

¿Cómo es él? CONÓCELO, ¡ÁMALO!

A TRAVÉS DE UNA MINUCIOSA DISECCIÓN, TE EXPLICAMOS TODO AQUELLO QUE SIEMPRE QUISISTE SABER DE LOS HOMBRES Y AUNQUE TE ATREVISTE A PREGUNTARLES; NUNCA TE CONTESTARON PORQUE A ELLOS NO LES GUSTA HABLAR.

Por Guadalupe Flores*

Nuestro objeto de estudio –el Hombre– yace sobre la mesa del laboratorio. A simple vista podemos distinguir diferencias obvias entre él y nosotras: su altura, su complexión y su pene son las más notorias, pero hay muchas otras que se esconden en las profundidades de su ser y llegaremos a ellas.

La antropóloga que nos acompaña en la investigación asegura que los varones no han cambiado tanto desde la era de las cavernas. Los roles que desempeñaban hace miles de años son bastante parecidos a los que llevan a cabo hoy día, sólo que adaptados al contexto moderno.

“¿Por eso se portan de un modo tan primitivo?”, bromea Lucy, una lectora a quien invitamos a presenciar la disección.

Lo cierto es que tanto hombres como mujeres desarrollamos habilidades basadas en nuestro género desde que comenzamos a establecer sociedades arcaicas;

esas características están grabadas en nuestra genética y por eso todavía impactan en lo que somos, lo que hacemos y el modo en que reaccionamos ante distintas situaciones. Es lógico que 60 mil años de evolución pesen más sobre nuestra especie que cinco mil de civilización o escasos 500 de modernidad.

En el caso de los hombres, nos dice el psiquiatra Mario Zumaya, la esencia que prevalece es la de la lucha por la supervivencia: “Competimos entre nosotros, necesitamos probar que somos los más fuertes y queremos copular con cuanta hembra se nos ponga enfrente para propagar la especie; en pocas palabras, todavía queremos ser el macho alfa”.

Las mujeres que estamos en el laboratorio nos miramos unas a otras sin entender lo que Mario acaba de decir. Pero el doctor no se percata de nuestra confusión porque al ser hombre le cuesta trabajo leer las expresiones faciales de la gente.

(3,700)

millones de hombres
habitan el planeta.
Por cada 100 mujeres,
hay 105 varones.

PRUEBA 1 LA DISECCIÓN

CEREBRO

10%

más grande que el de la mujer;
aunque esto no implica que
sean más inteligentes.

La antropóloga interviene y aclara el concepto: “Para los animales que viven en manada, el macho alfa es el varón de la comunidad al que los otros siguen por ser más hábil o capaz de proveer al grupo. Las hembras lo prefieren al resto de los machos y buscan reproducirse con él. En la era de las cavernas el macho alfa era el cazador más fuerte, ágil y veloz”.

Precisamente, cazar fue la responsabilidad principal de los hombres durante miles de años. Les correspondía realizar esta tarea fundamental para la supervivencia, ya que su constitución física era más apta que la de nosotras. “Ésta y otras actividades primitivas contribuyeron a que el cerebro de los varones evolucionara diferente que el de las mujeres, por eso procesamos la información de una forma distinta dependiendo de nuestro género”, explica Mario mientras hace una incisión en el cuero cabelludo del sujeto.



Lo primero que vemos en el cerebro masculino es que está dividido por secciones. Cada parte se encarga de realizar una actividad específica y está configurado para hacer sólo una cosa a la vez. Ésta es una particularidad de los varones, ya que tienen 30% menos conexiones de fibras nerviosas entre el hemisferio derecho e izquierdo de su cerebro, en comparación con las mujeres; dichas conexiones permiten el intercambio de información entre ambos hemisferios y determinan la capacidad para realizar múltiples tareas al mismo tiempo.

“Por eso su esposo no les contesta cuando le hablan mientras está en la computadora o viendo el fútbol; no piensan que las está ignorando o no quiere hacerles caso, lo que pasa es que cuando los hombres estamos concentrados en algo no podemos prestarle atención a nada más, nuestro cerebro está programado de esa manera. Las mujeres no lo entienden y se desesperan porque son multifunción”, detalla Mario.

En el interior del cerebro masculino también está la explicación de por qué a ellos no les gusta conversar tanto como a nosotras. Si realizamos una resonancia magnética a un hombre que está hablando notaremos cómo se activa la totalidad de su hemisferio cerebral izquierdo, pues su función del habla no se encuentra en una zona específica. Esto influye en sus cualidades lingüísticas. Las mujeres, en cambio, tenemos la habilidad del habla ubicada en zonas bien localizadas de ambos hemisferios y esto nos hace buenas para comunicarnos y transmitir ideas de manera oral. Por eso nos encanta conversar de lo que sea.

Mente de cazador

Desde el punto de vista evolutivo es lógico que los hombres no cuenten con el don de la palabra; después de todo, los machos prehistóricos no lo necesitaban para llevar a cabo su labor de proveedores de la tribu. Ellos perseguían mamuts, por lo tanto su cerebro desarrolló principalmente habilidades que les ayudaban a cazar con maestría.



VISIÓN MASCULINA

Para ser buenos cazadores, los varones necesitaban identificar a sus presas a lo lejos. Gracias a ello, su vista de larga distancia se desarrolló más que la nuestra.



Ir tras su presa requería que calcularan la rapidez del movimiento del animal y la distancia a la que se encontraba en relación con la velocidad y la fuerza de la piedra que iban a arrojarle. Todas estas capacidades están asociadas con la habilidad visual-espacial, que se localiza en la parte frontal del hemisferio derecho del cerebro masculino.

“Es uno de sus grandes talentos y sólo el 10% de las mujeres lo tienen tan desarrollado como ellos. Por esa razón los hombres aman los deportes de precisión,

entienden mejor los mapas y son más orientados que nosotras cuando manejan”, asegura la antropóloga.

“¡Además de que si se pierden no serían capaces de aceptarlo!”, comenta Lucy y todas asentimos. Entonces pregunta: “¿Doctor, por qué los hombres nunca piden instrucciones aunque no sepan dónde están?”. Pero Mario no contesta pues se encuentra concentrado haciendo una incisión en el pecho de nuestro conejillo de Indias; no olvidemos que los hombres sólo pueden hacer una cosa a la vez.

Corazón de hierro

Comenzamos a inspeccionar el corazón del hombre y nos encontramos con algo bastante extraño: Aunque se ve tan humano y sensible como el nuestro, lo envuelve una gruesa coraza que casi ninguna mujer tiene. Esa capa dura e impenetrable nos repele; es como una advertencia de que no debemos escharbar más profundo, así que dudamos en seguir adelante. “No se alejen, esta parte del hombre es de difícil acceso, pero si la miran desde cerca y de verdad les interesa, podrán saber lo que hay dentro”, asegura Leopi, especialista en corazones.

Pegamos los ojos a la coraza y nos topamos con lo impensable: En un rincón oscuro y aislado se encuentran aquellas emociones que los hombres generalmente no demuestran (tristeza, vulnerabilidad,

SUS JUGUETES FAVORITOS: AUTOS Y GADGETS

¿Te has preguntado por qué a los varones les gusta tanto manejar? La respuesta se relaciona con sus destacadas habilidades visuales-espaciales. Cuando están detrás del volante ponen a prueba aquello que aprendieron cuando eran cazadores; tienen que calcular velocidades, ángulos y distancias cada que enfrentan las curvas del camino y conducen con rapidez para retarse a sí mismos.

Cuando manejamos, a las mujeres lo que más nos importa es llegar sanas y salvas a nuestro destino, por eso nos angustia ver que nuestro esposo conduzca demasiado rápido o haga

maniobras innecesariamente arriesgadas. En estos casos lo mejor es dejar tranquilo al conductor; a menos de que tenga un pésimo historial detrás del volante, seguramente sabe lo que está haciendo. Se nos complica entenderlo porque nuestras capacidades en esa área son bastante limitadas.

A ellos también les gustan los aparatos electrónicos que se relacionan con sus habilidades visuales-espaciales. Son fanáticos de los smartphones, las tabletas, los videojuegos, las computadoras, las cámaras de video y todo lo que tenga pantalla y necesite baterías.



miedo y ganas de llorar). Pensamos que son inmunes a ellas porque las ocultan en el fondo del corazón para parecer fuertes y seguros ante el resto de las personas. “La sociedad nos ha dicho que dar muestras de fragilidad es lo peor, así que reprimimos nuestros sentimientos porque un hombre debe proyectar fortaleza. Esto es una verdadera tragedia porque hay veces que te está llevando el tren y simplemente no puedes expresarlo”, se lamenta Mario.

“Y esto lo aprendemos desde chiquitos, un ejemplo clásico es cuando el papá está jugando con su hijo en el parque y el niño se cae. Apenas ve que se le asoma una lagrimita, el papá le dice ‘hijo, los hombres no lloran, límpiate la sangre y pórtate como machito’”, nos confiesa Leopi.

La idea de que un varón no debe mostrar debilidad también es una herencia de la era de las cavernas. El hombre primitivo que abandonaba la persecución del

mamut por dolor, cansancio o falta de habilidades, obviamente no podía liderar al grupo de cazadores e incluso llegaba a ser un lastre para la tribu. Hace 60 mil años era indispensable la fortaleza para subsistir en un entorno complejo y agresivo, la debilidad estaba prohibida porque significaba la extinción de la especie.

Aunque ese escenario ya no es válido, muchísimos hombres aún piensan que deben guardar sus emociones. Mario explica que esta represión es una de las principales razones por las que los varones son tres veces más propensos que nosotras a caer en adicciones como el alcoholismo. “Hombres y mujeres nos deprimimos igual, pero generalmente los hombres manifestamos esa depresión con enojo o bebiendo. Si en casa hay un señor que siempre está de mal humor y se la pasa borracho, seguramente está deprimido. En cambio, cuando una mujer se siente así lo manifiesta con clara tristeza”.

–Pobrecitos

de los hombres. Ha de ser horrible no poder llorar” – señala Lucy conmovida.

–¡Pero no lo digas así!

La verdad no sufrimos tanto; ¡eh! tampoco nos tengan lástima – contesta Leopi, “haciéndose” el fuerte.

Sexo primitivo

Enseguida pasamos a la parte más sensible de nuestro objeto de estudio. Sí, el pene. Leopi nos advierte que lo que estamos a punto de conocer requiere del mayor criterio posible.

Como el mundo sexual masculino y femenino son bastante diferentes, anticipa que sentiremos incredulidad ante las verdades que nos esperan y tal vez nos enojemos: “No vayan a exaltarse, pero algo básico que deben saber es que para los hombres el sexo es una necesidad física. Cuando tenemos hambre, comemos; cuando tenemos sed, bebemos agua y cuando estamos calientes, tenemos sexo o nos masturbamos. Así de simple”.

Lo miramos con decepción; hemos escuchado la misma farsa muchas veces en boca de otros hombres y sigue sin convencernos. No obstante, la antropóloga asegura que Leopi dice la verdad: “Gracias a sus altos niveles de testosterona, el deseo sexual de los hombres es superior al de nosotras”.

Aunque las mujeres también producimos esa hormona, lo hacemos en una cantidad significativamente menor; ellos tienen el cuerpo invadido porque biológicamente están programados para tener mucho más sexo. De vuelta a la prehistoria, los machos primitivos debían evitar la extinción de la especie y



PENE

7,200

veces eyaculan a lo largo de su vida. 2,000 son al masturbarse.

necesitaban estar listos para copular en cualquier condición, muchas veces al día y ante la menor oportunidad. El objetivo era esparcir su semilla por doquier y la testosterona provocaba en ellos un deseo sexual constante.

-Nosotros somos

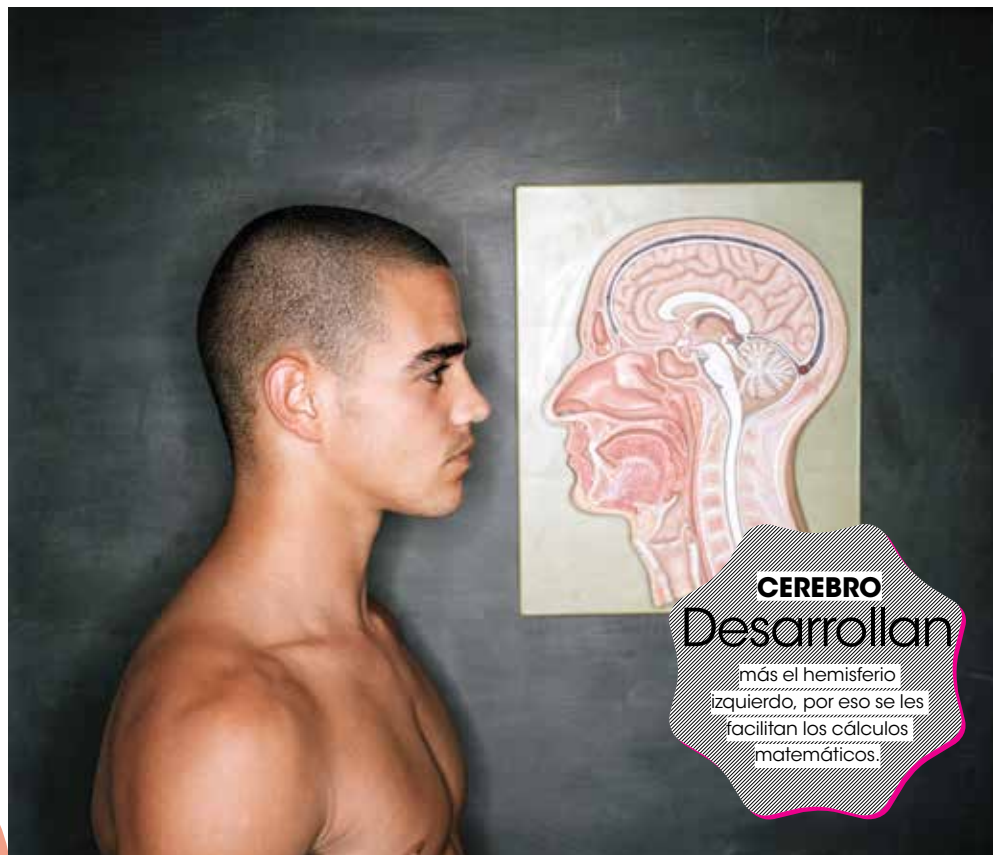
un pene con piecitos a partir de los 12 años de edad; llega el primito que te enseña a masturbarte y estás en la gloria, luego descubres la pornografía y te la pasas viendo películas todo el tiempo; finalmente un día tienes sexo y te das cuenta de que eso está mucho mejor, así que empiezas a buscarlo recurrentemente para liberar "tensión" – relata Leopi.

-Lo de la

testosterona lo entiendo, pero tanto como que el sexo sea una necesidad, ahí ya tengo mis dudas – rebate Lucy, aún escéptica.

Mario sonríe y reitera lo que nos han dicho los demás especialistas. “En verdad es una urgencia física; después de cierto tiempo de no tener relaciones sexuales, empiezan los sueños eróticos y el dolor testicular. Hay una producción de espermatozoides que tiene que salir por algún lado, si no el pene se congestiona. No es justificación, pero cuando los hombres atribuyen una infidelidad a la falta de sexo con su esposa, en la mayoría de los casos están siendo honestos. Su intención no es generar un vínculo emocional con otra mujer, simplemente es satisfacer su necesidad. Para ellos, ser infieles es el equivalente a comerse una hamburguesa si están a dieta, aunque suene horrible”.

Todavía no terminamos de asimilar tan reveladora información, cuando nos percatamos de que el hombre está despertando de la anestesia. Pronto estará listo para realizar la siguiente prueba, así que la antropóloga lo ayuda a levantarse y lo conduce a otra sala.



CEREBRO Desarrollan

más el hemisferio izquierdo, por eso se les facilitan los cálculos matemáticos.



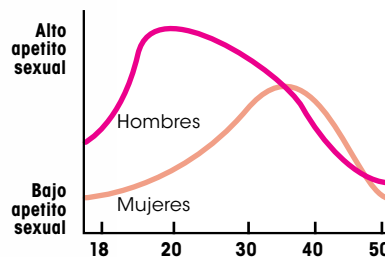
EL HOMBRE

Y SU PORNOGRAFÍA

Durante la adolescencia, la mayoría de los hombres consume alguna clase de pornografía para satisfacer su curiosidad sexual. Sin embargo, las películas porno pueden ser poco informativas para los jóvenes inexpertos. Muchos de ellos piensan que el coito en la vida real es tal y como lo ven en la pantalla y no entienden que son sólo fantasías masculinas.

Esta desinformación suele generarles distintos conflictos cuando se enfrentan a sus primeras relaciones sexuales; desde el absoluto desconocimiento de cómo estimular a su pareja, hasta desarrollar un complejo por el tamaño de su pene.

APETITO SEXUAL MASCULINO Y FEMENINO, SEGÚN LA EDAD.



PRUEBA 2

SOLUCIONAR UN PROBLEMA



OIDOS
No pueden
oír y hablar a la vez,
al menos con
suficiente atención.

Su problema

psicológico de mayor frecuencia son las adicciones. Las padecen tres veces más que las mujeres.

La habitación es pequeña. En el centro sólo hay una mesa con una silla enfrente y sobre la mesa, un celular, un cuaderno y un bolígrafo. El hombre entra en el cuarto y se sienta. Él no puede vernos pero nosotras lo observamos desde el laboratorio a través de una pantalla.

La antropóloga nos explica lo que está pasando: “Acabo de revelar al hombre que tengo un problema y le pedí que me ayudara a encontrar la solución. Le complació mucho que recurriera a él, como podrán imaginarse. Insinué que si él quería podíamos platicar un poco más al respecto para hallar alguna alternativa juntos; pero me contestó que eso no era necesario. Entonces lo invité a pasar a la

habitación para que estuviera más cómodo; veamos lo que hace”.

El hombre permanece sentado y apenas se mueve; introspectivo, ensimismado y en concentración. Sin duda alguna está pensando en cómo resolver el conflicto de la doctora. Suena el celular y no lo contesta, suena una vez más y sigue sin contestar, a la tercera vez finalmente responde y parece que la voz del otro lado le resulta familiar. Habla unos segundos y cuelga. Vuelve a sus pensamientos.

“La persona que llamó es su mejor amigo. Le dije que se comunicara para ver si el hombre solicitaba su ayuda o le platicaba algo de lo que estaba haciendo.

Como verán, se mantuvo hermético y sin decirle nada al respecto. Probablemente hasta le molestó que lo interrumpiera y por eso no habló mucho tiempo”, aclara la antropóloga.

Mario asegura que a la gran mayoría de los hombres les gusta solucionar los problemas solos porque para ellos pedir ayuda es un signo de debilidad. “Es como admitir que nosotros mismos no podemos; ¿para qué se lo vamos a decir a alguien si no nos hace falta? Yo tengo ejemplos dramáticos de pasarme 500 kilómetros de una población por no pedir instrucciones cuando iba manejando”, ríe.

Las mujeres hacemos algo muy distinto. Cuando tenemos un conflicto, antes de buscar una solución, lo primero que queremos es desahogarnos con alguien; por eso le hablamos a nuestras amigas para charlar o le contamos a nuestra pareja lo que nos está molestando.

Cada género tiene su propia forma de lidiar con el estrés de un problema. Si un hombre se siente tenso, se retira a la cueva de su mente y se concentra en hallar una solución a lo que le pasa; está tan enfocado en esa tarea que puede permanecer callado un largo rato. Como las mujeres hablamos para liberar nuestras preocupaciones, es común que malinterpretamos el silencio de los varones; en lugar de percibir que están ocupados pensando, creemos que están disgustados o que ya no nos quieren.

En realidad, ellos no necesitan verbalizar sus conflictos al mismo nivel que nosotras. Su capacidad para resolver problemas mentalmente es mayor que la de las mujeres, por eso su proceso de evaluación es silencioso.

“El cerebro masculino está muy bien clasificado y posee gran capacidad para separar y almacenar información. Los hombres pueden ordenar sus problemas en la mente, analizarlos y solucionarlos. Ellos sólo hablan de los conflictos cuando ya encontraron cómo resolverlos. En cambio, el cerebro de la mujer no puede



LENGUA
Dulce

es el sabor que menos distinguen. Son mucho más sensibles a lo amargo y salado.

CUERPO

12.5%

es grasa; en la mujer es exactamente el doble.

PENE

14 cm

mide en promedio.

MENTE RELAJADA

A diferencia de las mujeres, nosotros no anticipamos problemas que aún no llegan, por eso sufrimos tres veces menos trastornos de ansiedad.

manejar la información de esta manera, debido a ello necesitamos hablar de los problemas para –literalmente– sacárnoslos de la cabeza”, asegura la antropóloga.

Desde la pantalla, vemos que el hombre toma el celular y comienza a apretar las teclas. “Creo que se equivocaron y va a telefonar a alguien para pedirle un consejo”, comenta nuestra lectora Lucy.

La cámara hace un *zoom* hacia el aparato: El hombre no está marcando ningún número, explora las aplicaciones del teléfono. Cuando encuentra un juego de coches se ilumina su rostro y sonríe. “Seguramente ya resolvió el problema y ahora se está premiando, nada mejor que un videojuego para estimular su habilidad visual-espacial”, especula la doctora.

PENSAMIENTOS

MASCULINOS

En general, el mundo del hombre adulto está supeditado al trabajo. Un 70% de lo que piensan se relaciona con temas profesionales o económicos, por eso cuando un hombre pierde su empleo experimenta un gran vacío y siente que no tiene el control de su vida. Su rol como proveedor de la familia se ve amenazado.

Por otro lado, a los hombres les preocupan menos cosas que a las mujeres y no piensan en sus relaciones personales a menos que sean problemáticas o estén pasando por una crisis.

Además, el psiquiatra Mario Zumaya asegura que cuando los varones dicen que no están pensando en nada, por lo general es cierto:

“Las mujeres ignoran que los hombres podemos abstraernos y no pensar en nada en particular. No entienden este concepto porque ustedes siempre están pensando en algo. Pensar en nada es como entrar en un estado de atención mínimo, casi vida vegetativa. Sí estamos pensando en cosas pero de manera muy vaga, no son ideas tan claras como para poder explicárselas cuando nos preguntan: ‘¿En qué piensas mi amor?’”.

PRUEBA 3

OBSERVACIÓN EN MANADA

Todos

los hombres se han medido el pene alguna vez, aunque lo nieguen.

Salimos al jardín y vemos un grupo de hombres reunidos; parece que se conocen porque platican un poco. La antropóloga se aproxima hacia ellos, les da algunas instrucciones y vuelve a donde estamos nosotras. Nos explica que acaba de decirles que el experimento para el que los llamó se ha retrasado y les ha pedido que esperen un rato.

Volvemos al interior del laboratorio y examinamos lo que los hombres hacen a través de un cristal de visión unilateral como los que suelen hallarse en las salas de interrogatorios.

Leopi comienza a reírse ante lo que se avecina: “Cuando los hombres nos reunimos y no hay mujeres alrededor, la mayoría de las cosas que hacemos tiene que ver con demostrar cuál es el macho alfa. En el pasado remoto, lo determinábamos de acuerdo con quién cazaba más mamuts; pero hoy en día tiene que ver con otras cosas como el dinero, el éxito y las mujeres. Quien tiene más de todo eso, es el más hombre”.



PIEL

10

veces menos sensible al tacto que la de las mujeres. Por eso no sienten tanta necesidad de ser abrazados o acariciados.



PENE
11 veces

se pone erecto
durante el día, en
promedio.

Hombre 1: ¿Y cómo va tu negocio, güey? El otro día vi a Pedro y me dijo que andaba medio flojo.

Hombre 2: Para nada; tuve una rachilla mala, pero gracias a Dios ahorita nos está yendo muy bien.

Hombre 3: ¿De qué es tu negocio? No sé si ya te había dicho, pero acabo de terminar mi maestría en finanzas y te puedo echar una mano.

Hombre 2: Luego lo vemos güey; ahorita todo bajo control.

Hombre 4: Bueno ¿qué onda con el experimento? Ojalá que la doctora no se tarde para que me dé tiempo de ir a correr.

Hombre 1: ¡No me digas que corres, Luis! ¿Cuántos kilómetros? Yo diario me echo unos 15, mínimo.

Hombre 4: Pues cuando salgo temprano de trabajar me aviento 20, 25. ¿Y a qué club vas tú?

Hombre 1: No, yo corro en el bosque, así haces más esfuerzo. En caminadora está medio relax, ¿no?

Aunque la conversación que escuchamos parece casual e inofensiva, nos damos cuenta de que los cuatro varones están tratando de probar su superioridad de una manera sutil. “Muy civilizadamente todos le están diciendo al otro ‘yo hago cosas más importantes que tú’. Lo curioso es que nadie disfruta la presión de tener que probar que tiene poder o prestigio, pero como varón sientes que debes entrar en ese juego. De pronto el mundo masculino es horrendo, la pasamos mal; tienes que estar demostrando todo el tiempo que eres un hombre de verdad”, reflexiona Mario.

“Además, competimos desde que somos niños. Cuando vamos a la primaria ya se nos entrena para ser el que meta más goles, el que corra más rápido o el pegue más fuerte. Por eso los hombres jugamos

FUTBOL

¿POR QUÉ “DIABLOS” LES GUSTA?

Cada vez que eres testigo del éxtasis o la desolación de un grupo de hombres ante la victoria o derrota de su equipo de fútbol, seguramente te preguntas por qué les apasiona tanto. La explicación más simple tiene que ver con que el fútbol y otras disciplinas físicas apelan a la habilidad visual-espacial de los hombres y por eso les parece tan emocionante contemplar un gran gol o analizar una jugada.

Otra razón menos evidente –y más interesante– es la oportunidad que los partidos les brindan para liberar las emociones que suelen reprimir. “Uno puede llorar si el equipo pierde o puede dar un beso al compadre, si gana. Como el juego está muy emocionante y estamos bebiendo cerveza, pues se entiende”, explica Mario.



TESTÍCULOS
10 veces
más testosterona
producen que el cuerpo
de la mujer.
Entre 2,5 y 11 mg
diarios.

a las vencidas. Ya cuando crecemos, seguimos compitiendo pero en otras cosas. Un ejemplo clásico es cuando los hombres se pelean por ver quién paga la cuenta. En realidad no quieres tanto a tus amigos como para dispararles su comida, lo que buscas es demostrarles que tienes más dinero que ellos”, añade Leopi.

La antropóloga regresa con el grupo de varones e intercambian unas cuantas palabras; seguramente les ha dicho que pueden irse porque vemos cómo se despiden. Ella se da la media vuelta, camina hacia la puerta del laboratorio y en ese preciso instante alcanzamos a advertir cómo los cuatro la observan por detrás mientras sonríen con complicidad. “La doctora está buenísima, ¿no?”, exclama alguno de ellos.

ALBURES

SÓLO ENTRE HOMBRES

En su afán por probar su masculinidad ante los demás, los hombres hacen cosas que las mujeres no alcanzamos a comprender del todo, como alburearse.

“Todo el chiste del albur es demostrar que te pudiste coger a otro hombre. Esto se hace porque implica una idea de sometimiento y debilidad del adversario. Para entender estos comportamientos hay que conscientizarnos de que la identidad masculina se construye de algo esencial: no ser mujer; entonces todo lo que acercar a un varón a parecer mujer significa menos hombría. Que te cojan física, verbal o profesionalmente es lo peor que te puede pasar como macho”, aclara el psiquiatra Mario Zumaya.



RESULTADOS

El hombre siguió jugando videojuegos mientras observábamos a la manada, ahora regresamos con él para preguntarle sus impresiones sobre las pruebas y dar por terminada la investigación.


"Hombre, queremos agradecer tu ayuda. Esperamos no haberte faltado al respeto en ningún momento y que nuestra forma de abordar tu esencia haya sido la adecuada. Estamos seguras de que este análisis será muy útil para que las mujeres puedan entender a los varones con los que conviven y mejorar sus relaciones con ellos", le digo a nombre de la revista.

EL HOMBRE RESPONDIÓ:

"Chicas, ha sido muy halagador que se tomaran la molestia de analizarnos en **Fernanda**, sin embargo, debo decirles que difiero un poco de la imagen que han construido de nosotros porque no creo que todos los hombres seamos así. Yo soy una prueba viviente de esto.

A diferencia de otros varones, a mí no me apasiona el fútbol y nunca he visto un partido completo porque me aburro pronto. También me considero capaz de hacer más de una cosa a la vez y me encanta hablar con la gente; en verdad lo disfruto y no me cuesta ningún trabajo. En lo que respecta a mis sentimientos, soy bastante abierto y trato de platicar con mi esposa acerca de los problemas para encontrar

una solución juntos. Nunca me ha dado pena llorar frente a ella cuando me siento agobiado o deprimido y no por eso soy menos hombre o más débil.

Poco a poco estamos acabando con el estereotipo de los machos alfa: fuertes, protectores y proveedores. Hemos evolucionado mucho desde la prehistoria, pero no sólo biológicamente, también en un sentido social y educativo que ha hecho que nuestro género no nos defina tanto como en el pasado; hoy nos estamos adaptando a un entorno libre y abierto que nos permite ser nosotros mismos sin necesidad de probar que somos 'hombres de verdad', porque desde el momento en que nacemos, no nos cabe duda de que ya lo somos." 

AMOR DEMUÉSTRASELO

Para que un hombre se sienta valorado, requiere que su pareja satisfaga sus seis necesidades emocionales básicas:

Confianza: Creer que él está haciendo lo mejor que puede y que quiere lo mejor para ti. No dudar de sus intenciones.

Aceptación: No tratar de cambiarlo ni hacerle sentir que estarías mejor con alguien más.

Aprecio: Valorar su esfuerzo en el trabajo y el hogar, así como el apoyo que te brinda cada vez que lo necesitas.

Admiración: Resaltar sus cualidades y sus talentos, hacerle saber lo especial que es para ti y por qué lo amas tanto.

Aprobación: Reconocer sus ideas, apoyar sus acciones y celebrar sus logros. Transmitirle que está haciendo las cosas muy bien.

Aliento: Motivarlo a seguir adelante a través de la confianza, aceptación, aprecio, admiración y aprobación que le demuestras cada día.

***GUADALUPE FLORES** ES COEDITORA DE **FERNANDA**.

MARIO ZUMAYA ES MÉDICO PSIQUIATRA, ESPECIALISTA EN TERAPIA DE PAREJAS. AUTOR DE LOS LIBROS **PAREJA O MATRIMONIO. DECIDA USTED Y LA INFIDELIDAD, ESE VISITANTE FRECUENTE.**

LEOPI (LEONEL CASTELLANOS) ES COACH DEL AMOR Y AUTOR DE LOS LIBROS **EL EFECTO LEOPI Y EL EFECTO LEOPI PARA ELLAS.** SÍGUELO EN @ELEFECTOLEOPI
EL HOMBRE ES CHRISTOPHER ARMENTA, EDITOR DE FOTO DE **FERNANDA** Y ÚNICO VARÓN DE NUESTRO GRAN EQUIPO.

FUENTES:

ALLAN Y BARBARA PEASE. *POR QUÉ LOS HOMBRES NO ESCUCHAN Y LAS MUJERES NO ENTIENDEN LOS MAPAS.* EDITORIAL AMAT.

JOHN GRAY. *LOS HOMBRES SON DE MARTE, LAS MUJERES SON DE VENUS.* EDITORIAL OCÉANO.