

# vive's

Por una vida libre  
de **micromachismos**

**Mikromatxismorik**  
gabeko bizitzaren alde

#CazandomicroMachismos

Fundación   
Fondo Forakatu



## CAZANDO MICROMACHISMOS: ENEMIGOS INVISIBLES Y SILENCIOSOS

### ÍNDICE

1. Presentación del proyecto “Cazando Micromachismos”
2. Cuéntame otro cuento
3. Con mucho que contar
4. Díselo con camisetas

## **Presentación del proyecto “Cazando micromachismos”**

**“Cazando micromachismos: Enemigos invisibles y silenciosos”** es un proyecto de Fundación Fondo Formación, financiado por Diputación Foral de Bizkaia, que tiene como objetivo ayudar a chicos y chicas a identificar, visibilizar y denunciar los **micromachismos**.

Usualmente, la violencia de género se relaciona únicamente con el maltrato o agresión física o sexual, pero la realidad es que la violencia ejercida sobre las mujeres se expresa de múltiples formas y en todos los ámbitos.

Un ejemplo de violencia contra las mujeres, totalmente naturalizada, que está presente de manera cotidiana en todas las esferas de la vida y que no la percibimos como tal, son los **micromachismos**.

A través de ellos se perpetúan estereotipos de género y se consolidan actitudes en mujeres y hombres que impiden avanzar en igualdad. Se trata de comportamientos que refuerzan la superioridad de los hombres sobre las mujeres, son discriminaciones sutiles, casi invisibles. Son imperceptibles aunque están en nuestra socialización.

Los **micromachismos** son prácticas y actitudes sexistas aprendidas, que tanto hombres como mujeres reproducimos cotidianamente de manera casi inconsciente como si fuera algo natural, no cultural. Podemos verlos en los anuncios de la televisión, en las canciones que escuchamos, en las conversaciones de cualquier bar o en

nuestra casa. Los tenemos delante a todas horas, pero la mayoría de las veces no somos capaces de percibirlos.

Por ello, es imprescindible sensibilizar a la juventud, mostrándoles que las parejas jóvenes deben tener relaciones basadas en el respeto, la igualdad y nunca en la superioridad de uno/a sobre otro/a.

Desde esta perspectiva, Fundación Fondo Formación –con el apoyo de Diputación Foral de Bizkaia- ha trabajado con chicas y chicos para aprender a detectar y analizar los **micromachismos** que presenciamos en nuestra vida cotidiana y, así, poder combatirlos y eliminarlos.

## **Cuéntame otro cuento**

Casi todos los cuentos clásicos (Cenicienta, Blancanieves, Caperucita Roja...) muestran una imagen de las mujeres muy estereotipada, totalmente sumisas y dependientes de los hombres.

Las protagonistas de estas historias son siempre guapas, indefensas, cuidadoras y sirvientas de los demás. Esperan casarse y cuidar de sus hijos e hijas. Por el contrario, las mujeres que no son guapas son siempre las brujas malvadas del cuento, envidiosas de la belleza de la princesa.

Una manera de poner en evidencia estos estereotipos de género y micromachismos de los cuentos infantiles es preguntarnos por el papel que desempeñan hombres y mujeres en ellos. Ellas son las damiselas en apuros y ellos son los salvadores.

Estos cuentos e historias que nos leen desde la infancia tienen, junto con otros estímulos, un importante papel en nuestra educación y socialización, y en cómo nos comportaremos y relacionaremos en nuestra vida adulta.

Por ello, hemos decidido eliminar todos los micromachismos de los cuentos infantiles. Aquí tenéis cuatro estupendos ejemplos reescritos por los chicos y chicas que han participado en el proyecto “Cazando micromachismos: enemigos invisibles y silenciosos”:

## LA BELLA DURMIENTE

Había una vez un panadero muy pobre. Como no tenía dinero, un día decidió robarle a un brujo poderoso para poder comer. El brujo, al enterarse, decidió vengarse del panadero maldiciendo a su hija pequeña, pues ella era lo que el pobre hombre más quería. La maldición consistía en que al cumplir los 16 años, la joven se pincharía con el huso de una rueca y caería en un profundo sueño durante un siglo.

Sin embargo, el hechizo fue mitigado por un duende feo que sentenció: *“La joven dormirá hasta que la despierten con un buen trozo de queso cheddar oloroso”*.

La joven, al cumplir los 16 años se pinchó con el huso de una rueca, tal y como había predicho el brujo malvado y cayó en un profundo sueño de un siglo.

Unos años después, una mujer quesera que paseaba por la zona, encontró a la joven dormida y al verla se asustó tanto que se desmayó. En ese momento, el olor del queso cheddar llegó hasta la joven hechizada y la hizo despertar. Entonces, vio junto a ella a una mujer desmayada y la despertó suavemente.

De esta forma, la hija del panadero y la quesera empezaron a conocerse. Con el tiempo, y como se habían gustado y se hacían felices, comenzaron una relación. Varios años después, cuando las dos eran adultas, adoptaron a una niña china.

## **CAPERUCITA ROJA**

Una mujer pidió un día a su hija, Caperucita Roja, que fuera a visitar a su abuela, ya que hacía tiempo que no la veía. Le pidió también que le llevara una cesta con la meriendita.

Para llegar hasta la casa de la abuela, Caperucita Roja debía atravesar un bosque. Estando a medio camino, la niña se encontró con un lobo que parecía muy feroz. Éste le preguntó a Caperucita: “¿Dónde vas?”, pero ella no le hizo ni caso y se dio media vuelta, siguiendo su camino.

El lobo entonces decidió seguir a la niña sigilosamente. Pero en un momento del camino, cogió un atajo para llegar a casa de la abuela de Caperucita antes que ella. El animal, al llegar, se coló por una ventana trasera...

Cuando Caperucita llegó, se encontró a su abuela luchando con el lobo, intentando evitar que éste se la comiera. Al verla entrar, el lobo fue también a atacar a la niña para comérsela también. Caperucita luchó contra el lobo, defendiéndose como podía.

En ese momento, apareció por la puerta la madre de Caperucita. Entre las tres (la abuela, la madre y la propia Caperucita Roja) consiguieron matar al lobo y tomar tranquilas la meriendita.

## BLANCONIEVE

Un rey y una reina de un lejano Reino tuvieron un hijo llamado Blanconieve. El rey murió poco después por una gran enfermedad y, tras unos años, la reina se enamoró y volvió a casarse de nuevo con un joven albañil que tenía poco dinero pero era muy buena persona.

El albañil tenía una hermana que era una poderosa hechicera. Ésta también tenía un hijo, más o menos de la misma edad que el hijo de la reina. Los dos niños se conocían desde muy pequeños y cuando empezaron a hacerse adultos, se empezaron a gustar.

La hechicera, enfadada al saber que su hijo mantenía una relación con otro hombre, pidió consejo a su espejo mágico: *“Espejito, espejito, ¿qué puedo hacer con mi hijito?”*. El espejo respondió: *“Matadlo. Es la única manera de evitar que continúe esa relación”*.

La hechicera hizo caso al espejo e intentó matar al joven Blanconieve a través de un cazador. Sin embargo, el cazador, que estaba secretamente enamorado de Blanconieve, le dejó escapar en vez de matarle.

En su huida, Blanconieve encontró una casa. Entró a refugiarse y allí encontró a 7 enanitas. Ellas le dejaron quedarse allí escondido a cambio de que participase equitativamente en las tareas domésticas y fuese su amigo.

La hechicera se acabó enterando de que Blanconieve había huido y mató al cazador por su traición, decidiendo ella misma matar al joven. Disfrazada, le encontró, y le ofreció una manzana



envenenada. El joven Blancanieve cayó en el engaño y tras morder la manzana se desmayó al instante.

El hijo de la hechicera, que estaba buscando a su novio porque hacía días que no le veía, encontró a su enamorado desmayado. Tras explicar a su madre que los hombres también pueden enamorarse entre ellos y que no hay nada de malo en amar a otra persona, hizo entrar en razón a la hechicera, que deshizo el envenenamiento y reanimó a Blancanieve.

El hijo de la hechicera y el hijo de los reyes continuaron su relación y vivieron junto con las enanitas en su casa.

## **CENICIENTA**

Cenicienta vivía con su madrastra y sus tres hermanastras, con las cuales se llevaba muy bien. Un día, el rey invitó a todas las jóvenes del reino a una fiesta que iba a realizar en su castillo.

Las cuatro hermanas se ayudaron entre sí para ponerse guapas de cara a la fiesta. Cuando llegaron allí, el rey vio algo diferente en Cenicienta y le gustó mucho. Así que le pidió que bailara con él. Ella aceptó porque el rey había sido muy simpático así que bailaron juntos toda la noche, riéndose mucho.

Antes de que acabara la fiesta, una de las hermanas empezó a encontrarse mal porque había bebido demasiado. Y todas las demás decidieron irse con ella a casa para cuidarla. A Cenicienta no le dio tiempo de despedirse del rey, así que al día siguiente decidió buscarla para preguntarle si le apetecía que volvieran a verse algún día.

Al principio no la encontró porque el pueblo donde vivía era muy grande y tardó mucho tiempo en encontrarla pero en cuanto la vio, la reconoció perfectamente y le preguntó si le apetecía dar una vuelta con él para charlar un rato. Ella aceptó porque aquella noche se había divertido mucho con él y le apetecía seguir conociéndole.

Como los dos se gustaban mucho, siguieron viéndose para conocerse mucho más. Con el tiempo, iniciaron una relación. Meses después la relación se volvió un poco más seria. Y tras un año decidieron dar un paso más y se fueron a vivir juntos.

Si quieres aprender más sobre los micromachismos que hemos eliminado en estos cuentos infantiles clásicos (y muchas cosas más), visita nuestro blog:

<https://cazandomicromachismos.wordpress.com/>

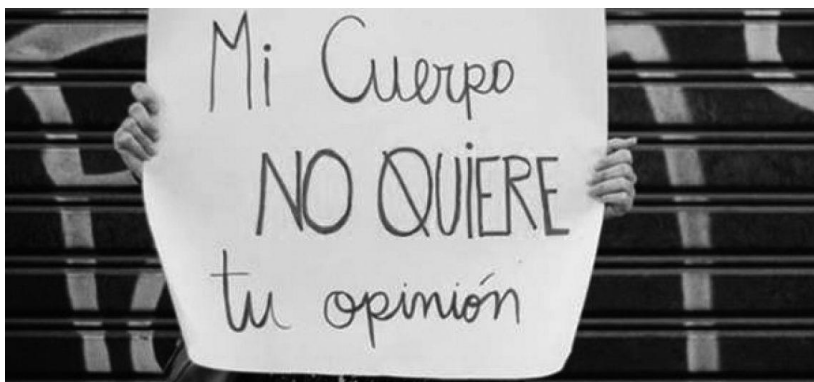
## Con mucho que contar...

Además de trabajar por eliminar los estereotipos, los mitos del amor romántico y los micromachismos de los cuentos infantiles, las y los jóvenes que han participado en el proyecto “Cazando micromachismos: Enemigos invisibles y silenciosos” también han realizado unas interesantes reflexiones sobre los machismos cotidianos que vivimos en nuestro día a día:

*“No nos parece normal que un chico critique a la mujer por jugar al fútbol o a un deporte de contacto porque se considere un deporte de hombres. Tampoco nos parece normal que un tío vea por la calle a una chica y le toque el culo o que le pregunte cuánto cobra”.*



*“Todas las personas somos iguales. Tendría que haber el mismo trato para todas las personas, ya que somos seres humanos. Nos gustaría que la gente no discriminase, ya que cada uno o cada una deberían poder hacer lo que quiera siempre que no haga daño a los demás. Nosotros no somos nadie para decir nada sobre la forma de vestir o de andar o de ser de otras personas”.*



*“En nuestra opinión, hay muchos machismos a día de hoy. Deberíamos empezar a mirar más hacia el futuro de todo el mundo, con la igualdad, empezando desde que somos pequeños. Nos gustaría que este cambio sucediese mañana mismo pero con la mentalidad que tiene la mayoría de la gente, esto parece un círculo vicioso. Seguimos criando a nuestros hijos como nos han criado a nosotros”.*

*“En nuestra opinión es intolerable que haya diputados que usan el machismo o el racismo como una herramienta que les parece graciosa. No debemos juzgar a un político por su vida privada, pero sí indagar cuando sospechamos que una relación privada puede influir en una acción pública.*

*Además hemos encontrado una noticia aun más vergonzosa: “Un eurodiputado polaco culpa a las mujeres de la despoblación rural porque trabajan fuera de casa”. Nos parece fatal que haya gente y actitudes como esta en el siglo XXI por que parece ser que cuanto más se va avanzando en unas cosas, más atrasados vamos en otras como el machismo. No nos parece muy lógico que el representante de un país tenga esas visiones de vida o más bien las dé a conocer ya que es un personaje público y eso puede llegar a influir a cierta gente.*

*No estamos de acuerdo con lo de que las mujeres tendrían que tener un sueldo reducido al de los hombres ya que nos tendrían que pagar lo mismo por hacer el mismo trabajo que ellos ya que somos iguales tanto hombres como mujeres”.*

## Díselo con camisetas

Por último, quienes han participado en el proyecto “Cazando micromachismos” han pintado dibujos y escrito eslóganes contra estas actitudes de machismo cotidiano para poder visibilizarlas y denunciarlas. Todos los textos que aparecen a continuación han sido reflexiones realizadas por los chicos y chicas que han formado parte del proyecto.

**No Hagas Trato con el Maltrato:** Es importante aprender a decir NO a la violencia contra las mujeres.



**¿Que las chicas no podemos hacer qué?** Las chicas también podemos hacer las mismas cosas que los chicos. Tenemos el mismo derecho a hacerlas y a no ser juzgadas mal por ello.



**Una chica no es una guarra por enrollarse con más de uno:** No debemos juzgar a las chicas de una manera diferente por una acción que los chicos también hacen. No siempre tiene que ser el hombre el que trabaje y la mujer la que cuide a los hijos y ama de casa, también puede ser al revés, con hombres y mujeres apoyándose mutuamente.





**Mi cuerpo no quiere tu opinión:** No siempre el físico es lo más importante y tampoco hay que ser guapo y perfecto para tener pareja. Los piropos callejeros son una falta de respeto ya que suponen que el hombre que los lanza, sin conocerte de nada y sin que tú le hayas pedido su opinión, te juzga únicamente por tu físico como si fueras un trozo de carne.



**Las pequeñas trampas de la vida cotidiana:** Los micromachismos son una pequeña trampa en nuestro día a día. Son actitudes y comportamientos tan normales (habituales) que mucha gente no los vemos.



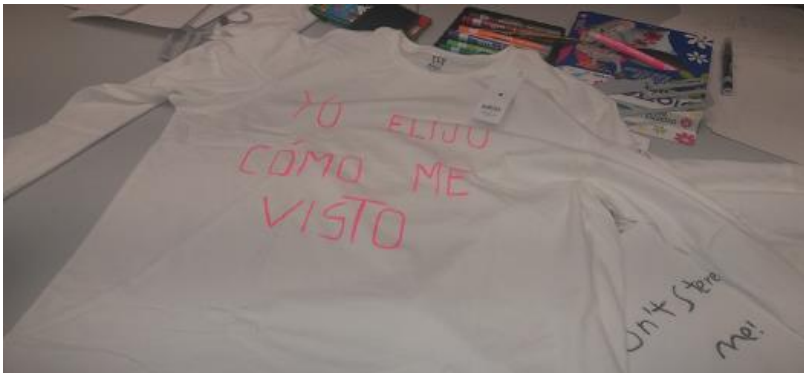
**VIVE'S (Vive tu vida, mujer):** Esta camiseta nos dice que las mujeres también tenemos derecho a vivir como queramos, libres de estereotipos o de micromachismos, y que deberíamos poder vivir tranquilas igual que los hombres.



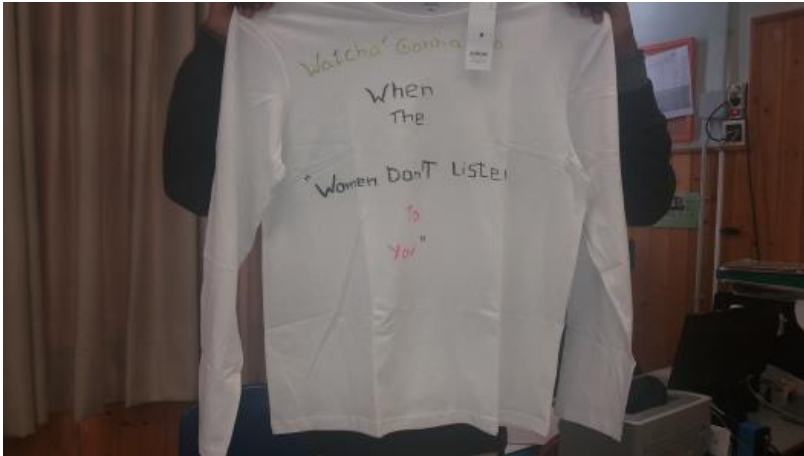
**Don't stereotype me!** Muchos micromachismos están basados en estereotipos de género que nos dicen qué es propio de una mujer y qué es propio de un hombre. Pero todos deberíamos poder hacer lo que queramos, sin limitarnos.



**Yo elijo cómo me visto:** Nosotras somos las que elegimos cómo vestir y qué llevar puesto y nada nos lo puede impedir. Un escote o una minifalda no justifican un piropo, un acoso o una agresión. Tu pareja no debe controlar la ropa que te pones porque tiene celos.



**Watcha gonna do when women don't listen to you?** Si las chicas aprendemos a identificar los micromachismos y machismos de la vida cotidiana, al final los hombres machistas se van a quedar solos por su actitud.



**Griselda Blanco era una mujer:** Aunque Griselda Blanco fue una criminal, y nadie debería de seguir su ejemplo, esta camiseta realmente lo que quiere reivindicar es que las mujeres también tenemos derecho a ocupar puestos de poder. Griselda fue la líder de un cártel de la droga en Colombia y alcanzó una posición de poder extraordinaria poco común entre las mujeres.



**El que come callado come x2 (No cuentes información, que luego no quieres que te tachen de “eso”):** Esta camiseta refleja dos micromachismos muy habituales: En primer lugar, se insulta a las mujeres que están con muchos chicos, mientras que a ellos se les llama “héroe”, “campeón”, “máquina” o “crack” cuando hacen lo mismo con muchas chicas. Esto es claramente injusto: no debemos juzgar de forma diferente a hombres y mujeres por el mismo comportamiento.

En segundo lugar, cuando una chica se queja de los insultos que recibe por ejercer su libertad sexual, vuelve a recibir reproches: “no vayas contando por ahí cosas si no quieres que te tachen de ‘eso’”. Aquí se culpabiliza siempre a la víctima del insulto y del micromachismo.



**Micromachismo (NO es NO).** Todo el mundo debe entender ya el NO de las mujeres, y no forzarlas ni obligarlas a hacer algo que no quieren hacer.

