

# Salud Mental y Nuevas Masculinidades Alternativas

escrito por Oriol Rios | octubre 27, 2022



Imagen de [Mircea](#) – See my collections en [Pixabay](#)

La OMS lanzó en 2019 una iniciativa que llevaba por título [Universal Health Coverage for Mental Health](#) mostrando la importancia que tiene la salud mental en la vida de las personas. Recientemente, estamos observando datos sobre el aumento de trastornos o dificultades en este ámbito, sobre todo de las [personas más jóvenes](#). Estos estudios dan diferentes explicaciones alrededor de este posible incremento, aunque es cierto que las casuísticas pueden ser muy amplias y abordarlas todas es casi inabarcable.

En el marco de los men's studies vinculados a la salud mental ya hace décadas que se habla de las consecuencias de la masculinidad hegemónica o masculinidad tradicional dominante en esta área. Las consecuencias no son solo para las víctimas de violencia que ocasionan los actos de estos modelos, sino que también para aquellos modelos de masculinidad, como la masculinidad tradicional oprimida, que son infravalorados socialmente y despreciados. Este hecho está directamente conectado con problemas de salud mental que pueden tener consecuencias tan negativas como el suicidio.

Si bien es cierto que se ha avanzado en este campo, sobre todo por la visibilidad que la opinión pública y los medios de comunicación le están dando a dicha temática, a menudo, no nos parece un enfoque adecuado. El discurso que se lanza es que la salud mental es importante cuidarla y que se debe eliminar el estigma de asistir a terapia psicológica. Sin embargo, desde la neurociencia y las recomendaciones internacionales estas no son las únicas prioridades. Por ejemplo, en el informe OMS: [World mental health report: Transforming mental health for all](#) se especifica la importancia de desarrollar servicios comunitarios más allá de servicios terapéuticos individualizados. Por otro lado, desde la neurociencia se habla de la amistad y las relaciones humanas de calidad como un indicador de mejora de la salud mental.

Desde las Nuevas Masculinidades Alternativas siempre estamos pendientes de seguir las recomendaciones científicas internacionales y creemos que algunos mensajes de los medios son superficiales y se dirigen exclusivamente a determinados colectivos. Resulta clasista imaginar que todas las personas debemos ir a terapia sabiendo que hay medidas comunitarias – que deberían tener carácter universal – a la vez que estrategias interpersonales, como

cuidar la amistad y las relaciones afectivo-sexuales, que benefician en gran medida la salud mental de todas las personas. Si bien defendemos la libertad de todo el mundo de acudir a terapia psicológica, partiendo de las evidencias científicas que señalan como esta práctica puede ser positiva, a la vez defendemos que no se escondan esas otras evidencias y recomendaciones que tienen resultados muy positivos y que son gratuitas y desligadas de cualquier interés corporativo o económico.