han sufrido las mujeres en el ámbito científico a lo largo de la historia. Matilda Joslyn Gage fue una figura clave en la lucha por la igualdad de género en la ciencia, al denunciar públicamente que las mujeres habían sido sistemáticamente excluidas del reconocimiento y el crédito por sus logros científicos. Este fenómeno se conoce como el efecto Matilda, que se refiere al hecho de que las mujeres en la ciencia a menudo son ignoradas o atribuidas a otros, mientras que los logros de los hombres son más reconocidos y celebrados. El video destaca la importancia de reconocer y valorar las aportaciones de las mujeres en la ciencia, no solo por cuestiones de equidad, sino por el valor intrínseco que tienen sus contribuciones al avance del conocimiento humano.

Explicaré situaciones concretas vividas por mí y por varias colegas durante nuestra vida profesional. Recién hace poco tiempo hemos entendido que la situación nos afectaba a todas y no a una en particular. Siendo la psicología un ámbito en el que en Argentina hay muchas más mujeres que hombres; hoy comprendemos que tampoco es extraño que durante años tantas de nosotras nos hayamos mantenido calladas ante

las diversas injusticias vividas en nuestras tareas diarias. Las mujeres somos particularmente vulnerables a la cultura del silenciamiento o de la inhibición de nuestros logros.

Las situaciones nombradas han ido desde hacer alguna exposición y explicar conceptos que pareciera que no fueran atendidos y unos momentos después, en la misma reunión, escuchar atónitas los aplausos a un colega varón que repitió exactamente lo mismo hasta la apropiación de ideas y conceptos argumentados desde grupos de mujeres y luego presentados como propios por algún colega al que quizá se le faciliten algunas situaciones o reciba algún crédito luego de ello. En resumen, la situación descrita apunta a la invisibilización y desvalorización de las contribuciones de las mujeres en ciertos ámbitos laborales.

Creo que es imprescindible destacar que esta situación no solo nos ha perjudicado a quienes estábamos siendo violentadas en ese momento, sino que también ha tenido una función rectora y disciplinadora en el entorno. La violencia ejercida de forma sistemática y normalizada a lo largo del tiempo puede generar un ambiente de miedo e inseguridad que inhibe la participación y creatividad de las personas afectadas y de quienes observan la situación desde fuera. Además, este tipo de violencia puede crear un clima de impunidad en el que las conductas agresivas se normalizan y se justifican como parte del ambiente laboral o social. Esto puede contribuir a la perpetuación de estructuras de poder desiguales y a la marginación de grupos vulnerables, como en este caso las mujeres, pero también, por ejemplo, minorías étnicas.

En definitiva, la normalización de la violencia tiene un impacto profundo en el bienestar emocional y la calidad de vida de las personas afectadas, así como en la dinámica social y el clima laboral. Es importante tomar medidas para erradicar estas situaciones y promover un ambiente de trabajo y convivencia respetuoso y libre de violencia.

María Eva Sanz, trabajadora social a cargo de la Mutual Buenos Ayres, ha señalado que existe un problema de sexismo en la manera en que

la historia y el conocimiento se han transmitido a lo largo del tiempo. En su opinión, los hombres han tendido a dejar registrado únicamente aquello que otros hombres han hecho, minimizando e ignorando meticulosamente las contribuciones que las mujeres han realizado al conocimiento. En este sentido, Sanz ha destacado la importancia de visibilizar y reconocer el papel que las mujeres han tenido en diversos campos y disciplinas, y de fomentar una mirada más equitativa e inclusiva que permita un acceso más justo a la información y al conocimiento.

El patriarcado utiliza a la ideología para legitimar el poder de un grupo social dominante. Según Terry Eagleton (2012), estas ideas se promueven a través de creencias y valores que se presentan como naturales e inevitables, lo cual desestima cualquier idea que intente desafiarla. Es importante tomar en cuenta estos conceptos para poder comprender el fenómeno del patriarcado y cómo se mantiene en la sociedad. Es decir, el patriarcado no solo es un sistema de estructuras sociales, sino también una ideología que legitima el poder de un grupo dominante y que se transmite a través de creencias y valores que se internalizan en la sociedad. Por tanto, conocer las ideas que sustentan el patriarcado es fundamental para poder cuestionar y desafiar este sistema de opresión.

Desde una perspectiva antropológica y cultural, se puede observar que el aprendizaje social de las identidades de género se basa en construcciones culturales que a menudo refuerzan lo masculino por encima de lo femenino. Estas construcciones culturales a menudo se internalizan como “naturales” en gran parte de los casos, lo que otorga más poder a los hombres. La investigadora María Eva Sanz (2018) señala que esta legitimación cultural refuerza este círculo vicioso, del cual es difícil escapar sin un análisis exhaustivo que rompa el circuito. Es importante comprender que las dinámicas de género son formas de entender y experimentar la vida social, y que la desigualdad entre hombres y mujeres no se limita únicamente al ámbito individual, sino que está enraizada en las estructuras sociales, políticas y culturales más amplias. Por lo tanto, para abordar este

problema es necesario trabajar no solo a nivel individual, sino también a nivel colectivo.

El socio sistema o macrosistema es un nivel sociocultural, histórico y político que comparte una comunidad. En él, muchas veces persiste el pensamiento tradicional patriarcal que puede entrar en conflicto con las nuevas concepciones establecidas en las leyes más actuales. Este sistema puede tener un impacto en el exosistema, ya que las leyes y normas que se establecen en el socio sistema afectan a las instituciones y organizaciones que están en contacto con los individuos en el exosistema, como por ejemplo las escuelas, las empresas o las instituciones sociales.

Este último, o tecnosistema, serían los espacios que conformarían el entorno social más próximo del sujeto, como la tecnología en el hogar, el trabajo, la educación y la comunicación. Estos entornos también están afectados por las estructuras sociales y culturales dominantes, como el patriarcado, que puede influir en la forma en que el individuo percibe y se relaciona con estas tecnologías. Las marcas impuestas por el patriarcado pueden llevar al sujeto a naturalizar ciertas situaciones o conductas, como la discriminación de género o la falta de inclusión en tecnologías específicas, lo que puede limitar su capacidad de pensar críticamente y de cuestionar el statu quo. Un proceso reflexivo puede ayudar al individuo a tomar conciencia de estas influencias y a resistir la naturalización de conductas y situaciones opresivas.

Entonces, entendiendo que las personas somos producidas por estas cuestiones pero que a la vez somos productoras de cambio; quiero hacer hincapié en la necesidad de transformación que necesitamos. (María Eva Sanz, 2018). Este comentario hace referencia a la naturaleza dinámica y bidireccional de la sociedad. Por un lado, somos moldeados por las condiciones sociales, culturales y económicas en las que vivimos, pero, por otro lado, también somos capaces de generar cambios y transformar esas mismas realidades. En este sentido, Sanz enfatiza la importancia de la transformación dado que las problemáticas sociales no son fijas e inamovibles, sino que pueden ser modificadas y mejoradas si se

toman acciones concretas en ese sentido. Es importante destacar que, en su perspectiva, no solo es necesario pensar en los cambios a nivel individual sino también en aquellos que se pueden generar a nivel colectivo, lo que implica un compromiso de la sociedad en general para lograr un cambio real y significativo.

Es de gran importancia poner en el centro del debate la necesidad de revisar la violencia histórica que ha sido infligida a las mujeres, la cual ha sido utilizada como una forma de mantenernos en un papel pasivo y receptivo, sin reflexionar sobre nuestras acciones. Esta violencia ha buscado, por todos los medios posibles, desalentar y disuadir los productos de nuestras tareas, e incluso, en algunos casos, apropiarse de ellos. Es fundamental reconocer la relevancia de todas nuestras tareas, y la manera en que estas han sido desestimadas y minimizadas a lo largo de la historia. Solo a través de una reflexión crítica y una acción colectiva es posible cambiar esta situación y lograr una verdadera igualdad de género en todas las áreas de la vida. Y con ello me refiero de todas nuestras tareas.

Florencia Freijo (2019) explica que el proceso de revisar la historia tiene por utilidad poder rearmarnos y seguir. Destaca que la revisión de la historia de las mujeres y también la personal puede ser un proceso muy útil para poder avanzar en la vida. Al mirar hacia atrás y reflexionar sobre nuestros propios errores y aciertos, podemos aprender valiosas lecciones que nos ayuden a tomar decisiones más informadas en el presente y el futuro. Además, este proceso nos permite fortalecer nuestra identidad y nuestra autoestima al reconocer nuestras fortalezas y también aceptar nuestras debilidades. En definitiva, la revisión de la historia puede ser un paso importante para poder seguir adelante de manera más segura y consciente.

La comunidad científica ha sido históricamente sexista, lo que se ha reflejado en suposiciones erróneas sobre el papel de hombres y mujeres en la sociedad primitiva. Por ejemplo, la idea de que los hombres cazaban mientras que las mujeres recolectaban y cuidaban del hogar se basaba en prejuicios y estereotipos más que en evidencia empírica. Sin

embargo, las investigaciones más recientes están demostrando que estas suposiciones no son precisas y que la realidad era mucho más compleja. De hecho, se han encontrado tumbas que demuestran que la proporción de cazadores y cazadoras durante el Neolítico era similar (Rodríguez, 2020). Es importante tener en cuenta estos nuevos descubrimientos para poder comprender mejor la historia y corregir las suposiciones erróneas que se han arraigado en la cultura popular.

En los últimos años también se ha descubierto que las mujeres vikingas no solo acompañaban a los varones en sus conquistas, sino que también participaban en el combate con la misma frecuencia que los hombres. Los investigadores han llegado a esta conclusión gracias al estudio de restos arqueológicos y pruebas genéticas. En particular, la osteóloga Anna Kjellström (2017) ha sido fundamental en este campo de investigación y ha contribuido a confirmar que la tumba que se creía pertenecía a un hombre muy importante en realidad era el lugar de descanso de una poderosa líder militar, respaldando la teoría de que las mujeres vikingas eran una fuerza para tener en cuenta en el campo de batalla. Esto es un gran avance en la comprensión de la importancia de las mujeres en la historia, que durante mucho tiempo ha sido minimizada y pasada por alto.

Estas cuestiones históricas se refieren a la manera en que la sociedad ha valorado tradicionalmente el papel de la mujer en el hogar y relegado nuestras tareas y logros a un segundo plano en comparación con los de los hombres. Se trata de una práctica intencional y sistemática que ha llevado a que las mujeres no sean reconocidas en igualdad de condiciones en el ámbito laboral y empresarial, así como en otros ámbitos de la vida pública. El rédito que se llevan los hombres por nuestros descubrimientos y sacrificios se refiere a que, a menudo, las mujeres contribuyen con ideas, soluciones y trabajos importantes, pero son los hombres quienes reciben el reconocimiento y las recompensas por ellas. Esto ha llevado a la persistencia de desigualdades de género y al limitado acceso de las mujeres a los mismos recursos y oportunidades que los hombres.

Una forma de violencia simbólica que muchas veces pasamos por alto tiene que ver con la indiferencia absoluta a los logros de las mujeres. A que en todos los libros de texto de educación de historia argentina se ha nombrado a Domingo Faustino Sarmiento como promotor de la educación; pero nunca a Juana Manso, quien seguramente no solo habrá sido criticada por ser mujer sino también por la visión que intentaba transmitir del autoritarismo ejercido sobre las mujeres desde la religión y la familia. Para muestra, un fragmento de sus ideas escrito en el primer número de “Álbum de señoritas”, en 1854:

...Dios no es contradictorio en sus obras, y cuando formó el alma humana, no le dio sexo. La hizo igual en su esencia, y la adornó de facultades idénticas. Si la aplicación de unas y de otras facultades difiere, eso no abona para que la mujer sea condenada, al embrutecimiento, en cuanto que el hombre es dueño de ilustrar y engrandecer su inteligencia; desproporción fatal que solo contribuye a la infelicidad de ambos y a alejar más y más nuestro porvenir. Y no se crea que la familia no es de un gran peso en la balanza de los pueblos, ni que la desmoralización y el atraso parcial de los individuos no influye en bien o en mal de la sociedad colectiva.

La violencia simbólica se puede definir como la imposición de valores, normas y estereotipos que pueden generar desigualdades y discriminación en función del género, la orientación sexual, la raza, la etnia, la religión, entre otros aspectos. La indiferencia hacia los logros de las mujeres, como el caso mencionado de Juana Manso, puede ser considerada una forma de violencia simbólica, ya que invisibiliza y niega el aporte que las mujeres han hecho a la historia y a la sociedad en general. Esta falta de reconocimiento puede transmitir la idea de que las mujeres no han tenido un rol importante en la educación y, por lo tanto, no son capaces de hacerlo. Esto puede generar desigualdades en la educación y en otros ámbitos de la sociedad.

En conclusión, la indiferencia hacia los logros y las contribuciones de las mujeres en la historia y en la sociedad es una forma de violencia

simbólica que puede generar desigualdades y discriminación en función del género.

La violencia simbólica es una forma de violencia que no siempre es visible, y puede pasar por alto sin que muchas veces nos demos cuenta de ella. Uno de los aspectos en los que se manifiesta este tipo de violencia es la indiferencia hacia los logros y contribuciones de las mujeres. Como señala María Eva Sanz (2018), este abuso simbólico social ataca la autoestima de las mujeres y limita su desarrollo, burlándose de su esfuerzo e ignorando sus aportaciones. El rol de subordinación que históricamente se ha asignado a las mujeres en la sociedad es naturalizado y perpetuado por estos sesgos y asimetrías de poder.

En este sentido, resulta revelador el ejemplo de Juana Manso, cuyos aportes a la educación han sido prácticamente omitidos por la historia y la cultura patriarcal. Manso, quien defendía una educación más igualitaria y libre de prejuicios en cuanto al género, enfrentó no solo la crítica y la discriminación por ser mujer, sino también por la visión que intentaba transmitir del autoritarismo ejercido sobre las mujeres desde la religión y la familia.

Es necesario comprender que los sesgos patriarcales no solamente son reproducidos por los hombres. En muchas ocasiones, las mujeres también han naturalizado la opresión y han interiorizado los roles y estereotipos patriarcales. Por lo tanto, es fundamental cuestionar estos estereotipos y valorar la contribución de las mujeres en todos los ámbitos de la sociedad. Solo así se podrá avanzar hacia una sociedad más igualitaria y libre de violencia simbólica y de todo tipo de violencia contra las mujeres.

Los invito a pensar en quienes fueron las personas que promovieron el avance de las telecomunicaciones, las computadoras, internet... Seguramente sobrevienen a nuestra mente las historias de Bill Gates o de Steve Jobs. ¿Cuántos de nosotros sabemos que la solicitud de la patente de lo que hoy conocemos como wifi y que es imprescindible en nuestras vidas la presentó Hedy Lamarr, una mujer, que además era actriz?

Según María Eva Sanz (2022), las personas abusivas no solamente desarrollan su comportamiento dentro de sus hogares, sino que también pueden manifestarlo en otros ámbitos y situaciones. De hecho, el patriarcado y las normas de género tradicionales fomentan la idea de que los hombres son superiores y que tienen derecho a dominar y controlar a las personas que consideran inferiores, lo que puede dar lugar a comportamientos abusivos en el ámbito laboral, social e incluso en el deportivo. Además, Sanz apunta que quedarse con la idea o con el trabajo de alguien más sin darle crédito también es una forma de conducta abusiva, ya que se perpetúa la idea de que el trabajo de las mujeres no es igual de valioso que el de los hombres. En definitiva, el abuso no es exclusivo del ámbito doméstico y es importante ser conscientes de las diferentes formas que puede adoptar.

Siguiendo con el decurso del capítulo, hemos visto la descripción de violencia como un vínculo desigual de poder y entendido que este desequilibrio abonaría la posibilidad de que la conducta violenta aparezca y pueda ocasionar graves daños tanto físicos como emocionales, económicos, sociales, etc. (María Eva Sanz, 2018).

En general, y no solamente de parte de los hombres, podemos ver una actitud negadora de estas diferencias. Así como el violento no se reconoce como tal y justifica sus conductas desde la racionalidad (María Eva Sanz, 2018); en distintos ambientes pasa algo similar y se difumina la responsabilidad (Albert Bandura, 2002) atribuyendo las diferencias a distintas personas o minimizando las situaciones. Si la mujer reclama es una “loca histérica” que no estaba a la altura de las circunstancias; y, por ejemplo, en el ámbito académico, si no lo hace es muy probable que el mérito por su tarea quede en un hombre; ya que en el ámbito científico las mujeres fuimos aisladas en general unas de otras. Hemos sido desvalorizadas e intimidadas cuando no se han apropiado de nuestro material.

El conocimiento científico ha sido históricamente transmitido de manera patriarcal, con sesgos hacia los hombres y hacia la exclusión de las mujeres y otros grupos marginados. Este sesgo puede ser observado

en la forma en que la comunidad científica valora y responde a las publicaciones de los hombres y las mujeres, así como en la falta de inclusión y promoción sistemática de investigaciones y descubrimientos realizados por mujeres. Esta falta de inclusión y promoción se replica en otros ámbitos sociales, reflejando la estructura jerárquica y de poder que se encuentra en nuestra sociedad. La mujer que se destaca en un ámbito dominado por hombres a menudo enfrenta críticas, discriminación y una falta de oportunidades, mientras que aquellos que intentan cambiar el statu quo suelen ser marginados y señalados. Es importante reconocer que nuestro sistema tiende a mantener la estabilidad, incluso si esa estabilidad significa perpetuar sesgos y exclusión. Por lo tanto, es necesario trabajar activamente para promover la inclusión y el cambio, fomentando el valor y la visibilización del trabajo realizado por personas de diferentes géneros, orígenes y perspectivas.

La historia la escriben los opresores, la visión patriarcal ha dominado la historia. La mayoría de los libros han sido escritos por hombres y desde una perspectiva masculina, dejando fuera las historias y perspectivas de las mujeres. El ejemplo de Juana la loca (que de loca no tenía nada) ilustra cómo una mujer que intentó hacer valer sus derechos fue tachada de loca y encerrada, debido a un sistema patriarcal que reprimía y castigaba a las mujeres que desafiaban las normas establecidas. Esto nos recuerda que la historia muchas veces es escrita por quienes tienen más poder y dominio sobre la sociedad, lo que puede implicar una visión sesgada y parcializada de los eventos y procesos históricos. Es importante ampliar la mirada y tener en cuenta las distintas perspectivas y voces, incluyendo la de las mujeres, para tener una comprensión más completa y justa de la historia.

Caroline Criado Pérez (2019) es una activista feminista que ha señalado con acierto uno de los mayores problemas que enfrentan las mujeres en la sociedad actual: la invisibilidad de sus problemas. Según su argumento, el punto de vista masculino se ha convertido en la norma universal, mientras que la perspectiva femenina se considera algo “espe-

cífico” y, por lo tanto, menos relevante. Esto significa que los problemas y desafíos únicos que enfrentan las mujeres a menudo pasan desapercibidos o son minimizados por la sociedad en general. En definitiva, es un tema que sin duda resulta para pensar y reflexionar sobre la forma en que todos podemos contribuir a la eliminación de la invisibilidad de los problemas de las mujeres. En muchas sociedades, los criterios de conductas esperables para ser consideradas “buenas mujeres” todavía incluyen expectativas de que seamos dóciles, sumisas y no reclamemos equidad. Ni justicia.

Pero mejor volvamos a los conceptos arquitectónicos, se habla aquí también del “suelo pegajoso”.

Catherine Berheide (1992) sostiene que es la barrera a la que muchas mujeres se enfrentan se debe al cansancio que ocurre al tener que realizar una doble jornada, es decir, trabajar tanto en su ámbito laboral como en su ámbito doméstico durante los días laborables. Esta situación no solo se debe a los estereotipos de género que limitan a las mujeres a ocupar puestos bajos y medios, sino también al acoso social y psicológico que muchas experimentan, así como a la incompatibilidad entre su vida privada y pública. La investigación de Berheide aborda los factores que hacen difícil que las mujeres puedan equilibrar sus responsabilidades laborales y familiares, y los obstáculos que deben superar para avanzar en sus carreras profesionales. En definitiva, Berheide destaca que la doble jornada que muchas mujeres tienen que realizar puede ser un freno para su crecimiento personal y profesional. Laura Sagnier (2021) propone colocar al “suelo pegajoso” como la barrera prioritaria a resolver y además renombrarlo como *losa de hormigón* para darle la importancia que tiene.

En la Exposición de motivos de la Norma Marco para consolidar la Democracia Paritaria, de ONU Mujeres (2016) se dijo que:

Persisten (...) factores estructurales que todavía impiden o limitan el pleno ejercicio de los derechos políticos de las mujeres. Ello se refleja en las actitudes culturales basadas en modelos patriarcales, estereotipos sexistas y roles tradicionales de hombres y mujeres, en el deficitario empoderamiento político y económico de las mujeres o en los dramá-

ticos datos sobre violencia de género. Igualmente, se observa el sesgo machista de los medios de comunicación o los problemas de conciliación entre la vida familiar y profesional (que afectan mayoritariamente a las mujeres), entre otras. Los Estados deben asumir su responsabilidad, pues están jurídicamente exhortados, por sus propios mandatos constitucionales y por los distintos instrumentos internacionales, a respetar, a proteger y promover los derechos de las mujeres.

Carole Pateman (1990) menciona la importancia de que los teóricos políticos aborden las críticas feministas al matrimonio y a la vida personal para poder ampliar los fundamentos conceptuales y sociales de la democracia. En específico, se resalta la necesidad de enfrentar estas críticas para que la democracia no se convierta en un exclusivo “club de hombres” y se logre cambiar la estructura patriarcal del Estado democrático liberal. Este enfoque reconoce la importancia de las críticas feministas para mejorar la democracia y lograr una igualdad real de género en la sociedad.

En su análisis sobre la construcción del pensamiento, Florencia Freijo (2023) destaca la importancia de desmontar los sesgos de género que aún persisten en nuestra sociedad y que limitan tanto a hombres como a mujeres en su realización personal y laboral. En este sentido, la autora señala que mientras que se tiene como empoderante que las mujeres salgan a trabajar y busquen su independencia económica, se sigue cuestionando y estigmatizando a los hombres que deciden ser corresponsables con el cuidado de sus hijos y el trabajo del hogar. Esta doble vara refleja la persistencia de sesgos de género arraigados en nuestra cultura. En definitiva, sesgos y más sesgos.

En su artículo para Mural de Género, Fátima Masse (2022) destaca que el trabajo no remunerado de cuidados es un factor crucial en la generación de condiciones que llevan a las mujeres a ocupar puestos de menor remuneración. Los estudios realizados por el Instituto Mexicano por la Competitividad indican que este tipo de trabajo tiene un impacto en la toma de decisiones laborales de las mujeres, las cuales están influenciadas por las circunstancias personales que las rodean. De hecho, una encuesta

llevada a cabo por el instituto en colaboración con la revista Reforma, que consultó a 2000 personas en todo México, arrojó que un 20 % de las mujeres y un 17 % de los hombres encuestados habían considerado dejar sus trabajos debido a una sobrecarga en las tareas de cuidado en el hogar como resultado de la pandemia. Es importante destacar que este fenómeno no solo se limita a México, sino que es una realidad a nivel mundial, y resalta la necesidad de reconocer y valorar adecuadamente el trabajo no remunerado de cuidados para garantizar la equidad de género en el ámbito laboral.

Según el mismo estudio, cuando se les preguntó si tuvieron que ausentarse temporalmente de trabajo por cuidar de un familiar, el porcentaje de mujeres que abandonaron sus empleos subió a 35 %, mientras que para los hombres el porcentaje fue solo del 24 %. Esto indica una brecha de género significativa en cuanto al impacto del cuidado de familiares en la vida laboral de mujeres y hombres. Las mujeres suelen asumir una mayor responsabilidad en el cuidado de familiares enfermos o con necesidades especiales, lo que puede afectar su capacidad para mantener empleos e incluso limitar su progreso laboral. Es necesario abordar esta inequidad y promover políticas que permitan a las mujeres conciliar el trabajo y el cuidado de la familia de manera efectiva.

Si bien se habla mucho de las soluciones a implementar para abordar la brecha de género en el ámbito laboral, es común que estas iniciativas tengan más visibilidad que su correspondiente discurso activo. Es importante tener en cuenta que trabajar a favor de la conciliación de la vida laboral y personal no puede implicar simplemente aumentar la carga horaria de las infancias en lo escolar o capacitar solo a mujeres para afrontar este problema. La conciliación laboral y personal es un tema que afecta a toda la sociedad, y por lo tanto son las organizaciones y los Estados los que deben asumir la responsabilidad de abordar y abogar por soluciones. En este sentido, también es fundamental que haya una mayor conciencia sobre la importancia de recortar la brecha de género en las diferencias salariales entre hombres y mujeres. Tal como lo demuestran

diversos estudios, las mujeres suelen cobrar menos por el mismo trabajo que los hombres, lo que refleja una injusticia y una brecha que debe ser equilibrada y superada en pro de la igualdad.

Pero la capacidad de trabajo femenino no termina con las horas laborales, como venimos diciendo. En más de la mitad de las parejas heterosexuales en las que ambos trabajan con remuneración, se produce a diario un gran desequilibrio entre el peso que soportan ella y él en la realización de las tareas no remuneradas que les afectan (la casa y, si los tienen, los hijos o las personas adultas dependientes). Muchas mujeres, sobre todo a partir del momento en que tienen hijos, se ven obligadas a realizar un trabajo doble, en su casa y en su puesto laboral, mientras que su pareja y padre de sus hijos se limita a su jornada de trabajo y a poco más. Si las parejas no son igualitarias en su ámbito privado, lograr la igualdad de oportunidades para hombres y mujeres en el ámbito profesional se convierte en una utopía (Sagnier, 2021). No se podrá llegar ni a la igualdad de oportunidades del liberalismo ni a la ciudadanía activa, participativa y democrática de todas las personas, sin que se produzcan cambios radicales en la vida personal y en la doméstica (Pateman, 1990).

Laura Sagnier (2021) dice que la existencia de la “losa” que muchas mujeres experimentan en su vida cotidiana se debe a la presencia constante de estereotipos y roles de género que se nos han asignado desde que nacemos. Estos estereotipos y roles se han ido perpetuando de generación en generación, y se han vuelto una parte arraigada de nuestras vidas, lo que hace que la “losa” sea más pesada y resistente. Sagnier argumenta que esta “losa” representa una carga emocional, económica y social que a menudo es invisible y difícil de explicar, pero que está presente en cada aspecto de la vida de las mujeres. Para Sagnier, el hormigón es una metáfora perfecta para describir esta “losa” que casi todas las mujeres sienten, ya que el hormigón es un material resistente y pesado que requiere mucho esfuerzo para ser movido o manipulado.

El desequilibrado reparto de las tareas domésticas es un problema que afecta negativamente la salud física y mental de quien tiene una

sobrecarga. Las personas que tienen que hacer frente a una carga de trabajo desproporcionada en el hogar pueden sufrir de estrés, ansiedad y falta de tiempo para cuidar de sí mismas. Por ello, es fundamental que se promueva la igualdad en la distribución de las tareas domésticas y se fomente la participación activa de todos los miembros del hogar. Este proceso implica una deconstrucción de estereotipos y roles de género que han sido tradicionalmente asignados a hombres y mujeres en el ámbito doméstico. La educación, tanto formal como no formal, juega un papel vital en este proceso, ya que es necesario fomentar valores igualitarios desde temprana edad y promover modelos de referencia equitativos. Solo de esta forma podremos romper con esta “losa de hormigón”.

Entre las herramientas que se pueden utilizar para visibilizar esto mismo, se encuentra el termómetro de la equidad, de Laura Sagnier (2022). Según la misma autora, si una pareja lleva años conviviendo, lo primero que hay que hacer es determinar si su relación de pareja es equitativa o no. Esta herramienta facilita una primera exploración del nivel de equidad que existe en la relación de pareja. A menudo, las parejas pueden tener opiniones diferentes sobre si su relación es equitativa o no, por lo que es importante encontrar una manera objetiva de medir la equidad.

El termómetro de la equidad se puede utilizar para visualizar fácilmente las áreas donde hay desigualdad, lo que permitirá a la pareja trabajar en conjunto para mejorarlo. Por tanto, es una herramienta valiosa en las relaciones de pareja para asegurar que ambas partes estén satisfechas en la relación.

Sagnier (2020) indica que la principal causante de la desigualdad de oportunidades es la convivencia en pareja; pues, aunque a pesar de que las parejas son cada día más igualitarias en lo relativo a los gastos familiares, siguen siendo muy desequilibradas en lo que se refiere a la realización de las tareas del hogar y lo que tiene que ver con el cuidado de los miembros dependientes, ya sean estos hijos o personas mayores. Según las estadísticas de esta autora, la mayoría de las mujeres que tienen un trabajo remunerado y conviven con un hombre soportan más del doble

(67 %) de trabajo que sus compañeros del sexo opuesto (29 %) en la realización de las tareas no remuneradas que afectan a la casa y a la familia.

La desigualdad en el reparto de las cargas familiares es un resultado directo de los estereotipos y sesgos de género que persisten en la sociedad, especialmente en relación con la maternidad. Para abordar esta situación y brindar a las mujeres las mismas oportunidades que los hombres, es necesario que las instituciones educativas, los medios de comunicación, incluyendo los digitales, y los núcleos familiares trabajen juntos activamente en esta dirección. Todos somos productores y consumidores de contenido en línea, lo que significa que cada uno tiene la responsabilidad de luchar contra el desequilibrio que perjudica a las mujeres. Las instituciones educativas y las empresas deben fomentar el igualitarismo de género y educar sobre la importancia de la equidad en la pareja, mientras que los medios de comunicación pueden ser influenciadores importantes para el cambio social. En todo este proceso, también es importante el papel de la familia, que puede actuar como un modelo de igualdad y promover valores de equidad entre sus familiares, especialmente en términos de distribución de tareas y responsabilidades dentro del hogar. Al construir una sociedad igualitaria, es importante la participación activa de todos los grupos y personas, independientemente de su género. Todos tenemos la obligación y responsabilidad de trabajar juntos para acabar con la desigualdad de género y avanzar hacia la igualdad de oportunidades para hombres y mujeres.

Otra herramienta disponible y muy útil es la Calculadora del Cuidado, creada por la Dirección Nacional de Economía, Igualdad y Género del Ministerio de Economía de la Nación Argentina, la Secretaría de Innovación Pública de la Jefatura de Gabinete de Ministros y la Organización Internacional del Trabajo (OIT), con el desarrollo de la ONG Wingu.

La “Calculadora de Cuidado” es una herramienta creada con el fin de visibilizar el tiempo invertido en las tareas no remuneradas que se realizan en la vida diaria. Estas tareas de cuidado son fundamentales para dar soporte a las actividades cotidianas como trabajar, estudiar, practicar

deportes o cualquier otra actividad socioeconómica. La innovación de la calculadora está en considerar, por primera vez, que el cuidado es un elemento fundamental de la vida y de la producción. Su objetivo es medir la riqueza social, especialmente del trabajo doméstico y de cuidado no remunerado, para así avanzar hacia la igualdad. Se entiende que una economía sostenible depende de una sociedad igualitaria e inclusiva. En este sentido, la calculadora se presenta como un paso importante para lograr una evaluación más justa y equitativa del trabajo no remunerado en la sociedad.

Es fundamental tener presentes herramientas como la “Calculadora de Cuidado” al hablar sobre la carga mental femenina. Esta carga se relaciona con el agotamiento cognitivo y emocional que lleva la gestión de las múltiples responsabilidades diarias, como el cuidado de menores y mayores a cargo, la organización de las tareas domésticas y la vida cotidiana, y también los sucesos imprevistos que inciden en la vida y sociedad. Es importante destacar aquí el estudio que evidencia la diferencia entre las actitudes y responsabilidades asumidas por hombres y mujeres en el trabajo durante la crisis de la pandemia. Para proteger la salud física y mental de las mujeres que sufren esta carga, es fundamental tomar medidas que involucren activamente a todos los miembros de la familia en las tareas de cuidado y domésticas. En este contexto, la utilización de herramientas como la “Calculadora de Cuidado” permitiría contar con una base para medir el tiempo y trabajo invertidos en el cuidado no remunerado y, por lo tanto, avanzar hacia una sociedad más justa e igualitaria. Es responsabilidad de todos cuidar de aquellos que nos rodean y valorar el trabajo que realizan diariamente para sostener la vida y la producción social y económica.

La carga mental a la que se refiere el párrafo anterior hace referencia a la manera en que la gestión de tareas y responsabilidades en el hogar suele recaer de forma desproporcionada en las mujeres, lo que puede tener consecuencias económicas y emocionales significativas. Las mujeres pueden sentirse sobrecargadas y tener menos tiempo y energías disponibles

para dedicar a su desarrollo personal y profesional. Esto puede contribuir a la brecha de género en el ámbito laboral y a la desigualdad en general. Recomiendo fuertemente el cómic de la artista francesa Emma Clit: “Me lo podrías haber pedido”, en el que ilustra de una manera majestuosa lo que expliqué.

El lenguaje sexista

Las micro expresiones machistas a las que hacíamos referencia anteriormente son pequeñas expresiones, ya sean dichas con palabras o gestualmente, que pueden indicar o transmitir actitudes sexistas o discriminatorias hacia las mujeres en diferentes contextos sociales. Según el psicólogo Paul Watzlawick (2002), en toda comunicación se transmite un nivel de contenido y otro de relación, el segundo de los cuales puede modificar al primero. Estas expresiones, intencionales o involuntarias, pueden aparecer en cualquier entorno social y son fundamentales para crear un ambiente más equitativo y respetuoso para todas las personas.

Algunos de los ejemplos más comunes de las micro expresiones machistas incluyen el uso de un lenguaje sexista o despectivo hacia las mujeres, la ignorancia hacia sus opiniones o la disminución del valor de sus contribuciones. Es necesario reconocer y deslegitimar estas conductas para avanzar hacia una sociedad más igualitaria y justa, especialmente en lo que se refiere al uso del lenguaje sexista, que afecta negativamente tanto a hombres como a mujeres. El uso de lenguaje sexista puede limitar a los hombres en su capacidad para expresar sus emociones, tomar decisiones y cuidar tanto de ellos mismos como de sus familias y seres queridos.

En conclusión, desafiar y erradicar las microexpresiones machistas es fundamental para tener una sociedad más justa e igualitaria, donde todas las personas puedan expresarse libremente, sin importar su género. Es importante recordar que el lenguaje sexista no solo afecta negativamente a las mujeres, sino que también limita las capacidades de los hombres y su capacidad de cuidar y ser cuidados de manera equitativa. Ser menos

machista y más humano significa hacerse cargo de las emociones y decisiones de forma libre y autónoma, sin dejarnos influir por estereotipos sociales de género que solo generan desigualdad y discriminación y nada tienen que ver con la felicidad de cada uno.

Las actitudes de inferiorización machista en el hogar pueden manifestarse de diversas maneras, no solo involucrando directamente a las mujeres o a las infancias. Por ejemplo, se pueden negar a ambas la participación en la toma de decisiones importantes en el hogar, se puede controlar sus horarios o su vestimenta, o se les pueden asignar tareas domésticas simplemente porque se considera que son cosas de mujeres. Este tipo de prácticas contribuyen a la perpetuación de estereotipos de género y a la discriminación hacia las mujeres en la sociedad en general.

Por otro lado, es importante mencionar que las asignaciones de tareas del hogar como “cosas de mujeres” y los apodosos despectivos hacia las mujeres de la familia o hacia los hombres que sí se hacen cargo de las tareas de cuidado, tales como “pollerudo”, “mandarina” o “dominado”, pueden tener un impacto negativo en el desarrollo de estas personas en el hogar. Los niveles de autoestima que se construyen en el hogar pueden ser deficientes y contribuir a perpetuar la discriminación hacia las mujeres en la sociedad en general. Es importante fomentar actitudes de respeto, colaboración y equidad en el hogar para contribuir a una sociedad más justa e igualitaria.

Se entiende que resulta difícil superar el lenguaje sexista porque, en general, se aprende y se interioriza dentro del ámbito familiar. El lenguaje se transmite de generación en generación y se convierte en parte de nuestra comunicación cotidiana, perpetuando estereotipos de género y desigualdad. Este lenguaje no solo es verbal, sino también no verbal en la forma en que las personas interactúan y se comportan entre sí. La dificultad para abordar y cambiar este lenguaje y comportamiento está relacionada con su naturaleza arraigada y el hecho de que ha estado presente en las dinámicas familiares durante mucho tiempo. Lo vamos

incorporando, como dice Serrat en “Esos locos bajitos”, con la leche templada y en cada canción.

Es importante promover el uso de un lenguaje inclusivo y respetuoso en el hogar, fomentando la igualdad y el respeto en todos los miembros de la familia.

Para lograr la igualdad y el respeto en todos los ámbitos de la vida, es fundamental trabajar con base en el concepto de corresponsabilidad. La corresponsabilidad es un término muy importante que abarca desde la sociedad civil hasta la comunidad educativa y familiar, y se define, según la RAE, como la responsabilidad compartida. En la práctica, esto implica un reparto equilibrado de tareas y responsabilidades entre todos los miembros de la familia, incluyendo la crianza y la educación de los hijos, el cuidado del hogar y el apoyo emocional y financiero mutuo. La promoción de la corresponsabilidad es esencial para avanzar hacia una cultura de igualdad y respeto, en la que todas las personas tengan las mismas oportunidades y derechos. Por lo tanto, es necesario seguir trabajando en este ámbito para lograr una sociedad justa y equitativa para todos.

Para hablar de la corresponsabilidad, es importante definirla de forma clara. Tenemos que extremar las medidas para que pueda valorarse su necesidad e importancia en diferentes espacios vitales; pero sobre todo en lo que se refiere al hogar, bastión y ejemplo de la educación por excelencia. La corresponsabilidad afectiva es la primera a desarrollar: implica que me importe y esté atento a lo que les pasa a las personas que amo. Implica que no me parezca buena la idea de que mis afectos se vean sobrepasados por cargas que no le corresponden o que yo podría tomar. La corresponsabilidad implica un reparto equitativo de tareas y responsabilidades en diferentes espacios vitales, incluyendo el hogar. Esto implica trabajar para que se valore su necesidad e importancia, especialmente en el ámbito familiar, que es un bastión y ejemplo de educación por excelencia. Es importante que se alcancen los objetivos de manera más agradable para todos, y esto solo es posible con un compromiso activo y compartido de todas las partes involucradas. La corresponsabilidad afectiva es esencial

para crear un ambiente sano y equilibrado en el hogar, en el que cada miembro de la familia se sienta valorado y respetado. Al implementarla en nuestras vidas, estamos trabajando juntos para alcanzar una cultura de igualdad y respeto que beneficie a todos.

Es importante destacar que la corresponsabilidad en la crianza es un aspecto fundamental de la familia equitativa. Este concepto implica compartir las tareas y responsabilidades entre los padres y otros cuidadores en el hogar, con el objetivo de lograr que la educación y formación de los hijos se den en un ambiente responsable, afectuoso y equilibrado. La corresponsabilidad en la crianza no solo implica la división equitativa de las tareas del hogar, sino también la toma de decisiones conjuntas y la creación de un ambiente emocionalmente seguro y estable para los hijos. Al establecer y promover una cultura de corresponsabilidad en el hogar, se está fomentando una educación en valores como la igualdad, el respeto y la cooperación en lugar de perpetuar estereotipos de género y roles tradicionales. La corresponsabilidad en la crianza no solo promueve un ambiente saludable en el hogar, sino que también tiene un efecto positivo en la sociedad en general.

La Ley de los 1000 días, sancionada en Argentina en 2020, es una muestra de cómo el concepto de corresponsabilidad se está implementando en la sociedad actual. Esta ley tiene como objetivo promover la crianza compartida entre el entorno familiar y el entorno comunitario, reconociendo que el cuidado y la atención que se brindan a las primeras infancias son fundamentales y tienen un impacto duradero en la vida de las personas. Se reconoce que el cuidado y la crianza no es algo innato, sino que necesita ser aprendido y es tarea de todos los miembros de la familia y la comunidad. En este sentido, la Ley de los 1000 días busca poner en práctica el concepto de corresponsabilidad en la crianza, al reconocer que no deberían ser solo las mujeres las encargadas de llevar a cabo estas tareas dentro del hogar. La promoción de la corresponsabilidad en la crianza es esencial para lograr una igualdad de género real en nuestra sociedad y fomentar una cultura de respeto, equidad y justicia

para todos los miembros de la familia y la comunidad. En resumen, la Ley de los 1000 días es una muestra de cómo la corresponsabilidad se está convirtiendo en un concepto fundamental en la sociedad actual, en la que se reconoce la importancia de compartir responsabilidades en todos los ámbitos de la vida y trabajar juntos para lograr una sociedad más justa y equitativa para todos.

La corresponsabilidad en la crianza no solo implica dividir equitativamente las tareas del hogar entre los padres y otros cuidadores, sino que también implica promover un modelo de crianza responsable y efectivo que beneficie tanto a los niños como a los adultos involucrados en su educación y cuidado. Esto se logra mediante la cooperación entre todos los miembros de la familia y la comunidad, trabajando en conjunto para garantizar el bienestar emocional, físico y educativo del niño o la niña. Se trata de un proceso continuo, en el que se deben respetar las necesidades individuales de cada niño y de cada adulto involucrado en su crianza. Por lo tanto, es importante seguir fomentando y concientizando sobre estas cuestiones en los distintos ámbitos de la sociedad, no solo para garantizar la igualdad entre hombres y mujeres sino también para lograr un ambiente más saludable y equilibrado para toda la familia. Aunque existan leyes o políticas que promuevan la igualdad y la corresponsabilidad en la crianza, todavía hay mucho camino por recorrer y es fundamental seguir trabajando en el desarrollo de respuestas efectivas a las necesidades y demandas de la sociedad en este ámbito. Desde esta perspectiva, la corresponsabilidad puede ser vista como un camino hacia una sociedad más justa y equitativa, en la que se valoren y respeten las diferentes formas en que los miembros de la familia y la comunidad pueden contribuir al desarrollo de los niños y niñas.

La lucha por lograr la igualdad de género es una tarea que requiere un esfuerzo continuo y constante. A pesar de que se han implementado leyes y políticas para fomentar la igualdad en distintos niveles, aún hay mucho por hacer. Es fundamental seguir trabajando en concientizar a la sociedad sobre estas cuestiones, ya que muchas veces las respuestas

que recibimos no son las que esperamos. Es importante seguir generando espacios de diálogo y promover la educación en igualdad desde una edad temprana para poder construir una sociedad más justa e inclusiva. Solo así podremos superar los obstáculos que se interponen en nuestro camino hacia la igualdad.

La gran conclusión: educación en equidad de género

Es indudable que la educación es uno de los pilares más importantes para lograr la equidad de género que tanto anhelamos. La educación en equidad de género busca erradicar las desigualdades y brechas de género existentes desde el ámbito educativo formal, pero también implica una transformación social más profunda, que se extienda hacia las pequeñas acciones diarias que pueden contribuir a crear una sociedad más inclusiva, entendiendo que todos los ámbitos educan.

Es necesario abordar temas como la discriminación de género, la violencia doméstica, la brecha salarial y otras problemáticas que afectan de manera desigual a los géneros. Además, es fundamental involucrar a toda la sociedad en esta tarea, y no solo a las mujeres, sino también a los hombres, como actores claves en la lucha por la igualdad.

La educación puede tener un gran impacto en este sentido, ya que puede ayudar a cambiar los estereotipos y roles de género que se han perpetuado por siglos. Para lograr esto, es necesario crear espacios de diálogo y reflexión en los distintos ámbitos de la sociedad, que permitan desaprender lo aprendido y construir una nueva conciencia de género.

Aunque todavía queda mucho camino por recorrer, es importante seguir luchando por la igualdad de género y no bajar los brazos. De esta manera, con pequeñas acciones diarias y la promoción de valores de equidad y justicia, podremos construir una sociedad más justa e igualitaria para todos y todas.

La educación en equidad de género es un enfoque clave para mejorar la igualdad entre los géneros. Para lograrla, es necesario tomar conciencia sobre la discriminación de género, así como también promover valores de respeto, igualdad y diversidad. Es fundamental erradicar los estereotipos de género existentes en la sociedad, los cuales han sido transmitidos a lo largo de siglos y son parte de la cultura de cada país.

La educación en equidad de género puede lograrse de forma formal a través de la implementación de programas y políticas que fomenten la igualdad en la educación, como la inclusión de contenido relacionado con la temática de género en los planes de estudio, y la capacitación de los educadores y otros actores que intervienen en la educación en temas de equidad de género.

De manera informal, es necesario fomentar un cambio en la cultura y las actitudes hacia la equidad de género mediante la escucha de referentes, la revisión crítica de políticas y programas, la reflexión sobre prejuicios y preconcepciones individuales, y la socialización de estos temas a través de la cultura popular y las redes sociales. Es importante abordar estos temas de forma inclusiva y respetuosa, sin juzgar y sin menospreciar las opiniones de las personas con las cuales se dialoga.

Es fundamental seguir promoviendo la educación en equidad de género, ya que solo de esta manera se logrará un cambio real y sostenible en la sociedad. De esta forma, se promueve una sociedad más justa e inclusiva donde todos los géneros pueden disfrutar de los mismos derechos y oportunidades, y se erradica la desigualdad de género.

La educación en equidad de género es una herramienta poderosa para fomentar la educación de calidad. Al promover la inclusión y la igualdad de oportunidades entre los géneros, se crea un ambiente donde los estudiantes pueden expresarse y desarrollarse plenamente sin temor a ser juzgados o discriminados. Esto permite que los estudiantes se sientan más cómodos en su entorno educativo y sean capaces de concentrarse y aprender mejor.

La educación en equidad de género también ayuda a fomentar una cultura de respeto y tolerancia hacia los demás. Al promover el diálogo y la reflexión sobre la igualdad de género, las personas pueden desarrollar habilidades críticas de pensamiento y comprensión de los temas sociales actuales. Esto puede conducir a una nueva generación de personas más respetuosas de los derechos humanos, más sensibles a la diversidad y preparadas para tomar medidas concretas para erradicar la discriminación hacia cualquiera.

Además, la educación en equidad de género puede tener un impacto positivo en la comunidad en general, ya que quienes han sido educados en ella tienen una mayor capacidad para identificar y enfrentar la discriminación y la violencia de género en su entorno. Al desarrollar su capacidad de liderazgo y compromiso social, pueden convertirse en catalizadores de cambio para crear una sociedad más justa e igualitaria para todos.

En conclusión, la educación en equidad de género es mucho más que una simple herramienta para combatir la discriminación y la desigualdad de género. También puede desempeñar un papel fundamental en la formación de personas más críticas, sensibles y respetuosas de los derechos humanos, y por lo tanto contribuir a una educación de calidad y a la construcción de una sociedad más justa y equitativa.

Anexo

El proceso de la escritura

La escritura es un producto social e histórico que ha tenido un impacto significativo en nuestra percepción de la realidad a lo largo del tiempo. Debido a que es una forma de transmitir socialmente las experiencias acumuladas de generaciones anteriores, el lenguaje oral y escrito puede condicionar nuestro pensamiento y determinar nuestra forma de entender el mundo que nos rodea. Por lo tanto, la escritura no es solo una herramienta de comunicación, sino también una herramienta que

puede influir en la forma en que interpretamos y entendemos el mundo (UNESCO, 1991).

Es importante tener en cuenta que la escritura tradicional en muchas ocasiones asume y perpetúa los prejuicios sexistas que han existido históricamente en nuestra sociedad. Por ejemplo, a menudo se utiliza un lenguaje sexista en textos que se refieren a ambos géneros sin reconocer la existencia de la diversidad de género. Esto puede contribuir a la discriminación y la violencia de género, y perjudicar a aquellos que no se identifican dentro de las normas tradicionales.

En consecuencia, es importante hacer una reflexión profunda sobre la forma en que utilizamos la escritura y adoptar prácticas incluyentes y respetuosas. Asimismo, es necesario que se fomente una educación literaria crítica que cuestione las formas de representar y trazar los personajes tanto femeninos como masculinos que sean realistas y apunten hacia una equidad entre los géneros.

En conclusión, la escritura es una herramienta importante para la transmisión de experiencias y conocimientos, pero también puede perpetuar la discriminación y los prejuicios sexistas si no se aborda adecuadamente. Por lo tanto, es necesario reflexionar sobre nuestra forma de escribir y adoptar prácticas respetuosas del género para garantizar una sociedad justa y equitativa para todos.

Sabemos que, en la redacción, lo que no se escribe no aparece, y por esta razón es importante prestar atención a la forma en que utilizamos el lenguaje. Cuando utilizamos el genérico masculino en textos, subordinamos a las mujeres a los hombres y les negamos su protagonismo en el ámbito público. Es por eso que cada vez es más común recomendar la utilización de un lenguaje no sexista en distintos ámbitos universitarios.

La utilización de un lenguaje no sexista no se trata solo de una cuestión de igualdad de género, sino también de respeto hacia todos los individuos y de la creación de un ambiente inclusivo que promueva

el reconocimiento a la diversidad. Un lenguaje incluyente y respetuoso favorece la identificación de más posibilidades de acción y el fomento del sentido de pertenencia y participación en un mundo sin discriminación.

Es importante destacar que el género no es lo único que puede ser una fuente de discriminación en nuestra sociedad. También existen otras formas de discriminación por edad, capacidades, clase, cultura, orientación sexual y religión, entre otras. Por eso, al utilizar un lenguaje que respete y valore la diversidad, estamos abriendo las puertas a una sociedad más justa y equitativa para todas las personas.

En este sentido, es interesante notar que la bibliografía de este trabajo no sigue estrictamente las normas APA, sino más bien se ha optado por incluir el nombre completo de las fuentes y no solo la inicial, en un intento por evitar el supuesto básico de que todos los autores son hombres. Al utilizar nombres en lugar de iniciales, se le da un mayor reconocimiento a cada una de las personas que han contribuido a la construcción del trabajo y se promueve una visión más equitativa del conocimiento. También debemos de revisar la ciencia, pues la construimos las personas, con nuestros sesgos. Los nombres no han sido ni serán suprimidos aquí.

En conclusión, la utilización de un lenguaje no sexista es una forma importante de promover la igualdad de género y la inclusión, pero también es una forma de respetar la diversidad en todas sus formas. Al utilizar un lenguaje incluyente y respetuoso, estamos promoviendo una sociedad más justa y equitativa para todos; una sociedad que valora y respeta la diferencia.

El camino para salir de la situación de opresión y dominación que nos atraviesa en cuanto a la construcción de nuestro género es un proceso que requiere del compromiso de todas las personas, en conjunto, para tratar de deconstruirnos día a día y tener una mirada diferente. Es importante darse cuenta de que esta opresión y dominación no nos deja desarrollarnos al máximo en el ámbito científico y en otros aspectos de

nuestra vida, lo que puede significar una pérdida personal tanto para mujeres como para hombres.

Es crucial reflexionar sobre el rol que han jugado las normas culturales y sociales en la perpetuación de estereotipos de género y en la subordinación de las mujeres a los hombres. Debemos ser conscientes de que la lucha por la igualdad de género no es una lucha de mujeres contra hombres, sino una lucha por crear una sociedad más justa e inclusiva para todos.

Como decía la educadora argentina Juana Manso, esta opresión de género aleja nuestro porvenir. Por eso, es importante que como sociedad nos comprometamos a trabajar juntos para construir un futuro mejor tanto para mujeres como para hombres, para que todas las personas podamos desarrollarnos plenamente y sin barreras impuestas por estereotipos de género. Este compromiso implica no solo una mirada diferente, sino un cambio real en nuestras acciones cotidianas. Solo así podremos salir de esta situación de opresión y dominación que nos ha limitado durante tanto tiempo.

Depende de todos y todas trabajar para cambiar esto. La educación es la principal herramienta.

Referencias bibliográficas

- Bandura, A. (2002). Social cognitive theory in cultural context. *Applied Psychology*, 269-290. <https://doi.org/10.1111/1464-0597.00092>.
- Berheide, C. (1994). *Barriers to work place advancement experienced*. State University of New York, Center for Women in Government.
- Bonino, L. (2002). *Masculinidad hegemónica e identidad masculina*. Publicaciones de la Universidad de Jaume.
- Calculadora del Cuidado. (2021). *Economía lanzó la Calculadora del Cuidado: una herramienta para calcular el tiempo y el aporte económico de las tareas domésticas*. Argentina: Secretaría de Innovación Pública.
- Cerrato-Guri, E. (2021). La protección de las personas menores víctimas de violencia de género. *Justicia: revista de derecho procesal*, 2, 269-308.

- Clit, E. (2018). *La carga mental*. LUMEN.
- Criado-Pérez, C. (2020). *La mujer invisible*. Titivillus.
- Di Giorgio, M. (24 de junio 2019). *Álbum de Señoritas*. Periódico de Literatura, modas, bellas artes, teatro- Versión Original. Juana de Manso.
- Eagleton, T. (2011). *¿Por qué Marx tenía razón?* Grupo Planeta Spain.
- Freijo, M. F. (2019). *(Mal) Educadas*. Ateneo.
- Freijo, M. F. (2023). *Decididas. Amor, sexo y dinero*. Temas de Hoy.
- Kjellstrom, A. (2017). Los historiadores se equivocaban: las mujeres vikingo eran líderes y guerreras. *La vanguardia*, 50-62.
- Las científicas olvidadas por el Efecto Matilda: “¿Y si Einstein hubiera sido mujer?” (2021, enero 15). *Video Dailymotion*. <https://bit.ly/48AcaGc>
- Ley 26.618. (2010). *Matrimonio civil*. Argentina: Gobierno de la República de Argentina.
- Ley Argentina núm. 26485. (2009). *Ley núm. 26485 de protección integral para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres en los ámbitos en que desarrollen sus relaciones interpersonales*. Argentina: ARG-2009-L-81169. <https://bit.ly/42ZIKjD>
- Ley de los 1000 días. (2021). *Ley Nacional de Atención y Cuidado Integral de la Salud durante el embarazo y la Primera Infancia*. Argentina: Ministerio de Justicia y Derechos Humanos - Argentina.
- Loden, M. (1987). *Dirección femenina: cómo triunfar en los negocios sin actuar como un hombre*. Hispano Europea.
- Masse, F. (2022, abril13). *Piso pegajoso: la desventaja que las mujeres tienen en el trabajo*. Mural de Género. <https://bit.ly/431qO8i>
- Moss-Racusin, C. y Dovidio, J. (2012). *John or Jennifer? Reseña del artículo de Moss-Racusin CA, Dovidio JF, Brescoll*. PNAS.
- Pateman, C. (1990). *El contrato sexual*. Antrophos.
- Rodríguez, H. (2020). *Las mujeres del neolítico también cazaban*. National Geographic.
- Sagnier, L. (2021). *Más cansadas que infelices*. Paidós.
- Sagnier, L. (2022). *Convivencia en pareja: termómetro para medir la equidad en las tareas domésticas del hogar*. España.
- Sanz, M. E. (2018). *Prevención femicidio: capacitación en C.A.B.A.* Rioei.
- Sanz, M. E. (2022). *Hacia la igualdad de género. 20 años abriendo caminos desde la economía social*.
- UNESCO. (2021). *Alfabetización*. España.
- Watzlawick, P., Beavin, J. y Jackson, D. (2002). *Teoría de la comunicación humana*. Tiempo Contemporáneo.