

## EL PAPEL DEL VARON: a propósito de la masculinidad

La palabra varón procede sustantivo latino vir, viga. Para los romanos el varón representaba la viga que sostiene la casa. Pero más allá de etimologías no podemos olvidar que todos los conceptos están sometidos a la forja de las diferentes culturas que han evolucionado en el planeta, en diferentes ambientes climáticos y biológicos que condicionan los hechos culturales. Tampoco podemos pasar por alto que el papel de los individuos en la sociedad según su sexo está totalmente determinado por el origen patriarcal de nuestra cultura, en detrimento de otras posibilidades que hubieran devenido de las sociedades matrísticas neolíticas hoy extintas.



Para entrar a valorar el papel del varón entre tanto matices culturales poco objetivos y que han conducido a situaciones de control, dominación y poder de un sexo sobre otro, queremos comenzar profundizando en los aspectos biológicos de nuestra especie y también, ¿por qué no?, en aspectos más abstractos como la simbología de las diferentes tradiciones.

Somos organismos dioicos, en los que las gónadas y por tanto los gametos masculinos y femeninos se encuentran en individuos separados. También nos caracteriza un evidente dimorfismo sexual, y la forma de cada uno de los géneros ya nos está indicando diferentes funciones biológicas. La clave de las diferencias físicas entre hombre y mujeres está en la disparidad hormonal entre ambos sexos. Los **hombres** producen hasta 10 veces más testosterona y menos estrógeno que las **mujeres**. En la adolescencia las **mujeres** empiezan a **liberar grandes** cantidades de estrógeno rápidamente (en el inicio de la pubertad), lo que genera un impacto significativo en el crecimiento del cuerpo, los senos aumentan y el cuerpo empieza a acumular grasa. El estrógeno también aumenta la velocidad del crecimiento óseo, lo cual culmina en 2 a 4 años tras el principio de la pubertad. Por tanto, las **mujeres** adolescentes crecen más rápidamente durante algunos años, pero después dejan de crecer.

**En el hombre la testosterona para de ser segregada en el nacimiento y vuelve durante toda la pubertad. Los hombres tienen un periodo mayor de crecimiento y generalmente consiguen una estatura mayor. Cuanto mayor sea la testosterona que un hombre produce, mayor es la cantidad de masa muscular y ósea comparado con una mujer. Los hombres desarrollan**

hombros más anchos, y pectorales más grandes, además tienden a depositar la acumulación de grasa en la zona del estómago y espalda, al contrario de las **mujeres** que acumulan la grasa en las caderas y piernas

En términos fisiológicos y biomecánicos, los músculos son idénticos en el **hombre** y **mujer**. La diferencia reside en que la masa muscular sólo es un 24% en un cuerpo femenino típico, mientras que suele ser del 40% en cuerpos masculinos. La fuerza de los grupos musculares inferiores es semejante en el **hombre** y en la **mujer**. Los **hombres** son más fuertes en las partes superiores debido al desarrollo aventajado de esta región

Naturalmente una **mujer** con producción de hormonas normales, no llega a alcanzar la misma cantidad de masa muscular que puede producir un **hombre**, pero a través de ciertas técnicas y tipos de suplementos se pueden llegar a desarrollar increíbles físicos, tal y como sucede con la práctica del culturismo.

La naturaleza prepara el físico de la mujer para la maternidad y el físico del hombre de mayor fortaleza por su mayor proporción de musculatura, ha determinado otras prácticas culturales: caza, guerra, seguridad, etc.. Tanto hombre como mujeres tenemos testosterona y estrógenos pero en proporciones diferentes. Todo esto sin obviar las tipologías constitucionales que da a cada individuo tendencias biológicas dispares: cerebrotonía (ectomorfo), somatotonía (mesomorfo) o viscerotonía (endomorfo). Aunque el hombre, en teoría, sea más fuerte la mujer desde su mismo nacimiento es más resistente y a lo largo de nuestra evolución como especie, la mujer ha soportado condiciones muy duras, no sólo se ha dedicado a la maternidad y la crianza, dependiendo de qué cultura, su papel en la tribu se diversificó: recolectora, agricultora, cocinera, artesana, sanadora, etc...

Por su parte el hombre, el varón, dadas sus cualidades se especializó en la caza, la exploración, la vigilancia, la planificación, la seguridad, la guerra, etc...

Con el tiempo estas tendencias en sus roles también determinó que la mujer fuera una cuidadora excelente, con gran capacidad de empatizar y saber sin mediar palabra el estado del otro, que fuera más intuitiva que reflexiva, que desarrollara más las capacidades de su hemisferio derecho. El hombre vivía más al exterior, fuera del círculo de crianza, del hogar, era más reflexivo, más directivo, desarrollando más las capacidades de su hemisferio izquierdo. Por su parte la mujer debido a estar sometida a los ciclos hormonales de ritmo lunar aparentaba más inestabilidad, mas voluble, mas emocional, mas subjetiva en cuanto a su círculo íntimo. El hombre más libre de la incidencia hormonal, era más estable y, en ocasiones, más capaz de ser objetivo al poder ver las situaciones desde el exterior sin una involucración tan emotiva.

El devenir de la relación entre los géneros en nuestra especie culminó con el sistema patriarcal y la dominación del sexo masculino sobre el femenino en diversos estadios del sometimiento dependiendo la cultura concreta. Se teoriza de una larga etapa en la Europa central y mediterránea de la existencia de una civilización matrística basada en la agricultura, en la que el papel de la mujer era central al igual que el culto a la diosa madre. Al parecer la llegada de pueblos arios nómadas y pastores impuso el patriarcado y el culto a los dioses masculinos, así como la relegación de la mujer a un papel secundario o aún peor. Hay autores que opinan que

la dominación de la mujer por el hombre viene de la mano de la domesticación de los animales.

No obstante más allá de sociedades patriarcales o matrísticas tradicionalmente las esferas del hombre y de la mujer funcionaban separadas, cada una con sus propios misterios y sus espacios impenetrables para el sexo opuesto. Fue a partir de la revolución industrial y de la incorporación de la mujer al mundo del trabajo, fuera del hogar, que se ha dado un paulatino acercamiento entre ambos géneros, todavía lejos de llegar a esa igualdad deseada.

Hombre y mujer, dos diseños biológicos, dos funciones diferenciadas que no tienen porque alejar o separar irremediamente a los géneros. La forma externa de los individuos nos da claves en relación a su función, así como sus especializaciones intelectivas (hemisferio izquierdo y derecho), pero ambos sólo son funcionales si se encuentran. Más allá de la funciones concretas de cada sexo están el resto de tareas y vivencias, una infinidad, que se pueden compartir.

No somos opuestos, sino complementarios, nos somos adversarios, ni víctimas, ni verdugos. El sentido de todo cuanto existe pivota sobre el polo de la colaboración, de la Santa Conciliación de lo diferente, tras un horizonte de fusión gozosa al que, por ejemplo, los budistas llaman el nirvana, otros el satori, la iluminación, el paraíso, el cielo, la libertad total.

Si a nivel de individuos adultos esa es la situación, penetrando en la intimidad del cuerpo y yendo a los elementos más masculinos y femeninos de nuestra especie: el óvulo y el espermatozoide, podemos estudiar en ellos también las características de estas dos pautas esenciales para la vida y la creación. El espermatozoide tiene mucha movilidad, es muy activo, es capaz de hacer un largo viaje contra corriente, tiene orientación y dirección, expuesto a la vorágine de un medio hostil está capacitado para alcanzar una meta que finalmente logra apoyado por un equipo de iguales con el consentimiento y la complicidad del óvulo. El óvulo por su parte en su esfericidad rueda y se deja llevar por el flujo natural, atesorando un mundo interno y siendo capaz de recibir a un extraño en su interior, creando un nuevo ser, único y genuino.

Ya sabemos cómo actúa la función de la maternidad transformando a la propia madre pero no está muy claro para la mayoría de qué manera actúa la función de la paternidad, e incluso si esa función es necesaria, ya que hoy en día con la fecundación artificial se puede pasar del apareamiento, de la pareja:



### LA PATERNIDAD: Ser papá afecta al cerebro... para bien

La maternidad nos hace más inteligentes, según un estudio publicado en la revista Scientific American.com. Experimentos recientes han demostrado que las ratas madres superan a aquellas que no lo son capturando la presa en un laberinto. Al parecer estos avances cognoscitivos son duraderos, permanecen hasta la vejez.

Las fluctuaciones hormonales llegan a producir cambios en algunas regiones implicadas en la regulación de comportamientos maternos como la capacidad de protección frente a los depredadores físicos.

Pues bien, **según un reciente estudio los papás no se escapan de experimentar cambios en su materia gris**. Investigadores de la Universidad de Princeton han encontrado que la estructura del cerebro de los [monos titís](#) es distinta en aquellos que son papás en comparación con los que no lo son. También hallaron que los primeros eran más receptivos a una hormona relacionada con el aprendizaje. Según los autores, esto es lo más cercano en relevancia en humanos que se puede obtener con un animal.

El estudio es pionero en tratar de establecer una relación entre la crianza paterna y los cambios físicos en el cerebro de un primate. La investigación ["Fatherhood affects dendritic spines and vasopressin V1a receptors in the primate prefrontal cortex"](#) publicada en la revista [Nature Neuroscience](#), demostró que "la experiencia de ser papá altera dramáticamente regiones cerebrales que son importantes para la cognición".

Parece ser que los monos titís papás tienen una mayor densidad de dendritas, las ramificaciones de las neuronas implicadas en la recepción de estímulos; es decir quienes eran padres tenían una mayor densidad de conexiones en la región cerebral conocida como corteza prefrontal que juega un papel crucial en las funciones cerebrales superiores como la cognición. Claro, esta región en los humanos está más evolucionada.

Pero no fue el único hallazgo, los investigadores también encontraron que los cerebros de los titís papás tenían más receptores de una hormona, que en los humanos es crucial para el aprendizaje y la memoria, conocida como vasopresina, un neuropéptido, en esa región; la cual se piensa que participa en la conducta paterna y la formación de lazos sociales. Eso significa que sus cerebros podían procesar una mayor cantidad de esta sustancia química que los de los que no eran padres.

Con estos resultados podríamos decir que el ser papá o mamá es un buen ejercicio para hacerse más inteligente ¿no?

***La teoría del apego. [www.craneosacral.org](http://www.craneosacral.org)***



## Los curiosos efectos de la paternidad

Cuando los hombres tienen hijos disminuyen de forma sensible sus niveles de **testosterona**. Y dado que la testosterona está considerada, -por los procesos que regula-, la hormona virilizante, es lógico pensar que un descenso en su concentración sanguínea ha de afectar, en cierta medida al menos, a las funciones o rasgos de los que depende la masculinidad. Así pues, podría afirmarse que, en cierto modo, la paternidad hace a los hombres menos "masculinos".

En los machos de la especie humana la testosterona se produce mayoritariamente en los testículos, aunque el control de su producción corre a cargo del sistema hipotálamo-hipofisario, que se encuentra en el interior del encéfalo. Esta hormona, en los varones, tiene efectos virilizantes: aparición del vello facial y corporal, agravamiento del tono de voz, crecimiento de la nuez de Adán, producción de musculatura, crecimiento del pene, producción de espermatozoides, configuración facial angulosa y alopecia, por ejemplo, son algunos de esos efectos.

Además, la testosterona es la hormona que estimula la libido, que predispone a ser más agresivos con los semejantes y que induce a cortejar a la persona con la que uno se quiere emparejar. La testosterona es, pues, la hormona que promueve el emparejamiento. Podría pensarse, por esa razón, que de ella también depende el éxito reproductivo. Pero aquí surge una dificultad.

En las especies en las que los machos asumen una parte de la tarea de cuidar a la prole o contribuyen con su aportación de alimento a su crianza, el éxito reproductivo de esos machos también depende del esfuerzo parental. Y dado que el tiempo y los recursos disponibles siempre son limitados, el tiempo o los recursos que se dedican a tratar de emparejarse no se pueden dedicar al cuidado de la progenie, por lo que entre esos dos cometidos se establece eso que en inglés se dice trade-off. Cuando se produce un trade-off entre dos usos alternativos de un recurso, cuanto más se dedica a uno de los usos menos se dedica al otro, y por ello, es importante que el compromiso que se alcance sea el que mejor resultados proporcione; en nuestro caso, los resultados debieran valorarse en términos de éxito reproductor.

Parece, por otro lado, lógico que la testosterona ha de cumplir un papel importante en la regulación de esa alternativa, dado su papel en la fisiología y psicología del emparejamiento. Y al parecer, en aves, efectivamente, se ha demostrado que la testosterona tiene ese relevante papel. Sin embargo, en mamíferos no se había podido establecer una relación clara entre los términos en los que se establece la disyuntiva entre emparejarse (con una pareja diferente) y cuidar a la prole, aunque había varias observaciones que no se habían considerado suficientemente concluyentes.

Los seres humanos tendemos a ser monógamos o monógamos secuenciales. Nos emparejamos durante periodos de tiempo relativamente largos. Y además, los varones humanos dedicamos cierta atención a nuestra progenie, tarea que puede prolongarse durante muchos años. En ese marco, si la testosterona se mantuviese en niveles altos tras la paternidad, aumentaría la probabilidad de que el varón dedicase

demasiado tiempo y energía a buscar otra posible pareja, y ello iría en detrimento de la atención a sus hijos. De ese modo, la posible ganancia en términos de éxito reproductivo que pueda derivar de tener hijos con la nueva pareja, se vería contrarrestada por la posible pérdida que podría producirse por disminuir su contribución al cuidado y atención de los que ya tiene.

El estudio al que me he referido se ha realizado en Filipinas con un número muy alto de hombres jóvenes (624) y ha sido un estudio longitudinal. Esto quiere decir que se han seguido las variaciones en los niveles de testosterona que han experimentado a lo largo del tiempo (varios años) los individuos estudiados, en vez de comparar en un único momento las concentraciones en un amplio conjunto de hombres en diferentes circunstancias (solteros, emparejados sin hijos o emparejados con hijos). Desde el punto de vista metodológico, este estudio es mucho más potente.

El primer resultado interesante del estudio es que los hombres con mayores niveles de testosterona al comienzo del estudio tenían, cuatro años y medio después, una mayor probabilidad de haberse emparejado y haber sido padres que los hombres con menor nivel de testosterona. Sin embargo, tras ser padres, experimentaban fuertes descensos en los niveles de testosterona; y esos descensos eran significativamente mayores que los que, por efecto de la edad, experimentaban los hombres que no habían sido padres. Y por si todo esto fuera poco, el descenso en la testosterona fue mayor en los padres que dedicaban mayor atención a sus hijos que en los que casi no se ocupaban de ellos.

Estos son, por lo tanto, esos curiosos efectos de la paternidad. El ser padre, a través de sus efectos sobre la testosterona, hace que disminuya la probabilidad de que los varones busquen otras parejas y dediquen esfuerzos y recursos a ello. Los autores del trabajo concluyen que los machos humanos hemos desarrollado una arquitectura neuroendocrina que promueve el compromiso parental, lo que apoya la idea de que los padres han ejercido esa labor de cuidado parental a lo largo de la evolución de los homínidos. En un artículo reciente valoré la posibilidad de que en nuestro pasado el cuidado parental no hubiese sido necesario para sacar adelante a la progenie. Si lo que este estudio sostiene es correcto, todo hace indicar que, por el contrario, sí lo ha sido.

[Por si los lectores no se han percatado de todas las implicaciones de esta conclusión, me permito incidir en una curiosa implicación: los hombres con parejas estables pero que no son padres, no experimentan el descenso de testosterona, con las consecuencias que de ello pueden derivarse.]

Fuente: Lee T. Gettler, Thomas W. McDade, Alan B. Feranil, y Christopher W. Kuzawa (2011): *Longitudinal evidence that fatherhood decreases testosterone in human males* PNAS 108 (39): 16194-16199. [www.pnas.org/cgi/doi/10.1073/pnas.1105403108](http://www.pnas.org/cgi/doi/10.1073/pnas.1105403108)

En el momento presente, ya superadas, al menos en el hemisferio norte, las limitaciones ambientales que determinaban algunas funciones de género, sólo nos queda reivindicar la necesidad de respetar la función biológica de la maternidad y la crianza, pelear por leyes más proteccionista a ese respecto, que sitúen como un valor inapreciable maternidad y crianza, que la vida laboral no sea un obstáculo para esas tareas básicas para en una sociedad que debe buscar ser solidaria, ecológica, tolerante y no violenta, para superar sus contradicciones y afianzar su supervivencia.



Por su parte, en el marco actual en el que el hombre guerrero ya no tiene sentido a no ser que sea bajo la tiranía de una incongruencia como pueda ser el machismo puro y duro, versus patriarcado. En una situación, hoy, de igualdad entre sexos y de colaboración entre los mismos, de búsqueda y encuentro, de complicidad entre las parejas, parece que el varón no encuentra su sitio en ese proceso delicado que es la concepción, la gestación, el parto y la crianza. Buscando en las características, que entendemos propias de lo masculino, podemos encontrar las claves del papel que debe jugar el varón en estos tiempos. :

- 1) Dada la posibilidad masculina de escapar a la influencia cíclica de las hormonas y por tanto poder acercarse más a la objetividad de lo que ocurre, es propio del varón poner límites en el entorno de la crianza, salir fuera de ese mundo subjetivo que pertenece a lo que C. Rodrigañez llama la pareja básica (mama-bebe) y ser capaz de poner límites estructurantes y de seguridad. Así mismo ese es el papel en el parto, dar seguridad al proceso y vigilar que nada externo o interno impida u obstaculice el flujo natural.
- 2) Dejar a la mama que se sumerja en ese mundo emocional de la relación madre-hijo y gestionar él los asuntos externos, ser esa puerta de contacto entre el exterior y el interior.
- 3) En su momento sacar al niño de la esfera simbiótica materna y mostrarle las maravillas del mundo exterior
- 4) En suma salvaguardar la estructura del hogar familiar y permitir que se dé el proceso natural, el apego seguro y facilitar todo cuanto sea necesario en la crianza.

Desde el punto de vista de la tradición espiritual de las diferentes culturas planetarias que convergen en principios básicos extensibles a toda la creación existe en el universo dos fuerzas creadoras, el principio masculino y el femenino ( 1 y 2, yin y yang, padre y madre,

agua y fuego, etc...) que cuando se relacionan amorosamente originan el 3, el hijo, y este, según el Tao Te King, genera a los 10.000 seres. A esos principio se les ha dado cualidades que en algún caso pueden parecer peyorativas, como, en relación a lo femenino, la negatividad o la pasividad. Eva Pierrakos (“Del miedo al amor”) nombra al principio femenino como “ *el principio de no interponerse en el camino y permitir que las cosas sigan su propio curso*”, el principio masculino es más escueto y lo llama principio de activación. En resumen habría un yin receptivo y un yang activo, y ambos principio, como las hormonas, habitan los dos géneros, pero unos predominan o son más afines al yin y otros más afines al yang. Todos y todas necesitamos de la activación (simpático) y la relajación receptiva (parasimpático), todos necesitamos abrirnos para permitir que la vida nos colme y a la vez atrevernos a penetrar la vida, a andar nuestro camino.

Esta cuestión de géneros y sus roles siempre lleva a que alguien nos recuerde que existe, y es un hecho natural, la homosexualidad, la transexualidad y el hermafroditismo, pero estas excepciones, representativas de una minoría cualificada, no invalidan la validez de este concepto de base, la ley de polaridad, es más esos casos también están supeditados, de algún modo, a ella.

¿Dónde nos encontramos tras más de un siglo de luchas feministas? ¿Hemos alcanzado la tan deseada igualdad entre hombres y mujeres? ¿Ha mejorado nuestra especie y el planeta que habitamos en esta confrontación? ¿Los valores de la feminidad han colaborado en transformar esta sociedad nacida del patriarcado?

Según nosotros lo vemos en ese proceso contemporáneo, valioso e imprescindible, de lucha por la igualdad de los sexos, los valores de la feminidad se han eclipsado para poder alcanzar e imitar los valores dominantes de la masculinidad, especialmente en sus aspectos más negativos: competitividad, agresividad, el exilio de la educación y la crianza, salvo excepciones, a guarderías y centros especializados en reproducir individuos sumisos y alienados, etc..

Desde aquí abogamos por recuperar los valores reales y en positivo de la feminidad y de la masculinidad, por un reencuentro conciliador, igualitario y creativo de ambos sexos para que desplieguen todas sus posibilidades y podamos crecer en Humanidad y en clave de Planeta.

