



El patriarcado también afecta a los hombres

En el Día de la Salud Mental, es urgente hablar de una realidad que suele quedar en las sombras: la alarmante tasa de suicidio en hombres en Chile. A nivel mundial, los hombres son más propensos a quitarse la vida que las mujeres, y Chile no es la excepción. Según datos recientes, más del 75% de los suicidios en el país son cometidos por hombres. Las más altas tasas corresponden a los hombres mayores de 80 años. Este problema no solo está ligado a trastornos mentales no diagnosticados, sino también a una cultura que reprime mostrarse vulnerable.

El patriarcado juega un rol crucial en esta crisis. A lo largo de la vida, los hombres son socializados para ser proveedores, protectores, y para reprimir sus emociones porque esto se asocia a fortaleza. Este mandato no solo afecta a los más

jóvenes, sino que golpea con especial crudeza a los hombres mayores. A medida que envejecen, muchos hombres pierden su sentido de propósito al dejar de trabajar, sobre lo que han erigido su identidad se desmorona. La idea de "fallar" en cumplir con estas expectativas patriarcales puede generar sentimientos profundos de inutilidad y desesperanza, lo que aumenta el riesgo de suicidio.

Nuestra cultura patriarcal no ofrece un espacio seguro para que los hombres, especialmente los mayores, puedan hablar de sus emociones o vulnerabilidades. Expresar angustia, miedo o tristeza a menudo se ve como un fracaso.

Este silencio impuesto es una trampa emocional que los lleva a evitar pedir ayuda, a vivir en aislamiento emocional y, en los casos más extremos, a tomar decisiones fatales.

El suicidio puede ser el último grito silencioso de hombres atrapados en una jaula emocional. Las políticas de salud mental deben adaptarse a esta realidad, promoviendo campañas que rompan con los estereotipos de género y tomen en cuenta el componente de edad. Los hombres necesitan espacios donde se sientan seguros para expresarse, donde el "ser fuerte" también incluya hablar de lo que duele. Hoy, más que nunca, es necesario abrir la conversación, derribar tabúes y fomentar una cultura de cuidado emocional para todas y todos.

Agnieszka Bozanic Leal
académica de la
Escuela de Psicología
Universidad Andrés Bello
presidenta
Fundación GeroActivismo