

## Inteligencia emocional: componentes y percepción de hombres universitarios de su relación con pares

### Emotional intelligence: components and perception of university men of their relationship with peers

Jaqueline Olvera Juanico <sup>a</sup>, Zoe Scarlett Ángeles Arteaga <sup>b</sup>

---

#### Abstract:

The effect of traditional ideas about masculinity on emotional intelligence and peer relationships in college men is described. A non-experimental, descriptive and cross-sectional study was carried out with mixed methodology, with seven heterosexual men between 18 and 25 years of age. The data collection techniques were the *Trait Meta Mode Scale* and a semi-structured interview with 16 items. The presence of traditional ideas about being a man and limitations in emotional expression towards their peers, other men, in family, social relationships and towards themselves were identified; In addition, a relationship with risky behaviors and other costs of practices associated with the limitation of expression of emotions was identified.

#### Keywords:

*Masculinity, emotional intelligence, men, peer relationship, university students.*

---

#### Resumen:

Se describe el efecto de las ideas tradicionales sobre la masculinidad en la inteligencia emocional y en las relaciones de pares de hombres universitarios. Se realizó un estudio no experimental, descriptivo y transversal con metodología mixta, con siete varones heterosexuales de entre 18 y 25 años. Las técnicas de recopilación de datos fueron la *Trait Meta Mode Scale* y una entrevista semiestructurada que constó de 16 reactivos. Se identificó la presencia de ideas tradicionales sobre ser hombre y limitaciones en la expresión emocional hacia sus pares, otros varones, en relaciones familiares, sociales y hacia sí mismos; además, se identificó una relación con conductas de riesgo y otros costos de prácticas asociadas a la limitación de expresión de emociones.

#### Palabras Clave:

*Masculinidad, inteligencia emocional, hombres, relación con pares, universitarios.*

---

### Introducción

Históricamente, los individuos se han encontrado en diferentes contextos sexo-genéricos y realidades personales que delimitan e influyen en el desarrollo de ideas, pensamientos y comportamientos sociales (de Keijzer, 1997). En el presente estudio, se planteó como objetivo el exponer la influencia de las ideas tradicionales sobre la masculinidad en la inteligencia emocional y las relaciones de pares de hombres jóvenes universitarios, para esto, es importante situar los puntos de referencia. Es común, que muchos de los atributos y roles especializados promovidos para ambos sexos tiendan a ser valorados socialmente de manera distinta, otorgando en mayor medida a los varones y lo "masculino" mayor poder y estatus (Bussey y Bandura, 1999; Guttman 1998;

Matud, 2017; Rosenfield y Smith, 2010; Téllez y Dolores, 2011).

La significación de ser hombre y lo relacionado a la masculinidad como un objeto de estudio, muestran configuraciones similares y particulares según el contexto (Schongut, 2012; Viveros, 1997), por ejemplo, en el estudio *La caja de la masculinidad*, se exploró qué es *ser un hombre joven* en Estados Unidos, México y el Reino Unido, con varones de 18 a 35 años. Los principales resultados señalan que sienten una presión abrumadora respecto a cómo debían ser, índices altos de síntomas de depresión asociados con su apego a los roles e ideas masculinas tradicionales, pensamientos suicidas, inseguridades y resistencias a pedir ayuda o apoyo cuando lo necesitan, incluyendo la disposición de recurrir a sus pares (Heilman, Barker y Harrison, 2017).

---

<sup>a</sup> Servicios de Inclusión Integral y Derechos Humanos A.C., <https://orcid.org/0000-0002-4143-3457>, Email: [jaqueline\\_olju@outlook.com](mailto:jaqueline_olju@outlook.com)

<sup>b</sup> Alas para Crear A.C., <https://orcid.org/0000-0002-8364-0374>, Email: [zscanar@gmail.com](mailto:zscanar@gmail.com)

El malestar registrado en diversas investigaciones (Heilman, et al. 2017; Viveros, 1997), resulta congruente con las consecuencias que tienen el ejercicio y reproducción de las masculinidades tradicionales, ya que según el informe *Masculinidades y Salud en la Región de las Américas*, elaborado por la Organización Panamericana de la Salud, las expresiones tóxicas de masculinidad exponen a los varones a adoptar riesgos en el trabajo o al volante, el consumo desmedido de alcohol y/o drogas, prácticas sexuales sin protección, relaciones interpersonales violentas -que pueden convertirse en homicidios- y una gestión inadecuada de las emociones (Organización Panamericana de la Salud, 2019). Por citar un ejemplo, en el contexto mexicano, según reportes del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en 2015 se registraron 655 mil 688 defunciones, de las cuales 363 320 fueron de varones, equivalente al 55% del total. En el grupo de edad de hombres de 15-24 años, las muertes se debieron a accidentes -de tráfico-, lesiones autoinfligidas y agresiones. Para el tema del suicidio en 2017, el porcentaje de defunciones por esta causa respecto al total de muertes violentas corresponde al 7.9% (INEGI, 2018).

La Masculinidad hegemónica -MH- (Connell, 2003), es el modelo predominante de masculinidad en un contexto determinado, es un ideal aspiracional para los hombres compartido ampliamente, y tiene características jerárquicas entre las diferentes ideas de masculinidades en torno al poder y sobre las mujeres; usualmente, se le identifica con la masculinidad más tradicional. Autores como Heilman, Barker y Harrison (2017), han planteado siete pilares de la MH o dominante, que se convierten en mandatos sociales que presionan a los varones a realizar prácticas consistentes con esas ideas y con la finalidad de lograr o demostrar "ser hombre": 1. Autosuficiencia; 2. Ser fuerte; 3. Atractivo físico; 4. Roles masculinos rígidos; 5. Homosexualidad y homofobia; 6. Hipersexualidad, y; 7. Agresión y control. Debido a procesos de socialización diferenciados para hombres y mujeres, esta idea de masculinidad "normal" impacta de diferente manera en la dimensión social, psicológica, comportamental e interaccional de los varones (Instituto Nacional de las Mujeres, 2010), y en las últimas décadas se ha ido deconstruyendo y visibilizando con el apoyo de diferentes registros y referencias que la señalan como nociva, tóxica y abusiva. Su carácter indeseable, se refleja en las altas tasas de suicidio de varones, abusos de sustancias, estrés de desempleo, el aislamiento, los actos violentos hacia ellos mismos o hacia otros hombres, la baja autoestima, sentimientos de rechazo y salud precaria debido a la falta de autocuidado y a la exposición a conductas de riesgo (de Keijzer, 2010; Universidad Nacional Autónoma de México, 2017).

De acuerdo a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura -UNESCO-, los jóvenes son las personas que se encuentran en un rango de edad entre los 15 y los 24 años, conformando un grupo heterogéneo que se encuentra en una constante evolución, rodeados de diferentes prácticas entorno a su experimentación y vivencia (UNESCO, 2018). El término de juventud, engloba una construcción histórica, social, cultural y relacional que adquiere diferentes connotaciones, restricciones y significados acorde a la época y el contexto (Fandiño, 2011, Urcola, 2003). En términos generales, las constantes exigencias que se tienen para cumplir las expectativas correspondientes al rol masculino están presentes desde la infancia y a lo largo de la vida, exponiendo a los varones de todas las edades y condiciones a la presión social de tales mandatos. Por lo tanto, algunos de estos hombres jóvenes reproducen o resisten los mandatos de la MH, según su contexto social particular, por ejemplo, los que se desenvuelven dentro del medio universitario. Se considera que este espacio de instrucción formal, como muchos otros, carece frecuentemente de cuestionamientos a los estereotipos de género, por lo tanto, a la "normalidad" masculina, resultando en un contexto adecuado para la reproducción de la MH y todos sus efectos indeseables: cuartar el desarrollo de algunos potenciales humanos por considerarlos como signo de debilidad y poca hombría al ser asociadas a "lo femenino" y las mujeres. Algunos de estas habilidades atrofiadas o limitadas en su expresión plena son los las emociones y los sentimientos (Díez, 2015). Frecuentemente, son los pares quienes se encargan de vigilar el cumplimiento de los mandatos de la MH, como parte de la pertenencia grupal y en el proceso de socialización de los sujetos varones.

Los grupos de pares, son un conjunto de individuos que comparten ciertas categorías sociales comunes, ámbitos de interacción en tanto a grupo, compuestos por compañeros de clase o personas con las cuales se comparten intereses, estatus económico o actividades con las se identifican entre ellos (Wolf, 2008; Simkin y Becerra, 2013). Es una dinámica que se da dentro de un grupo específico, donde sus integrantes comparten una serie de características como lo son: edad, el género, la posición socioeconómica, entre otras. En las relaciones entre pares, la aceptación o el rechazo social del grupo de jóvenes, según sea el caso, irán proveyendo indicadores de agresividad o retraimiento a los sujetos individuales, además de mostrar la existencia de lazos de amistad recíprocos y el tipo de reforzamiento -positivo o negativo- que estarían utilizando y manteniendo (Plazas, Morón, Santiago, Sarmiento, Ariza y Patiño, 2010). Estos procesos de socialización, involucran una interactividad donde el individuo satisface

sus necesidades psicológicas, asimila la cultura y perpetua la sociedad. De acuerdo a la perspectiva de género, el proceso de socialización construido a partir de las atribuciones consideradas propias del género femenino y/o masculino, determinan y condicionan el desarrollo integral de los individuos, además de restringir el panorama futuro de realización humana. Una socialización de género tradicional está cimentada en la desigualdad y subordinación del otro, es decir, de hombres a mujeres y entre hombres, y guarda características particulares dependiendo el contexto social, donde parte de las representaciones simbólicas de los sexos es reproducida a nivel individual (Lojo, 2009; Scoott, 1990).

Los individuos incorporan normas, roles, valores, actitudes y creencias, partiendo del contexto socio-histórico en el que se encuentran insertos a través de diversos agentes de socialización (Arnett, 1995; Maccoby, 2007; Grusec y Hastings, 2007 como se citó en Simkin y Becerra, 2013), resultando de particular importancia en la juventud, los grupos de pares. En torno a la socialización entre hombres, se pueden encontrar algunas ventajas claras para el varón que con el tiempo y la rigidez de las mismas se transformarían en costos para la salud debido a su forma hegemónica cultural e histórica (de Keijzer, 2001); la presencia de ejercicios de poder entre hombres y mujeres -género- proporciona un escenario de estado precario donde los jóvenes, en la búsqueda de aceptación y reconocimiento de su masculinidad atravesarían, de forma similar entre las culturas, diversas pruebas y castigos corporales ante el incumplimiento de las mismas, dando cuenta de los procesos de exclusión, subordinación y transformación de las relaciones sociales (Connell, 1995; Gilmore, 1994).

Es en las relaciones sociales, donde el ser humano ha ido ha ido desarrollando una serie de habilidades cognitivas, siendo la inteligencia emocional una de ellas. La inteligencia social definida por Thorndike en 1920, se consideró como “la habilidad de comprender y dirigir a los hombres y mujeres a actuar sabiamente en las relaciones humanas” (Molero, Saiz y Esteban, 1998, p. 15). Goleman (2015), menciona que la inteligencia emocional consta de diferentes elementos, como son: autoconocimiento emocional; autocontrol emocional; automotivación, y; reconocimiento de las emociones en los demás y relaciones interpersonales. Salovey y Mayer, la mencionan como: la capacidad de percibir los sentimientos propios y de los demás, distinguir entre ellos y a partir de esa información, guiar el pensamiento y la conducta de uno mismo (Bernarás, Garaigordobil y de las Cuevas, 2011). A partir de este modelo, el constructo multidimensional de la inteligencia emocional consta de tres procesos: percepción/atención; comprensión/claridad, y; regulación/repación de las

emociones. La percepción, implica el conocimiento consciente de las propias emociones, además de expresarlas y etiquetarlas de manera adecuada. La comprensión deriva a la integración de lo que se piensa y lo que se siente, claridad de los cambios y estados emocionales. Por último, la regulación hace referencia a la dirección y manejo de las emociones, positivas o negativas, de manera eficaz (Espinoza, Sanhueza, Ramírez y Sáez, 2015).

Ekman (1972), propone seis emociones básicas que parten de una serie de expresiones universales en las culturas de oriente y occidente, estas son: Ira, alegría, sorpresa, asco, tristeza, y miedo. Otero (2006), considera que las emociones son funcionales a un complejo sistema de regulación vital, y están dirigidas a evitar los peligros, ayudar al organismo a sacar partido de una oportunidad, o indirectamente, a facilitar las relaciones sociales. Por su parte, Aguado (2019) señala que, ante un evento externo, se devienen una serie de procesos cerebrales, los cuales desembocan en la emoción, dichas emociones poseen dos componentes: a) cognitivos -evaluación cognitiva y la experiencia subjetiva-, y; b) reactivos -reacciones fisiológicas y reacciones motoras -expresiones, tendencias de acción. Desde el enfoque psicofisiológico, las emociones son “reacciones complejas y estructuradas, de carácter rápido, difícil de controlar, con un fuerte contenido subjetivo y fisiológico, que alteran el comportamiento que se está realizando en ese momento y que preparan para la acción” (Martínez, 1995, p. 185).

Como parte de ese proceso interaccional de socialización, las personas interiorizan una gama de conductas, situaciones, sentimientos, vivencias, pensamientos, ideas, acerca de “lo que debe”, es esperado y permitido su persona en su sociedad, incluyendo un primer diferencial: los órganos sexuales con los que cuente. De esa forma, las sociedades se estructuran y construyen su cultura en torno al eje de la diferencia sexual de los individuos, entre otros, el cual determina el destino de las personas, atribuyéndoles ciertas características y significados a las acciones que unas y otros deberán desempeñar –o se espera que desempeñen–, y que se han construido socialmente (Instituto Nacional de las Mujeres, 2007). Así, a partir de una cultura patriarcal, se va estableciendo una construcción social que expresa profundas diferencias entre lo que significa y representa ser hombre, como opuesto y superior de las mujeres y lo “femenino”: el niño se va educando y orientando a comportarse de determinada manera, observando lo que se espera de él (Hardy y Jiménez, 2001; Hernández, 2014), lo que incluye, la (in)expresión de emociones, que se ven asociadas al actuar como “hombre”. El mostrar sentimientos como ternura, llanto o miedo, resta “virilidad” y significa ausencia de fortaleza, según la misma lógica

del poder de los estereotipos de género, ya que el dominio sobre los estados emocionales, sentimientos y necesidades afectivas, hacen alusión al dominio y control sobre sí y los otros, mostrando atributos “masculinos”; como sabemos, esa constante presión atrae por sí sola malestares que afectan en el ámbito de la salud, social y emocional.

Los mandatos asociados a la fuerza y al poder entendido como dominación de alguien o algo, son causantes de las vulnerabilidades en salud de los varones, ya que la presencia y posible dominio de los estados emocionales son el reflejo de un problema sociocultural (Figueroa, 2014), y el ejercicio de poder asimétrico que arrastra la MH acarrea una serie de experiencias alienadas y duales de sufrimiento, tanto de manera individual, como en relación a los otros -mujeres, niños, otros hombres. Así, los costos físicos, emocionales y económicos de apegarse a modelos de masculinidad toxica, y el impacto que tiene en los campos de la salud, violencia, la sexualidad y la reproducción, son estudiados por diferentes teóricos y en ocasiones, se retoman como iniciativas para trabajar estas situaciones (Heilman, et al. 2017; Heilman, Guerrero-López, Ragonese, Kelberg y Barker, 2019; Género y Desarrollo, 2018; OPS, 2019). La Organización Panamericana de la Salud (2019) reconoce ocho vulnerabilidades causadas y vividas por las masculinidades: 1) Ser pobre: aumenta la vulnerabilidad laboral y social; 2) Ser migrante: precariedad en ámbito laboral, de salud y vivienda; 3) Exposición a drogas e ITS; 4) Ser joven; indígena o afrodescendiente; 5) Tener morbilidad oculta: escaso autocuidado, nula o poca búsqueda de ayuda más servicios de salud inadecuados; 6) Tener sobre mortalidad: prácticas de riesgo que atenten al bienestar y salud; 7) No ser heterosexual, y; 8) Estar desempleado. Estas vulnerabilidades son una base que expone algunas de las principales causas de mortalidad en el grupo de hombres jóvenes -15 a 29 años- de la Región de las Américas: violencia interpersonal, traumatismo debido al tránsito, suicidio, trastorno por consumo de drogas, ahogamiento y VIH/SIDA.

La relación entre las ideas hegemónicas de masculinidad y su impacto en la expresión emocional de los varones en sus relaciones con pares, es una relación que permite apreciar la importancia de comprender el proceso de socialización (Donovan, 1983) entre pares varones, y la influencia de la idea dominante de masculinidad en la inteligencia emocional de sujetos particulares. El estado de la expresión emocional en los varones puede reportar afectaciones en el área de la salud mental, entre otras dimensiones personales y sociales, ya que la expresión de emociones diferentes al enojo suele considerarse como una debilidad indeseable, más que un recurso para responder a las necesidades

humanas. Contrariamente, la presencia de una adecuada inteligencia emocional dotaría de diversos beneficios a esta población en desarrollo, por ejemplo: a reducir la ansiedad, superar situaciones estresantes, mejorar las relaciones interpersonales, tolerar las frustraciones y desarrollar habilidades para resolver los problemas que surgen en ese y otros contextos, como lo son el personal, familiar, social y laboral (Santoya, Garcés y Tezón, 2018), es decir, situaciones clave para el desarrollo y mantenimiento de la calidad de vida.

## Método

Se realizó una investigación con diseño no experimental, de alcance descriptivo y transversal, con metodología mixta, con una muestra por conveniencia, integrada por siete varones de entre 18 y 25 años de edad, estudiantes de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Para alcanzar el objetivo de describir la influencia de las ideas tradicionales sobre masculinidad en la inteligencia emocional y las relaciones de pares de estos hombres jóvenes, se aplicó la *Trait Meta-Mood Scale* de 24 factores adaptada por Fernández, Extremera y Ramos en 2004, de confiabilidad superior a .85, que evalúa la inteligencia intrapersonal percibida, ubicando tres dimensiones -atención a los sentimientos, claridad emocional y reparación de las emociones-; posteriormente, se realizó una entrevista individual semiestructurada a cada participante con el apoyo de una guía de entrevista de 16 preguntas, previamente elaborada y enfocada a la vivencia emocional, su percepción y la relación con sus pares, para conocer su experiencia en torno a esos temas. El estudio se realizó dentro del periodo febrero-julio del 2019, y contó con el aval de un comité sinodal para los procedimientos éticos de la investigación, destacando en el proceso a la participación voluntaria, el anonimato, la confidencialidad de la información y su uso únicamente para fines del estudio. En la tabla 1, se describen las características generales de los participantes:

**Tabla 1.**  
*Participantes*

No. participante	Edad	Carrera	Semestre	Lugar de origen
S1	25	Derecho	10	Estado de Hidalgo
S2	22	Psicología	8	Estado de Hidalgo
S3	22	Psicología	8	Estado de Hidalgo
S4	21	Diseño gráfico	7	Estado de Hidalgo

S5	24	Diseño gráfico	5	Estado de Hidalgo
S6	21	Derecho	6	Estado de Hidalgo
S7	24	Derecho	7	Estado de Hidalgo

El análisis estadístico de los datos para los niveles de la inteligencia emocional realizó con el programa SPSS v. 18 (Landeró y González, 2007). La información cualitativa se procesó mediante la creación de categorías y subcategorías que segmentaron las narraciones, además de un análisis de contenido (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). Las categorías utilizadas fueron las siguientes: ser hombre; hombres y emociones; características deseables en los pares para expresar emociones; el papel de las emociones en su relación de pares. Subcategorías: reconocimiento de las emociones; percepción de las emociones; represión de emociones; hombres con los que se han reprimido, y; razones por las que se han reprimido.

### Resultados

A continuación, se presentan los resultados del instrumento TMMS-24 de manera global, las emociones reconocidas de parte de los varones y la descripción sobre cómo perciben las mismas, las características deseables de los pares para tener apertura y exponer los estados emocionales, y las consecuencias que han experimentado por no comprender los estados emocionales de sus pares. De acuerdo a los datos arrojados por el instrumento TMMS-24, dentro de las tres dimensiones o componentes de la inteligencia emocional se reportó lo siguiente:

**Tabla 2.**  
*Resultados TMMS-24*

Dimensión	Resultado	Descripción
Atención	En su mayoría, se encuentran dentro del parámetro <i>adecuado</i> .	Se observó que cuatro de seis varones se encasillan dentro del parámetro <i>adecuado</i> y uno más, muestra un resultado <i>excelente</i> .
Claridad	Se posicionan ligeramente dentro del parámetro <i>debe mejorar</i> .	Cuatro de los varones <i>debe mejorar</i> este factor y tres se encuentran en un nivel <i>adecuado</i> .

Reparación	Con ligero predominio en el parámetro <i>debe mejorar</i> .	Cuatro se ubicaron dentro del parámetro <i>debe mejorar</i> y tres en el <i>adecuado</i> .
------------	---	--

Fuente: Elaboración propia

Los estados emocionales se identifican de una manera óptima, sin embargo, podrían presentarse dificultades para la comprensión y regulación de los mismos y del malestar, ya sea con sí mismos o sus pares. Lo anterior trae como consecuencia una serie de eventos negativos que son retomados posteriormente.

En torno al reconocimiento de las emociones, figuran la tristeza y la alegría/felicidad como las primeras en ser mencionadas; según las emociones básicas, logran reconocer: tristeza, alegría, ira y miedo. Los datos se ven reflejados dentro de la tabla 3:

**Tabla 3.**  
*Reconocimiento de emociones de parte de varones*

Emociones en sí mismos	Emociones en otros varones
1 Tristeza	1 Enojo/Ira
2 Alegría/felicidad	2 Alegría/felicidad
3 Enojo/Ira	3 Angustia
4 Frustración	4 Frustración
5 Nostalgia	5 Miedo

Fuente: Elaboración propia

Dentro de las narraciones de los varones, se pudieron encontrar cuatro de las ideas pilares de la MH: autosuficiencia, ser fuerte, roles masculinos rígidos y agresión y control. Igualmente, se presentaron características que se consideran propias de la masculinidad dominante: ser protector, responsable, comprometido, tener aparato reproductor masculino (pene/testículos), dureza emocional, autoridad, fuerza, liderazgo.

Realizaron un reconocimiento emocional en función de la observación, es decir, al percibir que su par no *estaba serio*, con cierto tono de voz -bajo- y ritmo -diferente al habitual-, con una expresión facial particular -cara y ojos denotando enojo, tristeza, desacuerdo, etc.-, así como con velocidad diferente a lo usual en sus movimientos. Su percepción sobre los estados emocionales se refleja en las siguientes narraciones:

*" Es que puede variar mucho...hay muchos hombres... creo que la mayoría de los hombres reprimen mucho sus emociones y sentimientos, entonces... es difícil de decir cómo son." S1*

“Yo creo que las emociones tanto en hombres como en mujeres las tenemos presentes de la misma manera, simplemente que, con referencia a nuestro contexto, con nuestra cultura, las emociones de los hombres tenemos que reprimirlas” **S3**

Los entrevistados señalaron que las emociones son algo *difícil* de definir, o bien, que tenían que ser reprimidas; la represión resultó un común denominador entre ellos. De igual manera, todos comentaron no considerarse capaces de sentirlas y expresarlas, inclusive, mencionaron haber sido señalados negativamente por diferentes hombres de su entorno - familiares, maestros, amigos- si llegaban a demostrar emociones, al considerarlas como una debilidad o fuente de malestar: a) “La mayor parte del tiempo no me siento a gusto demostrando mis sentimientos [...] por ejemplo, cuando tengo miedo, tristeza o lloro... me siento débil ante las demás personas.” **S2**; b) “Siento que en algún momento si una emoción... un sentimiento se apodera de mí, perdería el equilibrio, me desconcentraría en mi papel... sería como una debilidad.” **S4**

Los grupos de hombres ante los cuales se decidió la represión de emociones, son: a) familia - padres, abuelos, tíos, primos-; b) escuela -compañeros de grupo y profesores; c) amigos, excluyendo el área laboral al ser referida como un espacio en el cual no tienen la necesidad de estrechar lazos o platicar de cosas más *íntimas/personales*. Por otra parte, las razones por las cuales han optado por reprimirse son: a) “He tratado de hacer amigos, pero... en el momento en que tú tratas de expresar los sentimientos... como que no lo toman con seriedad. Un hombre no toma con seriedad lo que estás sintiendo.” **SDGR**; b) “Por ejemplo con mis amigos. Si llego a decirles que estoy triste, ellos llegan a decir ‘pues ya anda de putito diciendo que está triste’... Con mi familia, porque cuando yo era pequeño me decían que no tenía que llorar ni nada de esas cosas.” **S2**

No obstante, la represión de emociones en estos contextos, el anhelo de empatía, comprensión, confianza, seriedad y compadrazgo en torno a sus necesidades emocionales estuvieron presentes. Dentro de las características deseables para los pares, y que les permitirían sentirse libres de expresar emociones, se desatacan las contenidas la tabla 4:

**Tabla 4.**  
*Características deseables para hablar de emociones*

Característica
----------------

1	Honesto
2	Empático
3	Tolerante
4	Confianza
5	Respetuoso
6	Sin juicios de valor
7	Seriedad
8	Saber escuchar
9	Compadrazgo/amistad
10	Estabilidad

Fuente: Elaboración propia

Sobre las condiciones necesarias para decidir expresar emociones, algunos participantes comentaron lo siguiente: a) “Para que yo pueda expresar mis emociones con otros hombres, deben de ser de confianza. Que se tome las cosas en serio y no la llevé a relajo... las emociones o sentimientos es algo importante.” **S1**; b) “Que haya compadrazgo, que sepa escuchar, que sepa tolerar, que sea divertido...espontáneo, que sea honesto... una persona que esté [que brinde tiempo para escuchar y apoyo].” **S4**

Como lo mencionaron, los pares que llegan a poseer estas características les brindan una sensación de bienestar que posibilita la libertad de expresar, comprender y ser receptores de emociones, y con ello, la posibilidad de establecer relaciones más próximas y saludables en términos de satisfacer sus demandas de salud mental. Contrario a lo anterior, las consecuencias negativas por no reconocer y comprender las emociones de alguno de sus pares, se encuentran sintetizadas en la tabla 5.

**Tabla 5.**  
*Consecuencias negativas por no reconocer emociones de pares*

Consecuencias	
1	Desconfianza
2	Establecimiento de relaciones superficiales
3	Distanciamiento
4	Ruptura de la amistad/vínculos afectivos
5	Agresiones físicas
6	Rencores

Fuente: Elaboración propia

Las emociones resultan importantes debido a que ayudan a la demostración/transmisión de afecto, felicidad, cercanía, actitud de acompañamiento y cordialidad en la relación con otros. Sin embargo, también son vistas como innecesarias o negativas para muchos hombres, y si llegan a ser expresadas, acarrear consigo una serie de conductas autodestructivas como el consumo de sustancias y/o malos tratos hacia los pares o contra la persona con la que se esté relacionando en ese momento. Por lo tanto, la importancia del autocuidado recae en la exigencia del conocimiento y validación de sí mismos y sus necesidades, así como la

calidad y tipo de relaciones nutricias que mantienen y replican. Algunas opiniones que tuvieron los jóvenes al respecto se pueden observar en los siguientes diálogos:

a) *“Yo creo que sí... tienen un papel muy importante, principalmente en la convivencia. Si tú te sientes feliz contigo puedes convivir con alguien más... puedes comunicarte más fácilmente.” S3;*

b) *“Casi no por lo regular. Con otro hombre no hablamos de cosas emocionales a menos de que se pongan a beber... ahí todo el mundo se pone a expresar lo que siente y saca lo que uno verdaderamente es, pero así, andando acuerdo...creo que no.” S1*

### Conclusiones

Los principales hallazgos del estudio, señalan que los componentes de inteligencia emocional presentados por estos hombres jóvenes se encuentran ubicados en niveles adecuado y bajo. Las emociones que reconocieron fueron básicas, destacando la tristeza, alegría, ira y miedo. Sobre el reconocimiento de sus necesidades afectivas, reportaron inconvenientes para lograr la identificación de emociones. En cuanto a la clarificación y regulación emocional, se observan contradicciones en su actuar y pensar, ya que reconocen las emociones como algo importante en su vida, sin embargo, ello ha sido limitado o debe limitarse por los mandatos de género que les presionan para hacerlo. También reportaron que les gustaría tener un ambiente sano en el cual expresar sus emociones libremente.

Dentro de las ideas que los jóvenes manifestaron en torno a la masculinidad y cómo debe ser, se observan conceptos que aluden a la masculinidad hegemónica, donde la fuerza, virilidad y autoridad, llegan a ser incompatibles con la vivencia y expresión de las emociones que los hacen sentir vulnerables o débiles. Estas ideas están presentes en sus diferentes contextos, teniendo como efecto la censura por parte de otros jóvenes y por ellos mismos, generando experiencias negativas que involucran el abuso de sustancias, insultos y riñas, así como el establecimiento de relaciones superficiales con sus pares y desconfianza, ruptura o distanciamiento en sus vínculos de amistad.

Estos hallazgos poseen similitudes con la literatura especializada, que señala a estas prácticas comunes en jóvenes varones de 15 a 29 años, y asociadas a una forma de masculinidad considerada “tóxica”. Por otro lado, las presiones por parte de sus familiares y amigos varones influyen en sus decisiones y prácticas, al compartirlas concepciones rígidas, limitadas y tradicionales sobre cómo vivirse “como verdaderos

hombres” en su actuar emocional y las relaciones con otras personas.

Las limitaciones del estudio señalan la falta de representatividad de la muestra y por consiguiente, que los resultados no sean generalizables, además de que no se contó con las experiencias o percepciones de los pares sobre temas a los que hicieron referencia los estudiantes, para tener una visión más completa de los dichos y hechos abordados en las entrevistas. Una ventaja de este tipo de estudio, es la apertura que tuvieron los hombres jóvenes para contestar el instrumento que se les había proporcionado, así como compartir sus experiencias y permitirse hablar de las necesidades y requerimientos para poder expresar libremente sus emociones.

A partir del reconocimiento de sus necesidades, el malestar provocado socialmente y la vulnerabilidad presente, se identifica a estos jóvenes como sujetos con necesidad de ejercer su derecho a la salud, ya sea con atención a sus carencias emocionales, o en acciones de prevención primaria que les orienten en la transformación de maneras más saludables de vivir su masculinidad, comprendiendo que el “no encajar” dentro de la normativa de género tradicional y alejarse de los mandatos tradicionales de la masculinidad, les dotaría de bienestar y herramientas cognitivas para el autocuidado y cuidado de otros.

Cuestionarse y vivirse como sujetos activos en contra/resistencia de la normativa de la masculinidad hegemónica, sería un reflejo del deseo de los jóvenes de mantener relaciones sanas y respetuosas en cada uno de los contextos en que se desarrollen, sin perder de vista las necesidades personales como individuo, y promoviendo ambientes más sanos, libres de desigualdades de poder en las relaciones y de violencias interpersonales.

### Referencias

- Aguado, L. (2019). *Emoción, afecto y motivación: un enfoque de procesos*. Madrid: Alianza Editorial.
- Bernarás, E., Garaigordobil, M. y de las Cuevas, C. (2011). Inteligencia emocional y rasgos de personalidad. Influencia de la edad y el género durante la edad adulta y la vejez. *Boletín de psicología*, (103), 75-88.
- Bussey, K. y Bandura, A. (1999). Social cognitive theory of gender development and differentiation. *Psychological Review*, 106, 676-713. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.106.4.676>
- Connell, R. (1995). *Masculinidades*. México Programa Universitario de Estudios de Género/Universidad Nacional Autónoma de México.
- Connell, R. (2003). *Masculinidades*. México, Programa Universitario de Estudios de Género/Universidad Nacional Autónoma de México.

- de Keijzer, B. (1997). *El varón como factor de riesgo: Masculinidad, salud mental y salud reproductiva. Género y salud en el sureste de México*. México: ECOSUR / Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.
- de Keijzer, B. (2001). Hasta donde el cuerpo aguante; género, cuerpo y salud masculina. En C. Cáceres, M. Cueto, M. Ramos, S. Vallenar (Eds.), *La salud como un derecho ciudadano. Perspectivas y propuestas desde América Latina* (pp. 137-152). Lima, Perú: International Forum for Social Sciences in Health/Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- de Keijzer, B. (2010). *Masculinidades, violencia, resistencia y cambio* [Tesis de doctorado en Salud Mental Comunitaria]. Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad Veracruzana.
- Díez-Gutiérrez, E. J. (2015). Códigos de masculinidad hegemónica en educación. *Revista Iberoamericana de Educación*, 68(2015), 79-98. <https://doi.org/10.35362/rie680201>
- Donovan, L. (1983). El desarrollo social del niño y adolescente: Revisión de algunas variables críticas. *Revista chilena de Psicología*, 6(2), 13-19.
- Ekman, P. (1992). Are there basic emotions? *Psychological Review*, 99(3), 550-553. DOI: 10.1037/0033-295x.99.3.550.
- Espinoza, M., Sanhueza, O., Ramírez, N. y Sáez, K. (2015). Validación de constructo y confiabilidad de la escala de inteligencia emocional en estudiantes de enfermería. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 23(1), 139-147. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3498.2535>
- Fandiño, Y. (2011). Los jóvenes hoy: Enfoque, problemáticas y retos. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 2(4), 150-163. <https://doi.org/10.22201/iisue.20072872e.2011.4.42>
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94, 751-755. DOI: 10.2466/pr0.94.3.751-755
- Figuroa, J. G. (2014). *Políticas públicas y la experiencia de ser hombre: paternidad, espacios laborales, salud y educación*. México, D.F.: El Colegio de México, Centro de Estudios Demográficos, Urbanos y Ambientales.
- Género y Desarrollo. (2018). *Suma por la igualdad: Propuesta de Agenda Pública para implicar a los hombres en la igualdad de género*. Ciudad de México, México: Gendes,
- Gilmore, D. (1994). *Hacerse hombre. Concepciones culturales de la masculinidad*. Barcelona, España: Paidós.
- Goleman, D. (2015) *El cerebro y la inteligencia emocional: Nuevos descubrimientos*. Barcelona, Ediciones B.
- Guttman, M. (1998). Traficando con hombres: la antropología de la masculinidad. *La Ventana. Revista de estudios de género*, 8. <https://doi.org/10.1590/S0104-71831999000100010>
- Hardy, E. y Jiménez, A. (2001). Políticas y estrategias en salud pública. *Revista Cubana Salud Pública*, 27(2), 77-88.
- Heilman, B., Barker, G. y Harrison, A. (2017). *La caja de la masculinidad: un estudio sobre lo que significa ser hombre joven en Estados Unidos, el Reino Unido y México*. Washington DC: PROMUNDO US – Unilever.
- Heilman, B., Guerrero-López, C., Ragonese, C., Kelberg M. y Barker, G. (2019). *The Cost of the Man Box: A study on the economic impacts of harmful masculine stereotypes in the US, UK, and Mexico* - Executive Summary. Washington, DC, and London: Promundo-US and Unilever.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México D.F: Editorial Mc Graw Hill.
- Hernández, G. (2014). El ser del varón y el diseño de políticas públicas e intervención social con perspectiva de género. *Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales*. (22) 209-233.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2015). Principales causas de mortalidad por residencia habitual, grupos de edad y sexo del fallecido. Cuéntame... Población. Recuperado de <http://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/defunciones.aspx?tema=P>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018). *Estadísticas de mortalidad*. [https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/pxweb/inicio.html?rxid=91a63b16-b544-4b50-8b37-90d5868e9620&db=Salud&px=Mental\\_07](https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/pxweb/inicio.html?rxid=91a63b16-b544-4b50-8b37-90d5868e9620&db=Salud&px=Mental_07)
- Instituto Nacional de las Mujeres (2007). *El impacto de los roles estereotipos y los roles de género en México*. INMUJERES, México.
- Instituto Nacional de las Mujeres. (2010). *Sexismo y androcentrismo. ¡Exprésate sin sexismo!*, <http://puntogenero.inmujeres.gob.mx/madig/sexismo/seccion2.html>
- Landerio H. y González. (2007). *Estadística con SPSS y metodología de la investigación*, Trillas, México.
- Lojo, M. (2009). Perspectiva de género en el proceso de socialización. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 727-732.
- Martínez, J. M. (1995). *Psicofisiología*. Síntesis.
- Matud, M. P. (2017). *Género y salud. Binomio que condiciona la calidad de vida de mujeres y hombres*. La Laguna (Tenerife): Latina.
- Molero, C., Saiz, E., Esteban, C. (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30(1), 11-30.
- Organización Panamericana de la Salud. (2019). *Masculinidades y Salud en la Región de las Américas*. Resumen.
- Otero, M. (2006). Emociones, Sentimientos y Razonamientos en Didáctica de las Ciencias. *Revista Electrónica de Investigación en Educación en Ciencias*, 1(1), 24-53
- Plazas, E., Morón, M., Santiago, A., Sarmiento, H., Ariza, S. y Patiño, C. (2010). Relaciones entre iguales, conducta prosocial y género desde la educación primaria hasta la universitaria en Colombia. *Universitas Psychologica*, 9(2), 357-369.
- Rosenfield, S. y Smith, D. (2010). Gender and mental health: Do men and women have different amounts or types of problems? En T. L. Scheid & T. N. Brown (Eds.), *A Handbook for the study of mental health: Social contexts, theories, and systems* (pp. 256-267). Nueva York: Cambridge University Press.
- Santoya, Y., Garcés, M. y Tezón, M. (2018). Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios. *Psicogente*. 21(40), 422-439. 39. <https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3081>
- Schongut, N. (2012). La construcción social de la masculinidad: poder, hegemonía y violencia. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 2(2), 27-65.
- Simkin, H. y Bacerra, G. (2013). El proceso de socialización. Apuntes para su exploración en el campo psicosocial. *Ciencia, docencia y tecnología*, 24(47), 119-142.



- Téllez, A. y Dolores, A. (2011). El significado de la masculinidad para el análisis social. *Revista Nuevas Tendencias en Antropología* (2), 80-103.
- UNESCO. (2018). *Ciencias Sociales y Humanidades. UNESCO: trabajando con y para los jóvenes*. <http://www.unesco.org/new/es/popular-topics/youth/>
- Universidad Nacional Autónoma de México (2017). *Problemas emocionales, entre las principales causas de suicidio*. <http://www.unamglobal.unam.mx/?p=22923>
- Urcola, M. (2003). Algunas apreciaciones sobre el concepto sociológico de juventud. *Invenio*, 6(11), 41-50.
- Viveros, M. (2017). Los estudios sobre lo masculino en América Latina. Una producción teórica emergente. *Nómadas*. (Col), (6),
- Wolf, S. (2008). *Peer groups: expanding our study of small group communication*. Thousand oaks, CA: Sage.