

 GUÍA PARA UNA UNIVERSIDAD MÁS IGUALITARIA

(NUEVAS) MASCULINIDADES, CUIDADOS Y CORRESPONSABILIDAD



UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA

Vicerrectorado de Igualdad,
Inclusión y Compromiso Social



CORRESPONSABLES



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE IGUALDAD



Junta de Andalucía

Consejería de Inclusión Social,
Juventud, Familias e Igualdad



¿POR QUÉ HABLAR DE MASCULINIDADES EN LA UNIVERSIDAD?

La universidad es un espacio de generación y transmisión de conocimiento, de formación de profesionales y de producción de pensamiento. Pero también es un lugar donde se construyen identidades, se aprenden formas de relación y se reproducen —o se transforman— las normas y valores que organizan la vida social. Como institución comprometida con la formación integral de las personas y con la transformación social, tiene la responsabilidad de promover la igualdad de género y de cuestionar aquellas dinámicas que generan desigualdad, discriminación o violencia.

Hablar de masculinidades, cuidados y corresponsabilidad implica reflexionar sobre el papel que los hombres desempeñan en la construcción de relaciones más igualitarias y en una distribución más justa de los trabajos de cuidados, esenciales para el sostenimiento de la vida. También supone reconocer que muchas de las normas tradicionales asociadas a la masculinidad —como la autosuficiencia, la competitividad, la desvinculación emocional o la asociación entre masculinidad y poder— ya no responden a las necesidades de una sociedad democrática que aspira a ser más igualitaria, inclusiva y cuidadora.



Las masculinidades no son una realidad fija ni una característica inherente a los hombres. Son configuraciones sociales de prácticas, relaciones y significados que se construyen y negocian en contextos determinados y que pueden cambiar a lo largo de la vida. Aunque persistan modelos de masculinidad hegemónica vinculados al orden heteropatriarcal y a la división sexual del trabajo, las universidades tienen la oportunidad de contribuir a la construcción de referentes masculinos más igualitarios, corresponsables y comprometidos con el buen trato y los cuidados.

Cada estudiante, docente o miembro del personal puede convertirse en agente de este cambio. Transformar las masculinidades no significa cuestionar a los hombres por ser hombres, sino ampliar las posibilidades de ser, relacionarse y cuidar, favoreciendo entornos universitarios más respetuosos, diversos e igualitarios para todas las personas.



UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA



Guía para una Universidad más Igualitaria:
(Nuevas) Masculinidades, Cuidados y Corresponsabilidad.



DEL HOMBRE PROVEEDOR AL HOMBRE CORRESPONSABLE

Las familias han experimentado profundas transformaciones en las últimas décadas. Si durante buena parte del siglo XX predominó un modelo basado en la división sexual del trabajo, en el que el hombre asumía principalmente el papel de proveedor económico y la mujer el trabajo doméstico y de cuidados, hoy la realidad es muy diferente. En la mayoría de los hogares, ambos miembros de la pareja participan en el mercado laboral y contribuyen, en mayor o menor medida, al sostenimiento económico de la familia.

Para muchos hombres, asumir la responsabilidad de proveer el sustento económico de la familia constituía un rol socialmente asignado y, al mismo tiempo, una forma de cuidar. Garantizar los recursos económicos, proteger a la familia y asumir la responsabilidad de su bienestar material eran expresiones de cuidado y compromiso acordes con la organización social de la época. Sin embargo, los cambios sociales, laborales y familiares han ampliado el significado de cuidar y las necesidades asociadas a ello.

En la actualidad, cuidar ya no significa únicamente aportar ingresos. Por un lado, muchos hombres desean implicarse más en las tareas de cuidado, especialmente en la crianza de hijos e hijas. Por otro, existe una necesidad social de distribuir de forma más equitativa las responsabilidades de cuidado, que tradicionalmente han recaído sobre las mujeres y que ellas siguen asumiendo de manera mayoritaria. Mientras la participación femenina en el empleo remunerado ha aumentado de forma muy significativa, la organización de los cuidados continúa siendo desigual. Las mujeres siguen realizando la mayor parte del trabajo doméstico y de cuidados, además de asumir la planificación, organización y coordinación invisible de estas tareas, conocida como carga mental.



UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA



Guía para una Universidad más Igualitaria:
(Nuevas) Masculinidades, Cuidados y Corresponsabilidad.



¿POR QUÉ LOS HOMBRES SIGUEN CUIDANDO MENOS?

La menor implicación de muchos hombres en los cuidados no responde a una falta de capacidad o de interés, sino a los procesos de socialización de género y a las condiciones sociales que siguen organizando el reparto de las responsabilidades familiares. Al tradicional reparto de roles se suman factores estructurales, como la brecha salarial, las desigualdades en el mercado laboral y las dificultades para conciliar la vida laboral, personal y familiar, que hacen que las responsabilidades de cuidado continúen recayendo mayoritariamente en las mujeres. Avanzar hacia la igualdad y corresponsabilidad requiere, por tanto, transformar tanto los estereotipos y mandatos de género como las condiciones sociales, laborales e institucionales que perpetúan esta desigualdad.

¿POR QUÉ CUIDAR IMPORTA?

Los cuidados sostienen la vida. Todas las personas somos interdependientes y, en distintos momentos de nuestra vida, necesitamos cuidar y ser cuidadas. En las últimas décadas, el envejecimiento de la población, la transformación de las estructuras familiares, la debilidad de las redes comunitarias de apoyo y la incorporación masiva de las mujeres al empleo han puesto de manifiesto una auténtica crisis de los cuidados.



Frente a este reto, cuidar no puede seguir siendo una responsabilidad privada atribuida principalmente a las mujeres. Es una responsabilidad compartida que implica a hombres y mujeres, familias, universidades, empresas e instituciones públicas. Cuidar tampoco se limita a atender a niños, niñas o personas en situación de dependencia; también significa cuidar de uno mismo, de las relaciones, de la comunidad y del entorno.

Incorporar los cuidados a la vida de los hombres no solo contribuye a construir una sociedad más igualitaria, sino que también favorece relaciones más satisfactorias, fortalece el bienestar personal y permite desarrollar formas de masculinidad más libres, corresponsables y comprometidas con el buen trato.



UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA



igUALdad

Guía para una Universidad más Igualitaria:
(Nuevas) Masculinidades, Cuidados y Corresponsabilidad.



¿QUÉ ENTENDEMOS POR CORRESPONSABILIDAD?

La corresponsabilidad beneficia a toda la sociedad. Contribuye a reducir las desigualdades de género, mejora el bienestar de las mujeres y permite a los hombres desarrollar relaciones más cercanas y satisfactorias con sus hijos e hijas, sus parejas y su entorno. Además, reduce la presión asociada al mandato tradicional de ser el único proveedor económico y favorece formas de masculinidad más libres, saludables y compatibles con una vida personal, familiar y laboral más equilibrada.

Ser corresponsable significa asumir de manera compartida las tareas y responsabilidades necesarias para sostener la vida cotidiana. No consiste en ayudar de forma puntual, sino en compartir tanto las tareas visibles como las invisibles: organizar, planificar, anticipar necesidades, tomar decisiones y cuidar de las personas, las relaciones y los espacios comunes.

CORRESPONSABILIDAD INSTITUCIONAL: EL PAPEL DE LA UNIVERSIDAD

En el ámbito universitario, la corresponsabilidad implica reconocer que estudiantes, profesorado y personal técnico, de gestión y de administración y servicios también tienen responsabilidades de cuidado. Por ello, una universidad comprometida con la igualdad debe promover medidas que faciliten la conciliación y construir una cultura institucional que reconozca y valore los cuidados como una responsabilidad compartida, y no como una cuestión exclusivamente privada.

Las universidades pueden promover políticas y prácticas que favorezcan la corresponsabilidad, como horarios más racionales, medidas de conciliación, flexibilidad organizativa, una cultura del buen trato, la prevención de las violencias machistas y espacios de formación y reflexión sobre igualdad y cuidados.

Incorporar una cultura de los cuidados en la gestión universitaria contribuye a mejorar el bienestar de toda la comunidad, reducir el estrés, fortalecer el compromiso institucional y generar entornos más inclusivos, saludables y respetuosos.

Al mismo tiempo, el estudiantado, el profesorado y el personal técnico, de gestión y de administración y servicios tienen un papel activo en la construcción de esta cultura. La corresponsabilidad también se expresa en las relaciones cotidianas, en el respeto mutuo, en el apoyo entre las personas y en el compromiso por impulsar una universidad que sitúe los cuidados y la igualdad como valores centrales de su proyecto educativo e institucional.



UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA



Guía para una Universidad más Igualitaria:
(Nuevas) Masculinidades, Cuidados y Corresponsabilidad.



SEIS CLAVES PARA UNA MASCULINIDAD IGUALITARIA Y CORRESPONSABLE

1



Cuestiona los estereotipos de género

Desde pequeños, hombres y mujeres aprendemos, de forma más o menos consciente, qué se espera de nosotros por el hecho de ser hombres o mujeres. Estas expectativas pueden limitar nuestra forma de pensar, sentir y actuar.

Ser hombre no implica tener que ajustarse a unos determinados estereotipos. No existe una única manera de ser hombre. Cada persona puede construir su propia forma de vivir la masculinidad desde el respeto, la igualdad y los cuidados.

Revisa las ideas y creencias que has aprendido sobre cómo "debe" ser un hombre, como la obligación de ser fuerte, competitivo o autosuficiente, y pregúntate si realmente las compartes. Del mismo modo, procura no reproducir estos estereotipos con otras personas, especialmente con hijos e hijas, estudiantado o personas de tu entorno.

2



Reconoce tus privilegios

Aunque cada hombre tiene una historia y unas circunstancias diferentes, vivimos en una sociedad donde los hombres suelen disfrutar de determinadas ventajas por el hecho de ser hombres. A menudo pasan desapercibidas porque se consideran normales.

Por ejemplo, es frecuente que se espere menos de los hombres en las tareas de cuidado y del hogar, que su autoridad sea más reconocida o que encuentren menos obstáculos para acceder a determinados espacios de poder y promoción profesional.

Reconocer estos privilegios no significa sentirse culpable, sino comprender cómo funcionan las desigualdades de género. Tomar conciencia de ellas es el primer paso para construir relaciones más igualitarias y asumir una mayor corresponsabilidad en los cuidados. El cambio comienza cuando esa reflexión se traduce en decisiones y comportamientos cotidianos más igualitarios.



UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA

 **igUALdad**

Guía para una Universidad más Igualitaria:
(Nuevas) Masculinidades, Cuidados y Corresponsabilidad.

3



Acepta la vulnerabilidad

Uno de los mandatos de la masculinidad tradicional es que los hombres deben ser fuertes, autosuficientes y capaces de afrontar cualquier situación sin mostrar debilidad. Asumir este mandato puede dificultar la expresión de las emociones, hacer más difícil pedir ayuda y generar una gran presión por aparentar que todo está bajo control.

Pedir ayuda, expresar cómo te sientes o reconocer tus dificultades no te hace menos hombre. La vulnerabilidad forma parte de la experiencia humana y aceptarla favorece el bienestar, fortalece las relaciones y nos permite cuidar mejor de nosotros mismos y de las demás personas.

4



Cuida y déjate cuidar

La vida se sostiene gracias a los cuidados. Cuidar, cuidarse y dejarse cuidar forman parte de la experiencia humana. A lo largo de la vida todas las personas necesitamos recibir cuidados y, en diferentes momentos, también cuidar de otras personas, de nuestro entorno y de nosotros mismos.

Sin embargo, los cuidados han estado tradicionalmente alejados del modelo de masculinidad tradicional. Durante mucho tiempo se han considerado una responsabilidad principalmente femenina, un trabajo poco reconocido y escasamente valorado, a pesar de ser imprescindible para sostener la vida.

Asumir la corresponsabilidad en los cuidados es una cuestión de justicia social, pero también una oportunidad para crecer como personas. Cuidar fortalece los vínculos, desarrolla la empatía y nos ayuda a construir relaciones más igualitarias y satisfactorias.

Los cuidados adoptan muchas formas. Algunos están asociados a momentos de alegría, como acompañar el crecimiento de hijos e hijas, y otros implican afrontar la enfermedad, la dependencia o el final de la vida de un ser querido. Todos ellos forman parte de la vida y nos permiten desarrollar una masculinidad más humana.

Pero los cuidados no terminan en la familia. También implican cultivar las amistades, fortalecer la comunidad, prestar apoyo al vecindario o participar en iniciativas de voluntariado. Estas también son formas de cuidar. Del mismo modo, cuidar del entorno natural, promover el bienestar de los animales y preservar el patrimonio cultural contribuyen al bienestar colectivo y al futuro de las próximas generaciones.



UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA



Guía para una Universidad más Igualitaria:
(Nuevas) Masculinidades, Cuidados y Corresponsabilidad.

5



Rechaza cualquier forma de violencia

La violencia, en cualquiera de sus formas —física, psicológica, sexual, económica o simbólica—, no es una forma legítima de resolver conflictos ni de afirmar la propia masculinidad. El respeto, la igualdad y el diálogo son la base de una convivencia democrática.

La comunicación basada en la escucha, la empatía y la asertividad favorece relaciones más saludables y una mejor gestión de los conflictos. Construir masculinidades igualitarias también implica promover una cultura de los cuidados: interesarse por el bienestar de otras personas, apoyar a quien lo necesita y contribuir a crear entornos seguros, respetuosos e inclusivos.

6



Comprométete con el cambio

Las masculinidades igualitarias son un camino, no una meta. Implican revisar nuestras formas de relacionarnos, cuestionar los privilegios y avanzar hacia prácticas basadas en la igualdad, el respeto y los cuidados.

En un mundo marcado por las desigualdades y la violencia, situar los cuidados en el centro es una forma de contribuir al bienestar común y a la construcción de una sociedad más justa, democrática y habitable. Cada pequeño cambio en nuestra manera de relacionarnos puede generar transformaciones positivas en nuestro entorno.



Esta guía ha sido elaborada por la Unidad de Igualdad de la Universidad de Almería.
Autor de los textos: Francisco Abril Morales, Universitat de Girona.

Contacto:

➦ www.igualdad.es

✉ igualdad@ual.es

📷 @ualigualdad

☎ 950 214 728

📍 Edificio Central. Planta Baja. Despacho 0.86. Universidad de Almería



UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA

 **igUALdad**

Guía para una Universidad más Igualitaria:
(Nuevas) Masculinidades, Cuidados y Corresponsabilidad.