

# ¿Cómo combatir los estereotipos de género?

By [Vanessa @ Planned Parenthood \(/es/blog?author=786\)](#) | 28 de abril de 2023 a las 19:33

Categoría:



Compártelo



Una de las características que la mayoría de los padres, madres y/o cuidadorxs tienen en común es compartir el deseo de que sus hijxs logren ser ellxs mismxs, que disfruten de sus intereses, sus habilidades y que sean felices y que se puedan desarrollar plenamente.

Sin embargo, los estereotipos de género ([/es/temas-de-salud/identidad-de-genero/sexo-e-identidad-de-genero/que-son-los-estereotipos-de-rol-de-genero](https://es/temas-de-salud/identidad-de-genero/sexo-e-identidad-de-genero/que-son-los-estereotipos-de-rol-de-genero)) (es decir, las ideas tradicionales de cómo debemos actuar según nuestro género) y por consiguiente, los roles de género (es decir, qué roles se espera que desempeñemos) forman parte de nuestra cultura cotidiana a tal punto que muchas veces los padres, madres y/o cuidadorxs no somos conscientes de cómo los reforzamos sutilmente con comentarios y acciones, y del impacto que pueden tener en la vida de nuestrxs hijxs.

Los estereotipos de género (<https://www.plannedparenthood.org/es/blog/estereotipos-de-genero-lo-que-debes-saber-como-padre-madre-o-cuidadorx>) se enseñan inconscientemente desde que nacemos e influyen en cómo hablamos, actuamos, nos vestimos, qué intereses tenemos, cómo nos sentimos con nosotrxs mismxs y cómo nos relacionamos con los demás.

A través de los estereotipos, aprendemos a relacionarnos y qué debemos hacer según lo esperado socialmente, de acuerdo con nuestro género. Por ejemplo, el rol de ama de casa que usualmente se le asigna a las mujeres en donde se espera que cuiden de lxs hijxs, y el rol de proveedor, que se le asigna al hombre, donde se espera que genere los ingresos fuera del hogar.

Como estos roles predeterminados no siempre se ajustan a lo que las personas son y quieren hacer en realidad, pueden limitar el potencial que tenemos, influir en nuestras elecciones y oportunidades a la hora de la educación y la profesión, afectar nuestra salud mental y nuestras relaciones.

Por este motivo, es muy importante que todas las personas, y en particular madres, padres y cuidadorxs, tomemos acciones concretas para aprender a reconocerlos y tratar de enseñar algo diferente a nuestros hijxs, para que lxs jóvenes crezcan libres de estereotipos y logren desarrollarse sin estar limitadxs por su género.

Para promover un mundo más justo, debemos combatir los estereotipos y los roles de género y reemplazarlos por roles que se basen en la igualdad y la diversidad. Y aunque estén arraigados en nuestra cultura, es super importante la educación que nuestrxs hijxs reciban en casa.

Puedes empezar por :

1) **Aceptarlx por quienes son:** es importante incentivar sus habilidades aunque sean diferentes. Todos los géneros pueden ser bonitos, cálidos, cariñosos, duros, fuertes, competitivos, inteligentes, atléticos. Disfruta de las cualidades naturales que tienen tus hijxs sin hacerles sentir que por su género tienen que ser de determinada manera.

2) **Aceptar la diversidad de género:** Es una de las formas de demostrar amor incondicional por ellxs. Cuestionar las expectativas que tenemos respecto a lo que supone ser hombre y mujer, y asumir que existen múltiples identidades. (</es/temas-de-salud/identidad-de-genero/trans-identidades-de-genero-no-conforme>). Así pueden aprender a conocerse, aceptarse y expresarse como personas “únicas e irrepetibles”, dándoles más oportunidades para tener una vida feliz y plena.

3) **Romper los estereotipos de género en casa:** Es posible que todos compartan los quehaceres de la casa, cocinen, limpien, cambien pañales, vayan al supermercado, etc. Ten en cuenta que cualquier sistema de división de trabajo sea justo. Lxs niñxs que crecen en hogares donde se comparten las responsabilidades laborales y familiares y donde exista el respeto tienen más chances de querer tener relaciones equitativas cuando sean adultxs. Recuerda que estas ideas se transmiten de generación en generación.

4) **Ser sensible y respetuoso cuando hablas con ellos y cuando hablas de otras personas:** Es fundamental darte cuenta de las acciones o palabras que utilizas en la vida diaria que pueden lastimar o limitar. Todas las personas merecen disfrutar de las mismas posibilidades. Es bueno enseñar actitudes relacionadas con la solidaridad, el amor, el respeto a la intimidad propia y ajena, el respeto por la vida y la integridad de las personas. También a ser responsables con su sexualidad.

5) **Usar lenguaje incluyente de género:** Se trata de hablar de manera incluyente usando palabras que eviten el uso del masculino para referirse a las personas en general. Sin embargo, el lenguaje incluyente no se limita a las personas que se consideran hombre y mujer. Para las personas LGBTQ, por ejemplo las [personas transgénero \(/es/temas-de-salud/identidad-de-genero/trans-e-identidades-de-genero-no-conforme/como-se-si-soy-transgenero\)](#), quienes no se identifican con el sexo asignado al nacer, o personas con identidades no binarias que no desean identificarse ni como hombre ni como mujer, usar un lenguaje que tenga en cuenta su identidad es clave para su autoidentificación y su inclusión en la sociedad.

6) **Enseñarles sus derechos y responsabilidades para que reconozcan y acepten los derechos y responsabilidades de otras personas.** Cuánto más enseñes a respetar las personas más allá de las diferencias, más aprenderán a rechazar todas las formas de discriminación.

Etiquetas: [Sexo-Sin-Verguenza \(/es/blog?tagName=sexo-sin-verguenza\)](#), [Estereotipos-de-genero \(/es/blog?tagName=estereotipos-de-genero\)](#), [Igualdad-de-generos \(/es/blog?tagName=igualdad-de-generos\)](#), [combatir-los-estereotipos-de-genero \(/es/blog?tagName=combatir-los-estereotipos-de-genero\)](#), [diversidad-de-genero \(/es/blog?tagName=diversidad-de-genero\)](#).

