



Estereotipo masculino durante la adolescencia y su asociación con trastornos internalizados y el apoyo social: una revisión sistemática

► Más allá de los trastornos de salud mental específicos, el deterioro en la salud mental de los *adolescentes* es un problema de salud pública actual. La literatura existente se ha centrado en el estudio de factores individuales y su correlación con problemas de salud mental. Sin embargo, la psicología comunitaria hace énfasis en la importancia de considerar al individuo dentro de un contexto más amplio al estudiar la salud mental y bienestar, es decir, tomando en cuenta las “determinantes sociales”. Debido a que existe evidencia bien documentada de una disparidad en el estado de salud mental de acuerdo con el género, este enfoque es útil para comprender las diferencias entre y dentro de los distintos géneros.

Se ha encontrado relación entre las expectativas sociales de los individuos identificados como “hombres” y un deterioro en la salud mental. Si tomamos en cuenta que el género se construye a partir de un contexto y ambiente sociales dados, el estereotipo masculino no depende solamente de la esencia biológica, sino de una serie de acciones que llevan a cabo individuos interactuando con otros. La construcción social de una “masculinidad hegemónica” hace referencia a la forma de masculinidad más sancionada socialmente en momentos y lugares específicos; muchos hombres se esfuerzan por tratar de encajar en este estereotipo por alcanzar el ideal, muy pocos lo consiguen, es en esta lucha donde suelen originarse las inequidades en salud. La restricción emocional que caracteriza al estereotipo masculino es particularmente perjudicial para la salud mental del individuo.

Este estereotipo está relacionado con algunos trastornos de salud mental (depresión, suicidio, estrés, etc.) y sus características son críticas para comprender las vivencias de un individuo dentro de un contexto sociocultural. Las revisiones recientes sobre este tema tienen enfoques muy específicos, lo cual dificulta la evaluación holística de la relación entre género y salud. En cuanto a los trastornos de salud mental, la mayoría de la literatura está enfocada en los trastornos internalizados, los cuales abarcan problemas relacionados con el estrés (depresión, ansiedad) y el miedo (fobias, trastorno de pánico). Por otro lado, se sugiere que las vías a través de las cuales el estereotipo masculino contribuye al deterioro de la salud mental incluyen la falta de “búsqueda de atención”, proceso que abarca una serie de pasos que no cumplen con los estándares occidentales de masculinidad. Más allá de la búsqueda de atención, se ha determinado que el apoyo social es también un mediador importante entre la masculinidad y los trastornos de salud mental.

El “Inventario de Conformidad con las Normas de Género Masculinas” y la “Escala de Conflicto de Rol de Género Masculino” evalúan el apego a las normas de género en la sociedad occidental que abarcan diferentes conductas, creencias y actitudes que convergen en características comúnmente reconocidas del estereotipo masculino. Dentro de estas características se encuentran la restricción emocional, el dominio de uno mismo y la búsqueda de poder que existen de continuo, por lo que los niveles de adherencia pueden variar entre personas, a lo largo del tiempo y en diferentes contextos.

Para comprender la relación entre masculinidad y salud mental, deben también considerarse los atributos masculinos y femeninos deseables para hombres y mujeres; a diferencia del apego a normas de género, estos se consideran como propios del individuo y fuera de un contexto social; sin embargo, las expectativas de lo “apropiado” de estos atributos interactúan forzosamente con la socialización y el rol del género. Por otro lado, durante la adolescencia se desarrolla el sentido de identidad que incluye el género y puede evaluarse con base en la “tipicidad de género” o en qué forma tan adecuada se acopla uno a su categoría de género socialmente aceptada. Aunque la tipicidad difiere de las normas de género, ésta surge forzosamente de las expectativas culturales superpuestas del rol de género.

En conclusión, la literatura existente indica que existen por lo menos tres aspectos relacionados, pero distintos de la masculinidad, los cuales deben ser tomados en cuenta al evaluar su relación con la salud mental: apego a las normas de género, atributos de género e identidad.

Además de los enfoques insuficientemente específicos, pocos estudios se han centrado concretamente en la población adolescente. Debido a que actitudes, creencias, conductas, atributos e identidad de género, además del debut de muchos trastornos mentales, surgen durante la adolescencia, se considera importante evaluar la relación entre aspectos de la “masculinidad” y la “salud mental” en este grupo poblacional. El objetivo de la revisión es estudiar esta asociación en población adolescente (hombres entre los 9 y 20 años); está enfocada en los trastornos internalizados y el apoyo social (voluntad y habilidad de búsqueda de apoyo de fuentes formales e informales). Se incluyeron 29 artículos (20 cuantitativos y 9 cualitativos) publicados entre el 2007 y el 2017.

Para evaluar la asociación entre salud mental y el constructo de masculinidad se tomaron en cuenta tres categorías:

- a) *Apego a las normas de género* (ideologías y normas asociadas al género masculino). En dos artículos no se encontró asociación alguna entre apego a las normas y trastornos internalizados (depresión, ansiedad, estrés y autoestima). Cinco reportaron una asociación negativa; esto es, a mayor apego a las normas, peor salud mental (depresión, autoestima, ansiedad y estrés). En uno se encontró una asociación positiva, es decir, que a mayor apego a las normas mejor salud mental (depresión). En relación con la búsqueda de apoyo social, un estudio no reportó asociación; mientras que tres reportaron asociación negativa, es decir,

que a mayor apego a las normas predijo menor búsqueda de apoyo (intención de buscar apoyo, actitudes hacia la búsqueda de apoyo).

- b) *Atributos masculinos*. Cuatro artículos reportaron asociación positiva, esto es, a mayor identificación con atributos masculinos (ej. ambición y asertividad), mejor salud mental (depresión, autoestima, soledad). En dos artículos no se encontró asociación alguna con depresión. Uno reportó asociación negativa, es decir, que una mayor identificación con atributos masculinos se asoció a pobre salud mental (trastornos internalizados). Dos artículos no informaron asociación entre atributos masculinos y búsqueda de apoyo social, mientras que uno habló de asociación positiva entre aprobación de atributos masculinos y número de amigos.
- c) *Identidad masculina* (tipicidad de género). Seis artículos reportaron una asociación negativa con trastornos internalizados, esto es, que a mayor tipicidad de género peor salud mental (depresión, autoestima, ansiedad, soledad y estrés). En un artículo se encontró una asociación positiva, o sea que a mayor identidad masculina mejor salud mental (depresión, autoestima). Un artículo evaluó la asociación entre apoyo social percibido e identidad masculina, sin encontrar relación.

Estudios cualitativos

La evaluación de las asociaciones se enfocó principalmente en el apego a las normas de género, explorando los siguientes hallazgos:

- a) *Conexión / restricción emocional* (cercanía, expresión, consecuencias y restricción). Se encontró que la habilidad para mantener amigos cercanos durante la adolescencia se asocia a mayor capacidad de resistir y mostrar inconformidad ante las normas del estereotipo masculino. De la misma manera, se reporta que la adherencia a las normas está relacionada con restricción emocional, la cual resulta a su vez en falta de búsqueda de atención en caso de presentar síntomas depresivos. En general, los artículos revisados reportan que conexión emocional, expresión y cercanía con amigos son afectadas por la adherencia a las normas de género; específicamente, los hombres que más se adhieren a la normativa de masculinidad presentan mayor restricción emocional que sus pares con menor adherencia y tienden a vigilar la masculinidad de otros hombres para mantener su ideal de "masculinidad". La conexión emocional es dependiente de la adherencia o rechazo del individuo a las normas de género.
- b) *Vigilancia de masculinidad*. Se encontró que la vigilancia es utilizada con la finalidad de minimizar la expresión emocional y mantener normas del estereotipo como estoicismo, fortaleza y restricción emocional. Los hombres reportaron minimizar e ignorar síntomas tanto físicos como psicológicos con el fin de mantener su masculinidad frente a sus pares.
- c) *Expectativas institucionales de la masculinidad* (expectativas de género en instituciones escolares y otras que determinan conductas aceptables). Dos estudios están enfocados en el modelo institucional y expectativas de masculinidad; se encontró que la masculinidad institucional refuerza las jerarquías, hegemonía y estructuras de poder, considerando algunos actos de masculinidad como

privilegiados. Al evaluar modelos normativos de masculinidad y suicidio, se encontró que las conductas de género se generan a nivel institucional y no individual. Los autores concluyen que la masculinidad institucional tiene como resultado una "producción y regulación de hombría" y no apearse a la misma genera ansiedad y estrés entre los individuos, además de afectar su habilidad para demostrar emociones y buscar ayuda debido a la expectativa de mostrarse estoicos e independientes.

En esta revisión se presentan los datos más recientes de la relación entre el estereotipo masculino, los trastornos internalizados y el apoyo social en adolescentes. Por lo general, se encontró que una mayor identificación con los atributos del estereotipo masculino se asocia con mejor salud mental, mientras que una mayor adherencia a las normas de género, caracterizadas por restricción emocional y dominio de uno mismo y menor tipicidad de género, se asocia con deterioro en la salud mental.

Los estudios cualitativos se enfocan principalmente en las consecuencias de la restricción emocional sobre la salud mental, demostrando que ésta contribuye a una menor búsqueda de atención para atender los trastornos de salud mental. Se reporta que, al ser más consciente de las normas de género y al recibir más apoyo por parte de pares y adultos, un adolescente expresa menor necesidad de adherirse al estereotipo y por mantener las expectativas de masculinidad. Se resalta entonces la necesidad de intervenir a nivel interpersonal e institucional para mejorar la salud mental de este grupo poblacional.

En cuanto al apego a las normas de género, se encontró que un mayor apego determina un deterioro en la salud mental y una menor búsqueda de atención, hallazgo en concordancia con la literatura existente. Por otro lado, aquellos estudios que no mostraron asociación presentan también un mayor riesgo de sesgo; más aún, el estudio que reportó asociación positiva se llevó a cabo con una muestra comunitaria, mientras que los que reportaron asociaciones negativas incluyeron muestras escolares. Finalmente, y debido a que el estereotipo se construye a nivel social, es posible que, dentro de algunos contextos, la adherencia a ciertas ideologías de masculinidad resulte adaptativa con respecto a la salud mental. Al explorar la asociación con los atributos del género masculino, la mayoría de los estudios reportaron que la aprobación/identificación de dichos atributos, tiene relación con una menor incidencia de trastornos internalizados y mayor apoyo social.

Los hallazgos mencionados van acorde a la literatura existente que identifica los constructos de adherencia a normas de género y atributos masculinos como distintos entre sí y con una relación diferente a la salud mental; específicamente, los atributos masculinos hacen referencia a características que son vistas como positivas dentro de la cultura occidental, mientras que las normas de género incluyen conductas que frecuentemente causan estrés. Más aún, los atributos "masculinos" evaluados pueden no ser considerados como tales en las sociedades contemporáneas, por lo que resultan no ser el mejor método para evaluar la asociación entre masculinidad y salud mental en la actualidad.

Finalmente, los artículos que evaluaron la tipicidad de género reportan que aquellos adolescentes con puntajes más altos en las escalas utilizadas (atipicidad), presentan con mayor frecuencia problemas de salud mental. Esto, probablemente, pone en evidencia la marginación y violencia que experimentan los niños que no se adhieren a lo que se conoce como tipicidad de

género, y requiere hacer estudio para mostrar que la influencia del ambiente sobre la salud mental y el apoyo social recibido pesa más que las características del propio individuo.

El reconocimiento de la asociación entre el estereotipo masculino y la salud mental es relevante para la comunidad médica/psicológica, ya que permite actuar sobre las brechas identificadas. A pesar de que se sabe que el estereotipo masculino se construye a nivel social y que es dependiente del contexto, la mayoría de la literatura existente se basa en el estudio del individuo y sus características y no del ambiente o de la cultura. Asimismo, se pone en evidencia la inexistencia de una problemática de masculinidad como tal y del surgimiento de problemas, resultados de la adopción o adherencia a normas de género excesivamente rígidas. Por tanto, el conocimiento del contexto sociocultural y sus implicaciones resulta crítico para comprender la aparición de trastornos de salud mental en adolescentes varones.

Al tratarse de una revisión que abarca diferentes culturas, se hace evidente que mientras que existen conductas de género similares entre éstas, el grado con el que los individuos se adhieren a las expectativas y el impacto en su salud mental puede variar dependiendo del significado que cada sociedad da a dichas conductas.

Por la importancia que tiene la etapa de la adolescencia en el desarrollo de la masculinidad, es importante continuar explorando las asociaciones entre estos dos conceptos en este grupo poblacional.

De esta revisión resalta la importancia de promover el reconocimiento de actitudes, creencias, conductas, atributos e identidad, así como su relación con las expectativas de género dentro de un cierto contexto cultural, para crear estrategias de promoción de la salud mental. De igual forma, la creación de grupos de apoyo y promoción de las relaciones interpersonales, en los que se ayude al individuo a detectar códigos disfuncionales y nociones restrictivas de masculinidad, podría ser benéfica y promotora de salud entre grupos de adolescentes.

Sofía Vidal de la Fuente

Bibliografía

Exner-Cortens, D., Wright, A., Claussen, C., & Truscott, E. (2021). A Systematic Review of Adolescent Masculinities and Associations with Internalizing Behavior Problems and Social Support. *American Journal of Community Psychology*, 68(1-2), 215-231. doi: 10.1002/ajcp.12492



*Portafolio
Antidepresivos*

**ANTIDEPRESIVOS
EFECTIVOS Y ACCESIBLES**
acorde a las necesidades de
cada uno de sus pacientes.

Fluoxac[®]
Fluoxetina

Xerenex[®]
Paroxetina

Remicital[®]
Citalopram

Sertex[®]
Sertralina

ARQUERA[®]
Duloxetina

Selective[®]
Escitalopram