

# La construcción social del cuerpo masculino: género, salud y conducta antisocial



Iván Sambade Baquerín@

Cátedra de Estudios de Género  
Universidad de Valladolid

## Introducción

Las dinámicas socioeconómicas de la globalización han generalizado el morfotipo atlético como canon normativo de belleza masculina en el mundo occidental. Su encarnación por parte de personajes públicos que ostentan una posición social de éxito (fundamentalmente actores de cine y deportistas de élite), está induciendo en los varones occidentales el deseo de identificación con este modelo, como parte de un sistema de mercado en el que la imagen personal es objeto de consumo.<sup>1</sup> Este hecho ha generado el auge social de la práctica del *bodybuilding* (o culturismo), mediante la cual los hombres occidentales construyen su cuerpo conforme al canon estético hegemónico.

La normalización social del cuerpo masculino conforme al morfotipo atlético surgió en los Estados Unidos de Norteamérica (EE. UU.) durante las décadas de los 50 y 60 del siglo pasado, lo que coincide con el auge de la industria del *cómic*. En el *comic book*, los superhéroes de ciencia ficción eran representados con cuerpos dotados de una musculatura potente y equilibrada, lo que indujo el deseo de identificación entre la población norteamericana. Lo anterior generalizó la práctica del *bodybuilding*, principalmente entre la juventud.

Posteriormente, la cultura de consumo articuló distintos modelos de belleza masculina asociados al cuidado estético y un estilo de vida sofisticado que habría surgido en espacios gay y se popularizó con la idea de que el *hombre moderno* es un sujeto que “desea ser deseado”.<sup>2</sup> Todos estos modelos, denominados *metrosexual*,<sup>ii</sup> *übersexual*<sup>iii</sup> y *spornosexual*,<sup>iv</sup> se caracterizan por la posesión de un cuerpo construido sobre la base del ejercicio físico.

El *bodybuilding* es un deporte basado en el entrenamiento anaeróbico con cargas, cuyo objetivo es conseguir una hipertrofia muscular que dote al cuerpo de un aspecto voluminoso, definido y equilibrado. A finales del siglo XIX, Eugen Sandow, primer propulsor del *bodybuilding* profesional, definió el canon estético del culturista como el ideal clásico de la proporción armónica entre las partes y el todo, materializado en la representación escultórica de los héroes de la mitología griega.<sup>6</sup> Este es el patrón estético al que se ajustan los cuerpos de los superhéroes del *cómic*, de los héroes del cine épico y bélico estadounidense y de los deportistas profesionales: el morfotipo atlético.

A lo largo del siglo XX, durante el desarrollo del *bodybuilding*, el morfotipo atlético derivó en su variante hipertrófica como canon estético del culturista. Este modelo mantiene la proporción entre las partes, con la particularidad de que el desarrollo de la masa muscular se extrema hacia dimensiones gigantescas. La representación de héroes masculinos por parte de culturistas profesionales, como Arnold Schwarzenegger, normalizó este modelo de belleza en la sociedad occidental, el cual se basa en la hipervirilidad.

En este sentido, Simpson observa que, de forma paralela, el morfotipo atlético hipertrófico se consolidó como característico entre los actores del porno gay de los años 70 y 80, lo que dio origen a un modelo estético de masculinidad que se denominó *spornosexual* y que se ha convertido en hegemónico de la belleza masculina, independientemente de la orientación sexual.<sup>6</sup>

De este modo, el modelo atlético hipertrófico surge en el *bodybuilding* junto con el uso de Esteroides Anabolizantes Androgénicos (EAA).<sup>v</sup> Los objetivos relacionados con el volumen, la potencia y la definición muscular se consiguen de un modo

<sup>i</sup> Este trabajo se enmarca en el Proyecto de Investigación Fundamental no orientada *La igualdad de género en la cultura de la sostenibilidad: Valores y buenas prácticas para el desarrollo solidario* (FEM2010-15599), subvencionado por el Ministerio de Ciencia e Innovación (VI Plan Nacional I+D+I).

@ Correo electrónico: [ivansambade@gmail.com](mailto:ivansambade@gmail.com)

<sup>ii</sup> El concepto *metrosexual* hace referencia a un hombre de la sociedad urbana post-industrial que se preocupa por su imagen y se posiciona como un objeto de deseo, a partir del cuidado estético de sí mismo y de un estilo de vida sofisticado, definido por las tendencias de consumo propuestas desde la moda masculina. Además, se caracteriza por cierta feminización de la imagen masculina, surgió en la cultura gay y se generalizó con independencia de la orientación sexual. Este término fue acuñado por Mark Simpson.<sup>3</sup>

<sup>iii</sup> Hace referencia a un hombre que se preocupa por su apariencia, pero retoma la imagen de la masculinidad tradicional. Es el producto de una tendencia heterocéntrica de mercado que pretende captar como consumidores a los hombres heterosexuales que rechazan la *metrosexualidad*, pero no pueden permanecer ajenos a las prácticas de cuidado estético de sí mismos.<sup>4</sup>

<sup>iv</sup> *Spornosexual* es una contracción de los términos *sportman*, porno y sexual. Mark Simpson acuña el concepto para referirse a hombres heterosexuales con el cuerpo propio de deportistas de alto rendimiento (morfotipo atlético hipertrófico) o de actores de pornografía gay que tienen una intención homoprovocativa. En opinión de Simpson, este modelo ressignifica la nueva *metrosexualidad*.<sup>5</sup>

<sup>v</sup> Este hecho se constata a partir de los comentarios y las anécdotas de los culturistas y otros deportistas profesionales, anteriores a la ilegalización de su uso con fines deportivos.<sup>7</sup>

superior y mucho más rápido mediante el consumo de estas hormonas sintéticas. Sin embargo, su empleo entraña una serie de problemas para la salud, que abarca desde trastornos conductuales y psicológicos hasta graves afecciones viscerales y sistémicas, como el cáncer.

Por lo tanto, en la actualidad, el consumo de EAA con fines deportivos es ilegal en la mayoría de los países occidentales. A pesar de ello, múltiples estudios sociológicos realizados en EE.UU. muestran que su utilización se ha incrementado entre la población general y la principal motivación es más estética que deportiva.<sup>8</sup> Asimismo, diversas investigaciones muestran que en ese mismo país, entre 3% y 12% de los varones adolescentes admitió usar o haber usado EAA,<sup>9</sup> y el consumo aumentó de manera significativa entre adolescentes atletas y adolescentes no atletas, por igual.<sup>10</sup>

En este sentido, Charles Yesalis concluye que los datos obtenidos de las encuestas sugieren que un porcentaje notable de los deportistas de élite, superior al que se observa en los resultados de los análisis antidopaje, probablemente utilice EAA.<sup>7</sup>

De acuerdo con la conclusión de que entre la población norteamericana ha aumentado significativamente el uso de EAA en las tres últimas décadas,<sup>11</sup> Parkinson y Evans aplicaron un cuestionario anónimo con el objetivo de conocer los hábitos de consumo de quienes utilizan esteroides. Este instrumento fue publicado en los sitios de Internet más populares entre quienes usan EAA y la muestra se conformó con una población de 500 encuestados.<sup>12</sup> Los resultados señalan que 78.4% (392) eran culturistas no profesionales que se dopaban por motivos estéticos, 59.6% (298) admitió haber usado más de 1000 mg de EAA por semana,<sup>vi</sup> 99.2% (496) se auto-administraba fórmulas inyectables de EAA y 13% (650) realizaba prácticas no seguras de inyección; además, 25% (125) consumía de forma simultánea hormona del crecimiento e insulina como adyuvantes. Finalmente, 99.2% (496) admitió haber padecido efectos secundarios derivados de su uso.<sup>12</sup>

Si se considera que la mayoría de quienes consumen EAA son varones,<sup>13</sup> entonces los datos anteriores muestran que el aumento significativo del uso de estas sustancias es consecuencia de la normalización social del cuerpo masculino.

Por otro lado, si se toma en cuenta que existe cierta complicidad corporativa para silenciar esta práctica en el deporte profesional, es factible afirmar que el número de consumidores, por diversos motivos, es superior al obtenido como resultado de la investigación descrita.<sup>11</sup>



También es importante que sean los culturistas no profesionales quienes han admitido con mayor facilidad que consumen o han consumido EAA. Esto obedece a diferentes razones, como el arraigo de una cultura del cuerpo dentro de la sociedad norteamericana o que el culturismo no es un deporte olímpico. Este dato revela un profundo desconocimiento de los efectos secundarios adversos, por parte de quienes consumen estas sustancias.<sup>14</sup>

Las razones por las cuales los usuarios de EAA no están informados de manera adecuada sobre sus posibles efectos adversos están relacionadas con la forma en que son comercializados: como sustancias ilegales que se obtienen en mercados clandestinos. Existe una amplia oferta disponible en Internet, en páginas dedicadas al *fitness* o al culturismo y también son vendidos en negocios relacionados con el mundo del deporte, incluyendo los gimnasios, a partir de redes de comercio transnacional. Este mercado negro proporciona un fácil acceso a los EAA a cualquier persona, incluidos los varones menores.

<sup>vi</sup> Cabe señalar que los testículos de un hombre adulto segregan 5-10mg de testosterona al día.<sup>11</sup>

De esta forma, la mayor parte de la investigación científica acerca de este consumo y de sus efectos se ha desarrollado en EE. UU. Es probable que esto se deba a que en ese contexto la cultura del *bodybuilding* y la práctica de los deportes de fuerza, como el fútbol americano, generalizaron su empleo. Por lo tanto, la mayoría de las fuentes cuantitativas para el estudio del consumo de EAA se encuentran en investigaciones científicas norteamericanas.

Como punto de partida, la bibliografía originada en EE. UU. ofrece un excelente marco científico para el conocimiento de las consecuencias del dopaje con EAA y para el análisis sociológico de las causas del fenómeno social que constituye la generalización de la práctica del *bodybuilding* y el consumo por parte de los varones.

En este sentido, existen múltiples indicios de que la práctica del *bodybuilding* se está generalizando entre la población española, lo que derivaría en la normalización del consumo de EAA como práctica coextensiva de la primera, con las respectivas consecuencias sociales. La reciente y exponencial proliferación de gimnasios dentro del estado español y la creación de empresas nacionales y transnacionales que monopolizan la gestión de gimnasios locales, la institución de asociaciones deportivas y de competiciones de culturismo y el creciente número de sitios de Internet y foros de dominio español acerca del *bodybuilding* y del doping con EAA, constituyen indicios que muestran la alta probabilidad de que este fenómeno social comience a afectar a la población española.

Por lo tanto, con base en las problemáticas que supone el consumo de EAA para los varones, el presente texto se articula en torno a un doble objetivo: contribuir a esclarecer los efectos y los riesgos que dicho consumo tiene para la salud de los varones y visibilizar la genealogía que la construcción (normalización) social del cuerpo masculino –según el canon de belleza del atleta– tiene dentro del conjunto de valores históricos, prácticas sociales y significaciones de género que constituyen la masculinidad hegemónica.

La integración de estos dos ejes de investigación mostrará que los costes que la construcción social del cuerpo masculino tiene para la salud de los varones están intrínsecamente ligados con un

modelo de masculinidad que la reproduce y la perpetúa, en la medida en que está constituido sobre una estructura sociohistórica de desigualdad entre los sexos.

Por ello, el análisis de las problemáticas derivadas de la construcción social del género, así como la perspectiva de género y los estudios de las masculinidades, son relevantes para el personal de salud por diversos motivos.

En primer lugar, la perspectiva de género aporta un conocimiento integral y profundo de las causas de ciertas patologías, en comparación con una observación estrictamente clínica. Este conocimiento sociológico es valioso para el tratamiento de problemáticas concretas y para minimizar los riesgos derivados de posibles conductas asociadas.

En segunda instancia, la formación del personal de salud en perspectiva de género es adecuada debido a la función socializadora y educativa que el ámbito sanitario tiene en el sistema social. Así, esta mirada facilitará las tareas de este personal como agente de educación en prácticas saludables, como el cuidado de sí y la vivencia de las relaciones humanas y amorosas en un entorno de igualdad.

## Esteroides anabolizantes androgénicos: efectos y riesgos

Los EAA son derivados sintéticos de la hormona del crecimiento (GH) y de la testosterona que estimulan la producción de ácido ribonucleico (ARN) y liberan hormona del crecimiento (hGH)<sup>vii</sup> en el metabolismo celular, aumentando la síntesis proteica. De este modo, los EAA tienen un potente efecto anabólico sobre el sistema musculoesquelético, incrementando la masa muscular magra a partir de la hipertrofia de las fibras musculares. En consecuencia, su administración en dosis suprafisiológicas<sup>viii</sup> produce incremento del tamaño, la fuerza, la velocidad y la resistencia musculares; asimismo, favorece la recuperación o el mantenimiento de la libido como efecto androgénico.

<sup>vii</sup> La hormona del crecimiento liberada en humanos después de la tecnología ADN recombinante se abrevia hGH.

<sup>viii</sup> Los efectos “deseables” de los EAA se producen con la administración de dosis entre diez y 100 veces superiores a la cantidad de testosterona producida por el cuerpo.<sup>8</sup>

Por lo tanto, las principales motivaciones de los varones para el uso de EAA son: optimización del rendimiento deportivo bajo los objetivos del éxito y del reconocimiento deportivo, primando la competitividad sobre la ética del deporte; construcción del cuerpo conforme al canon de belleza del atleta, presente en los modelos estéticos de masculinidad hegemónica y, en menor medida, la recuperación o el mantenimiento de la libido.

El consumo de EAA puede producir efectos secundarios para la salud de los varones, muchos de carácter grave e irreversible.<sup>14</sup> Estos dependerán de distintos factores como las dosis, el tiempo de utilización, su combinación con otras drogas y la intensidad del ejercicio físico. Así, los principales efectos secundarios de estas sustancias son:

- Sistema cardiovascular: presión arterial alta, aumento del colesterol, disminución del colesterol HDL e hipertrofia del músculo cardíaco sin incremento de vascularización capilar.
- Hígado: hepatitis, disfunción hepática, peliosis hepática y cáncer.
- Sistema reproductor: atrofia testicular, oligo o azoospermia, impotencia, hipertrofia prostática, carcinoma de próstata y ginecomastia.
- Sistema endocrino (a excepción del reproductor): alteración del perfil de varias hormonas, diabetes, acné y estrías.
- Sistema musculoesquelético: mayor frecuencia de rupturas tendinosas y en los jóvenes, cierre prematuro de los centros de crecimiento de los huesos largos con detención del desarrollo.
- Sistema excretor: aumento de la micción y Tumor de Wilms.
- Sistema inmunológico: disminución de los niveles de inmunoglobulina A (IgA), hepatitis B o C e infección por VIH (por compartir agujas).
- Otros: aumentos de agresividad, cambios en la libido, depresión y psicosis.

Además, el uso de inyectables puede producir trombosis en distintos órganos, lo que deriva en infartos cerebrales o de miocardio, entre otros.

El aumento de agresividad, como consecuencia del consumo de EAA, entraña un debate teórico respecto a la violencia masculina. Si efectivamente su uso fuera la causa física de este tipo de brotes, entonces las tesis deterministas sobre la conducta antisocial masculina tendrían una prueba significativa de sus argumentos. En cambio, como muestran ciertas investigaciones, los ataques de ira que se producen con el consumo de EAA están condicionados de modo relevante por factores sociológicos y en particular, por la socialización de género de los varones.

Los estudios científicos más recientes sobre el efecto de la testosterona en la conducta masculina han puesto de manifiesto que la relación entre los niveles de testosterona y los de agresividad no es de causalidad, sino de correlación. Darbra y Martí-Carbonel explican que existen múltiples experimentos que demuestran que el ambiente puede modificar los niveles de testosterona de una persona, invirtiéndose así el orden de la relación de causalidad.<sup>15</sup>

Por ejemplo, en un estudio en el que cinco varones fueron confinados en un barco durante 14 días, se constató que sus niveles de testosterona cambiaron cuando se establecieron categorías de dominación/sumisión entre ellos: cuanto más alta era la posición de dominación, más altos eran los niveles de testosterona.



Robert Sapolsky desarrolló un experimento análogo con primates, su objetivo fue poner en relieve el peso específico de los factores socioculturales en la génesis de la conducta violenta.<sup>16</sup> El investigador agrupó primates y les dio tiempo para que constituyeran una estructura

social, basada en jerarquías de dominación y sumisión. Una vez que estuvo asentada, se administró una dosis masiva de testosterona a uno de ellos, que se mostró mucho más agresivo en sus relaciones.

Pero su agresividad no era indiscriminada, se encontraba dirigida hacia aquellos que estaban por debajo de él en el orden social jerárquico, mientras que mantenía una actitud sumisa frente a los que previamente le habían subordinado. Para Sapolsky, este experimento manifiesta que “la testosterona no es la causa de la agresividad, sino que exacerba la que ya existe”.<sup>17</sup> Por lo tanto, el estudio demuestra que la estructura social y sus relaciones de poder disponen y canalizan la agresividad de los individuos que manifiestan conductas antisociales.

En lo que se refiere al consumo de EAA, Middleman, Faulkner, Woods, Emans y Durant formularon la hipótesis de que es parte de un “síndrome de conductas de riesgo”, más que un comportamiento aislado.<sup>17</sup> Lo anterior muestra que es consecuencia de un conjunto de disposiciones conductuales inducidas socioculturalmente. Si además se valoran los datos del cuadro 1, conforme a la tesis de la correlación testosterona/agresividad, es posible concluir que el consumo de EAA potencia la incidencia de las conductas de riesgo previamente dispuestas en el individuo.

**Cuadro 1. Conductas de riesgo entre usuarios y no usuarios de EAA**

Conducta de riesgo	No usuarios EAA (%)	Usuarios EAA (%)
Seria consideración de suicidio	23.4	49.6
Hª de enfermedad transmitida sexualmente	4.6	15.9
No utilización del cinturón de seguridad	18.6	45.9
Carreras de motocicletas	21.5	49.0
Conducir tras haber bebido alcohol	10.2	44.8
Llevar armas	18.6	61.3
Conductas de pelea	40.0	83.6

Fuente: González JM. Uso y abuso de esteroides anabolizantes.<sup>14</sup>

Así, se observa que las conductas de riesgo mencionadas en el cuadro 1 se caracterizan por un desprecio de los peligros que atentan contra la propia integridad física y una transgresión de las normas que puede poner en riesgo a otras personas.

Estas conductas se arraigan en la norma patriarcal que exige a los varones ser valientes, en relación con los atributos que los sistemas de estratificación sexual han definido como connaturales a la masculinidad y con los procesos de socialización de género. Es decir, la demostración de valentía que entrañan estas conductas conlleva todo un aprendizaje de autocontrol del cuerpo y de las emociones, como condición *sine qua non* de la masculinidad históricamente hegemónica: la patriarcal, aquella en la que un “hombre de verdad” se muestra activo y dominante “por naturaleza”.

A continuación, trataré de mostrar cómo la construcción social del cuerpo, conforme a los nuevos modelos estéticos de masculinidad, se encuentra vertebrada por lo que he denominado la “pragmática masculina del control”:<sup>18</sup> un conjunto de prácticas de gobierno de sí mismo o autocontrol, históricamente legitimadas por los discursos hegemónicos de cada época, a partir de las cuales los varones desarrollan la aptitud y la disposición para permanecer ubicados en los juegos de poder de la esfera social pública.

Por lo tanto, esta vinculación pondrá de manifiesto que, en última instancia, la construcción física y estética del cuerpo forma parte de un proceso de disciplinamiento social, a través del cual los varones adquirimos diversas estrategias de autocontrol, cuyo objetivo implícito es disponer la sujeción del Otro-diferente-naturalizado: fundamentalmente de las mujeres. Ahora bien, la objetivización del Otro-naturalizado implicará la previa instrumentalización de la naturaleza del sujeto dominador como condición identitaria primigenia.

## Revisión crítica

Algunas personas autoras sostienen que la construcción social del cuerpo masculino conforme a fines estéticos es una consecuencia de la emancipación social de las mujeres, acontecida en el último tercio del siglo XX.<sup>19</sup> De esta forma, los nuevos modelos de masculinidad representarían a varones sensibles, sociables y discretos que se han erotizado para conseguir el éxito. Asimismo,

la sexualización de la mujer habría adquirido un carácter andrógino; es decir, también emplearían su erotismo para conseguir el éxito social, en tanto que sujetos deseables.

En primer lugar, es importante señalar que ciertos modelos estéticos de masculinidad están vinculados en su origen con una estética gay, representada por varones de éxito social, que se generalizó desde la cultura de consumo que pondera los intereses comerciales por encima de la transformación social ética.<sup>20</sup> Además, los modelos de belleza masculina y las prácticas de construcción del cuerpo se encuentran profundamente articuladas por representaciones y valores patriarcales. De esta forma, los modelos estéticos de masculinidad serían transmisiones de una lógica patriarcal que, aun fragmentada y públicamente criticada, sigue induciendo prácticas y conductas en los varones que reproducen la injusta desigualdad social entre los sexos.<sup>21</sup>

En este sentido, es necesaria una genealogía, desde la antigüedad hasta nuestros días, de los modelos estéticos de masculinidad definidos por el morfotipo atlético, canon hegemónico de belleza masculina.<sup>22</sup> Estos son representados de forma paradigmática en el discurso publicitario por deportistas profesionales y por actores que encarnan los personajes heroicos del cine épico-bélico de acción.



El héroe guerrero es un personaje masculino que encarna el valor tradicional del honor y se encuentra legitimado en el ejercicio de la violencia, siempre con los objetivos de la protección de los suyos y de la conquista de los otros.<sup>ix</sup> Su vinculación con una estructura estratificada sexualmente se concreta mediante su representación como agente social y político de la esfera pública frente a las personas que protege (fundamentalmente mujeres y menores), aunque se muestra ficticia en la medida que se encuentra ubicada en sociedades históricas e imaginarias.

En cuanto al honor<sup>x</sup> como moral masculina, Pierre Bourdieu ha explicado que atribuye a los varones el monopolio de las actividades de representación en la esfera social pública, mientras que posiciona a las mujeres como objetos simbólicos, en el orden de la apariencia y del prestigio del núcleo familiar.<sup>23</sup> Desde esta perspectiva, se observa que los anti-héroes del discurso cinematográfico (actualmente caracterizados por un morfotipo atlético), también tienen su propio código de honor, siempre que sean los sujetos del relato, los protagonistas del filme.<sup>xi</sup>

Asimismo, Bourdieu explica que el monopolio de las actividades de representación en la esfera pública dispone a los varones a adquirir la aptitud y la propensión, constitutivas del sentido del honor, de tomar en serio todos los juegos de la esfera social pública. Y el juego por excelencia, para el que los varones han sido históricamente preparados en las culturas occidentales, es la guerra.<sup>xii</sup>

De ahí que la moral del honor masculino se traduzca en la disposición corporal hacia el enfrentamiento, el acto de mirar a la cara al “adversario”, con una postura rígida y firme, garante de seguridad y valentía. En este sentido, es fácil comprender que las conductas de riesgo, como las carreras de motocicleta, las peleas callejeras, y la competitividad entre varones, así como su disposición hacia la violencia, están inducidas por una cultura androcéntrica del honor que permanece latente bajo la ficción de igualdad

- 
- <sup>ix</sup> El Otro-salvaje, el Otro-inmigrante, el Otro-incivilizado, el Otro-malvado, el Otro-mujer, en los casos de violencia de género, y cualquier otro adjetivo deshumanizador que haya servido para justificar la dominación de las culturas colonizadoras y sus sujetos de dominación, principalmente varones.
  - <sup>x</sup> El honor como capital simbólico de los varones que se acumula mediante los pactos transaccionales regulados por el mercado matrimonial y el reconocimiento social entre iguales y que se perpetúa hereditariamente a través del linaje.
  - <sup>xi</sup> El protagonismo masculino de las películas es una constante transnacional que se correlaciona con el desproporcionado porcentaje mayoritario de directores y productores, frente a directoras y productoras. Este dato lo confirma el estudio financiado por el Instituto Geena Davis sobre género en los Media.<sup>24</sup> Una investigación análoga para el entorno español, con resultados muy similares lo realizó Fátima Arranz, en el año 2007.<sup>25</sup>
  - <sup>xii</sup> Puede entenderse que los actuales videojuegos y sus realizaciones interactivas y competitivas en Internet son una transformación de los juegos que antes se realizaban en convivencia física entre los niños. El juego de la guerra sigue siendo hegemónico entre varones, a pesar de que la militarización social ha desaparecido en muchas naciones occidentales.

que genera el discurso políticamente correcto. En consecuencia, la protección de las mujeres, que los varones aprenden en este código primario de masculinidad, es una sobreprotección que termina por limitar su autonomía.<sup>26</sup>

En este sentido, el morfotipo atlético también es el canon de belleza que encarnan los deportistas profesionales, a quienes, a partir de su representación, el discurso publicitario ha erigido como los nuevos modelos de virilidad de millones de jóvenes en todo el mundo. Al respecto, Norbert Elías señala que los deportes competitivos de equipo se han convertido en símbolo subliminal de la guerra, al que trascienden sus valores.<sup>27</sup>

Asimismo, Elisabeth Badinter explica que los deportes competitivos modernos se corresponden con los ritos de iniciación en la virilidad, presentes en todas las culturas conocidas.<sup>28</sup> En estos, la masculinidad se gana a término de combate, aguantando el dolor físico y exhibiendo las heridas. Badinter sostiene que a este estoicismo masculino subyace la idea de que el cuerpo es una herramienta, incluso una máquina que se emplea para derribar a quienes se opongan a nuestros objetivos. De esta manera, la filósofa apunta la analogía existente entre los modelos deportivos de masculinidad y los de hipervirilidad, como los personajes de las películas *Rambo* o *Terminator*.<sup>xiii</sup>

Respecto a la representación del cuerpo femenino en los medios de comunicación, se relaciona con un morfotipo ectomorfo extremo,<sup>xiv</sup> que remite al estereotipo tradicional de la femineidad como debilidad esencial. Una imagen de las mujeres que es complementaria con la definición hegemónica de la masculinidad, pues como apunta Pilar López: “sin ellas, los personajes masculinos no podrían derrochar todas las características que se asocian a la masculinidad: la protección y la salvación de los personajes femeninos”.<sup>29</sup>

Además, señala que el modelo ectomorfo coexiste con una representación altamente sexualizada de la mujer. Lejos de tener un carácter andrógino, la sexualización del cuerpo femenino responde al placer de la mirada masculina y posee múltiples precedentes en el universo simbólico patriarcal: Eva, Lilith, Salomé y Lolita, “mujeres fatales” que, como explica Pilar Aguilar, suelen ser ajusticiadas por la trama narrativa del discurso audiovisual.<sup>30</sup>



Por su parte, Natasha Walter, en su obra *Muñecas vivientes*, estudió las consecuencias de la representación hipersexualizada de las mujeres y explica que este modelo de femineidad es el resultado de la revitalización de una de las formas más primarias y tradicionales de sexismo: la objetivización sexual de las mujeres.<sup>31</sup> Además, advierte del peligro de esta nueva cosificación, puesto que el discurso tradicional del poder sexual femenino se ha articulado de manera retórica por los medios de comunicación, a partir de la tergiversación de un discurso feminista en su origen: el de la libertad sexual de las mujeres.

De igual forma, explica que bajo la reproducción mediática del modelo hipersexualizado de femineidad se ocultan y reproducen los intereses de la industria del sexo, un mercado regentado por varones y dirigido hacia su propio placer. Su estrategia ha sido redefinir el éxito femenino como si hubiera un modelo único y posible: el del poder sexual de las mujeres. Sin embargo, lejos de proporcionar éxito y ascenso social para ellas, está ocasionando niveles jamás conocidos de explotación sexual.

<sup>xiii</sup> Tanto Sylvester Stallone como Arnold Schwarzenegger, actores que encarnan los personajes de *Rambo* y *Terminator* respectivamente, poseen un morfotipo atlético hipertrófico.

<sup>xiv</sup> Cuerpo caracterizado por una extrema delgadez.

Así, sus manifestaciones más crueles son la banalización de la violencia sexual contra las mujeres, exhibida en el nuevo discurso pornográfico y el aumento exponencial de la prostitución de mujeres por parte de hombres a nivel transnacional. En definitiva, como explica Walter, no puede haber libre elección, si existe un solo modelo de identificación para elegir.

Los medios de comunicación proyectan una representación jerárquicamente complementaria de las identidades de género que normaliza la supremacía social de los varones, la cual se basa en la asimetría fundamental entre el sujeto y el objeto, posiciones que a lo largo de la historia de todas las sociedades conocidas, la estructura patriarcal ha distribuido de forma desigual entre unas y otros.<sup>32</sup>

En la medida en que, a través de la identidad, estas posiciones se naturalizan y reproducen, los varones aprenden a percibir a las mujeres como ciudadanas de segunda categoría, personas a su servicio. Este es el sentido último de las prácticas de protección arraigadas en la heroicidad masculina: la sujeción de las mujeres conforme a las posiciones dispuestas por el orden patriarcal, que históricamente ha contado con el respaldo de la violencia cuando ellas han intentado salir de la posición impuesta.

La construcción física dispuesta por los modelos hegemónicos de masculinidad, con su consiguiente instrumentalización represiva de la emotividad y la empatía, ha sido la disciplina que los prepara para ejercer cualquier forma de violencia.

## Conclusiones

Es importante observar que, a los modelos de masculinidad esbozados, subyace la idea de que esta se caracteriza de modo natural y constitutivo por el autocontrol, entendido como control racional-instrumental de la mente sobre el cuerpo. Por lo tanto, el gobierno de sí es una forma de control que se ejerce sobre el cuerpo y las emociones propias para satisfacer una acción que ha sido previamente determinada (incluso mecanizada), conforme a fines racionalmente elegidos: el éxito social, la defensa de la patria, la consecución de la victoria, la protección de la mujer deseada, etcétera.

Desde esta perspectiva, entiendo que a los modelos estéticos de masculinidad subyace la *pragmática del control* como dinámica de poder constituyente. Esta surge en la Grecia Clásica, cuando pensadores como Platón y Aristóteles

sostuvieron que el control de los propios impulsos era una condición de legitimidad del gobierno justo. De acuerdo con su jerarquía social, el gobierno legítimo era el gobierno de los ciudadanos varones, quienes representaban la máxima expresión del concepto de “humanidad”, en virtud de una condición racional que las mujeres, los esclavos y los niños no poseerían con plenitud. En la modernidad, bajo los paradigmas universalista e igualitarista, el autocontrol deja de ser una condición política para convertirse en una capacidad humana constitutiva.

A su vez, en la cosmovisión mecanicista la razón se asocia con el principio del movimiento y el cuerpo con el principio de la materia. De este modo, la racionalidad quedó identificada como la condición específicamente humana, mientras que el cuerpo y las emociones fueron conceptualizados como materia natural; mecanos que la razón debería someter y ordenar conforme a su dictamen.<sup>33</sup> En ese momento, distintos discursos (filosófico, médico, político) definieron a las mujeres como personas determinadas por su condición sexual y biológica, legitimando así su exclusión de la ciudadanía plena.<sup>34</sup>

Así se evidencia una de las racionalizaciones de la desigualdad de género más arraigadas en la cultura patriarcal: la asociación de los dualismos jerarquizados *cultura/naturaleza* y *masculino/femenino*, base conceptual de la *lógica occidental del dominio*. La filósofa australiana Val Plumwood señaló que la lógica del dominio opera su colonización cultural al negar la dependencia con respecto a lo oprimido (sea la mujer o la naturaleza) y que esa naturaleza sea un ser independiente que tiene fines propios.<sup>35</sup> Su propósito es determinado desde el exterior y de forma instrumental por el sujeto de dominación. Desde la lógica patriarcal del dominio, se define la idea de una masculinidad racional auto-engendrada que emerge de la *razón pura*, rompiendo sus vínculos biológicos en un acto de autogénesis.<sup>36</sup>

Tradicionalmente, este proceso se ha simbolizado en los ritos de iniciación en la masculinidad, paso de la infancia a la madurez, en el que el varón supera la dependencia afectiva de su madre, una vez más identificada con la *naturaleza*. De este modo, la masculinidad, como identidad vinculada con la *razón*, se define desde la negación de cualquier tipo de naturaleza (femineidad) en el propio ser; una operación lógica cuyo correlato pragmático se desarrollará mediante el ejercicio masculino de autocontrol del cuerpo y las emociones (afecciones del alma originadas en el cuerpo y no en ella misma).<sup>33</sup> De acuerdo con Victor Seidler:

Como hombres, aprendemos a vivir una mentira. Aprendemos a vivir como si fuéramos “agentes racionales” en el sentido de que vivimos como si viviéramos más allá de la naturaleza. Aprendemos a vivir como si nuestra vida emocional no existiera, al menos en lo que al “mundo público” se refiere, porque es ahí donde la identidad de ser racional se vive con más seguridad. Es como si la modernidad esperara de nosotros que viviéramos no como si nuestra naturaleza hubiera sido controlada con eficacia, sino como si no existiera en absoluto.<sup>37</sup>

Asimismo, Seidler explica que mediante nuestra identificación racional, los varones hemos aprendido a hablar con la voz de la razón. El uso del lenguaje impersonal y el sentimiento de autoridad que el autocontrol proporciona, confieren a los varones múltiples estrategias de poder que presenta sus intereses como la solución justa y objetiva para todas las personas. De esta forma, se puede observar cómo los varones nos sentimos en posesión de la verdad absoluta en nuestras discusiones: mantenemos la calma, argumentamos nuestra posición, justificamos nuestras conductas; todo ello sin reflexionar sobre los sentimientos y las emociones de las personas implicadas (incluidas las nuestras) que se relacionan con el conflicto. Estas estrategias se muestran más crudas y despiadadas en aquellos varones que ejercen violencia contra las mujeres, quienes desacreditan, menosprecian y racionalizan sus actos violentos, incluso culpabilizan a sus propias víctimas de los mismos.

Ahora bien, la capacidad de distanciarse del dolor ajeno requiere un previo proceso de represión de la propia emotividad.<sup>38</sup> El aislamiento emocional, la asunción de comportamientos de riesgo, la ausencia de empatía, el desprecio del dolor físico propio, la sensación de invulnerabilidad, el sentido de la autosuperación y de la competitividad, son rasgos que la socialización de género induce en el carácter masculino.

En síntesis, la pragmática masculina del control socializa al varón medio en el ejercicio de la superioridad que la estructura patriarcal le proporciona. Para ello, automatiza su cuerpo y cercena su emotividad, limitando su desarrollo humano a un solo campo de toda su potencialidad: aquel que se define negativamente respecto de lo considerado socialmente femenino. A su vez, la definición negativa de la masculinidad ubica a las mujeres en el centro de las prácticas masculinas de discriminación/dominación.

A la luz del concepto *pragmática del control*, se observa que las prácticas de construcción social del cuerpo masculino remiten a una estructura social de desigualdad de género. Por lo tanto, en la medida en que nuestro cuerpo y nuestra emotividad son instrumentalizados por las prácticas de construcción del cuerpo, los varones somos social y psicológicamente preparados para ejercer, de modo consciente o inconsciente, la discriminación/dominación de las mujeres.



La actual proyección de los modelos hegemónicos de belleza masculina en los medios de comunicación constituye la función de normalización/naturalización de las prácticas de construcción del cuerpo entre los varones. Asimismo, la propia noción de *construcción del cuerpo* implica la acción de un sujeto masculino que se significa a sí mismo como ser racional y a su cuerpo como materia natural a instrumentalizar. Es decir, el cuerpo es concebido como materia mecánica y en consecuencia deberá ser disciplinado y modelado conforme a la consecución de determinados fines racionales.

A su vez, la práctica del *bodybuilding* consiste en un continuo, repetitivo e intenso entrenamiento de fuerza que al tiempo expone al cuerpo a una multitud de lesiones del sistema músculo esquelético y requiere de un nivel de concentración psicológica que posibilite sobrellevar el entrenamiento. Inmerso en esta dinámica, el sujeto reprime las sensaciones y emociones que se producen durante el entrenamiento. El cuerpo se ha instrumentalizado y todo su sentido consiste en alcanzar el objetivo racionalmente elegido.

Este duro disciplinamiento del cuerpo puede derivar en distintos trastornos obsesivos como la vigorexia (dismorfia muscular) o leves episodios ciclotímicos.<sup>xv</sup> Por lo tanto, el *bodybuilding* entraña riesgos para la salud de sus practicantes, los cuales se incrementan bajo las disposiciones de aquellos individuos que inducidos por su socialización de género, exponen de sobremanera su integridad física conforme al objetivo dispuesto.

En general, los consumidores de EAA desarrollan múltiples conductas de riesgo que pueden potenciarse por los efectos secundarios de estas sustancias. Si se considera que a través del disciplinamiento del cuerpo el sujeto queda preparado física y emocionalmente para ejercer la violencia, es evidente que las consecuencias negativas del consumo de EAA también afectan a las personas que puedan ser alcanzadas por sus conductas.

En conclusión, la construcción social del cuerpo inducida por modelos estéticos de masculinidad se encuentra articulada desde significaciones sociales patriarcales. En consecuencia, las prácticas de construcción del cuerpo masculino instrumentalizan a este y a la emotividad de los varones, para inducirlos y prepararlos para

reproducir la dinámica de poder implícita en el objetivo del éxito: la desigualdad social entre los sexos. Esto no implica que los varones no puedan cuidar de sí mismos o construir su cuerpo mediante el *bodybuilding*, pero estas prácticas deben ser disociadas de sus significaciones patriarcales y realizadas con equilibrio y moderación, bajo el objetivo de disfrutar de una vida saludable, igualitaria y solidaria. Solo de este modo, el cuidado de sí podrá suponer una preparación moral para el cuidado y el respeto de las personas que componen nuestras sociedades.

Finalmente, el conocimiento de las problemáticas de la construcción social de género del cuerpo masculino es valioso para el personal de salud por diversos motivos, pues ofrece un marco integral sobre el cual evaluar una problemática concreta, en este caso experimentada por algún hombre.

De este modo, el personal de salud puede valorar mejor las causas de la enfermedad, así como las posibles problemáticas correlativas, para tratar la misma y prevenir diversas consecuencias de origen sociológico. Por ejemplo, al evaluar a un hombre con disfunción hepática y observar su morfotipo, se puede intuir una dependencia del consumo de EAA e incluso la presencia de otra serie de problemáticas derivadas del “síndrome de conductas de riesgo”.

El análisis realizado permite tratar el problema de forma integral, recomendando terapia psicológica en el caso de la dependencia y atención social para los hombres que se aíslan como consecuencia de una profunda represión de su emotividad, e incluso alertando sobre la situación de peligro o violencia hacia su pareja, cuando manifiesta valores misóginos y cierta disposición hacia dichas conductas.

Asimismo, la función educativa y socializadora del personal sanitario puede potenciar notablemente los efectos producidos por otros agentes del sistema social, puesto que las orientaciones didácticas son mejor recibidas cuando la salud entra en juego. Esta posición de vulnerabilidad constituye un enclave desde donde construir la función sanitaria, como parte de un sistema integral de educación en prácticas de cuidado de sí y para las personas que nos rodean: buenas prácticas basadas en la solidaridad y la igualdad.

<sup>xv</sup> Los episodios ciclotímicos o maniaco-depresivos son formas leves del trastorno bipolar, en los cuales el estado de ánimo oscila desde la depresión leve hasta la euforia emocional.



## Referencias bibliográficas

1. Sambade I. Torres L. Cuerpo e identidad de género en la sociedad de la información. En: Puleo A, coordinadora. Ecología y género en diálogo interdisciplinar. Madrid: Plaza y Valdés; 2014. p. 65-80.
2. Simpson M. Objectify yourself. Why straight young men crave gay adulation. OUT [en línea] 2015 [Consultado 18 junio 2016]. Disponible en <http://www.out.com/entertainment/2015/01/06/objectify-yourself-why-straight-young-men-crave-gay-adulation>
3. Simpson M. Meet the metrosexual. Salom.com [en línea] 2002 [Consultado el 20 de octubre de 2016]. Disponible en <http://www.salon.com/2002/07/22/metrosexual/>
4. Saltzman M., Matathia I, O'Reilly A. The future of man: the rise of übersexual and what he means for marketing today. Palgrave Macmillan; 2005.
5. Simpson M. Sporno. MARKSIMPSON.COM [en línea] 2010 [Consultado 18 junio 2016]. Disponible en <http://www.marksimpson.com/blog/2010/04/17/sporno/>
6. Champan D. Sandow the magnificent: Eugen Sandow and the beginnings of bodybuilding. University of Illinois; 1994.
7. Yesalis CE. Courson SP. Wright J. History of anabolic steroid use in sport and exercise. En: Yesalis CE, editor. Anabolic steroids in sport and exercise. 2nd edition. Champaign, IL: Human Kinetics; 2000. p.51-71.
8. Khun C. Swartzwelder S. Wilson W. Anabolizantes, estimulantes y calmantes en la práctica deportiva. Barcelona: Ed. Paidotribo; 2003.

9. Yesalis CE, Bahrke MS. Doping among adolescent athletes. *Baillieres Best Pract Res Clin Endocrinol Metab* 2000 Mar;14(1):25-35.
10. American Academy of Pediatrics (Committee on Sports Medicine and Fitness). Adolescents and Anabolic Steroids: A Subject Review. *PEDIATRICS* 1997 June;99(6):904-8.
11. Yesalis CE, editor. *Anabolic steroids in sport and exercise*. 2nd edition. Champaign, IL: Human Kinetics; 2000.
12. Parkinson AB, Evans NA. Anabolic androgenic steroids: a survey of 500 users. *Med Sci Sports Exerc* 2006 Apr;38(4):644-51.
13. Evans NA. Current concepts in anabolic-androgenic steroids. *Am J Sports Med* 2004 Mar;32(2):534-42.
14. González JM. Uso y abuso de esteroides anabolizantes. *Osasunaz* 2007;8:185-97.
15. Darbra S, Martí-Carbonel S. Psicobiología de la conducta antisocial. En: Vincent F, coordinador. *El sexo de la violencia*. Barcelona: Icaria; 1998. p. 43-60.
16. Sapolsky R. *The trouble with testosterone and Other Essays*. Nueva York: Simon & Shuster; 1997.
17. Middleman AB, Faulkner AH, Woods ER, Emans SJ, Durant RH. High-risk behaviors among high school students in Massachusetts who use anabolic steroids. *PEDIATRICS* 1995;96:268-72.
18. Sambade I. La pragmática masculina del control: del gobierno de sí mismo hacia la violencia contra las mujeres. *Revista Nomadías* 2010 julio;11:42-68.
19. Plaza F. Modelos de varón y mujer en las revistas femeninas para adolescentes. La representación de los famosos. Madrid: Fundamentos; 2003.
20. Salazar O. *La igualdad en rodaje: masculinidades, género y cine*. Valencia: Tirant lo Blanch; 2015.
21. Sambade I. Medios de comunicación, democracia y subjetividad masculina. En: Puleo A. *El reto de la Igualdad de Género*. Madrid: Biblioteca Nueva; 2008. p. 344-360.
22. López M, Gauli JC. El cuerpo imaginado. *Revista Complutense de Educación* 2000;11(2):43-57.
23. Bourdieu P. *La dominación masculina*. Trad. Joaquín Jordá. Barcelona: Anagrama; 2005.
24. Smith S, Choueiti M, Pieper K. *Gender Inequality in Popular Films: Examining On Screen Portrayals and Behind-the-Scenes Employment Patterns in Motion Pictures Released between 2007-2013*. USC Annenberg and Media, Diversity, & Social Change Initiative supporters; 2014.
25. Arranz F. La situación de las mujeres y los hombres en el audiovisual español: estudio sociológico y legislativo. [cimamujerescineastas.es](http://www.cimamujerescineastas.es) [en línea] 2007 [Consultado el 26 de enero de 2013]. Disponible en <http://www.cimamujerescineastas.es/archivos/1255974265-ARCHIVO.pdf>
26. Marques JV, Osborne R. *Sexualidad y sexismo*. Madrid: UNED Fundación Universidad-Empresa; 1991.
27. Elías N, Dunning E. *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*. Madrid: F.C.E.; 1992.
28. Badinter E. XY. *La identidad masculina*. Trad. Monserrat Casals. Madrid: Alianza Editorial; 1993.
29. López Díez P. Representación, estereotipos y roles de género en la programación infantil 1. En: López Díez P., director. *Infancia, televisión y género. Guía para la elaboración de contenidos no sexistas en programas infantiles de televisión*. Madrid: IORTVE e Instituto de la Mujer; 2005.
30. Aguilar P. *Mujer, Amor y Sexo en el cine español de los 90*. Madrid: Fundamentos; 1998.
31. Walter N. *Muñecas vivientes. El regreso del sexismo*. Trad. María Álvarez Rilla. Madrid: Ed. Turner; 2010.
32. Harris M. *Introducción a la antropología general*. Madrid: Alianza Editorial; 1981.
33. Descartes R. *Las pasiones del alma*. Trad. Consuelo Berges. Buenos Aires: Aguilar; 1963.
34. Fraisse G. *Musa de la razón. La democracia excluyente y la diferencia de los sexos*. Trad. Alicia Puleo. Madrid: Cátedra; 1991.
35. Plumwood V. *Feminism and the Mastery of Nature*. London and New York: Routledge; 1993.
36. Amorós C. *La gran diferencia y sus pequeñas consecuencias... para las luchas de las mujeres*. Madrid: Cátedra; 2005.
37. Seidler V. *La sinrazón masculina*. México: Paidós, UNAM; 2000. p. 48.
38. Sambade I. Sobre las contradicciones de la razón moderna y la constitución de la subjetividad masculina. *Prisma Social* 2014 Diciembre – 2015 Mayo;13:787-851.