



conCiencia

PATRICIA
ARMENDÁRIZ



@PatyArmendariz

El miedo es femenino

“**Q**uiero registrar mis muñecas típicas como mi invento”, me dijo recientemente una amiga. Y me solicitó una cita para pedirme ayuda de qué hacer. Cuando comprendí lo que quería, le dije: “no necesitas mi ayuda. Todo lo que tienes que hacer es iniciar en línea tu registro como propiedad intelectual. ¿Por qué no lo has hecho?”. “Por miedo”, me contestó.

Me he encontrado en varias situaciones con mujeres creativas que no emprenden algo por miedo. Como si el miedo fuera la excusa de sus vidas que automáticamente les impide continuar con un emprendimiento, aun cuando tienen evidencia de que éste ha sido exitoso. El miedo para muchas mujeres, más que en los hombres, es como una muralla invisible más poderosa que cualquier deseo de salir adelante. Como el coco al que le temíamos de niñas.

El miedo es producto de la ansiedad y ésta a su vez es producto del estrés. Y está comprobado que las mujeres desarrollamos desde pequeñas mayor vulnerabilidad ante situaciones de estrés que nos generan ansiedad.

Los estudiosos del tema atribuyen diferentes causas a esta diferencia de género que hace que las mujeres seamos más reactivas al estrés que los hombres. Las más alarmantes se refieren principalmente a la manera en que las niñas somos criadas a diferencia de los niños. Está demostrado que nuestros padres nos transmiten nuestra naturaleza de debilidad siendo sobreprotectores con nosotras, a diferencia de los varones a

quienes los incitan a tomar más riesgos “porque son hombres”.

Así, entramos en nuestra edad adulta con un hándicap de género: nuestra ansiedad producida por el estrés y, por tanto, nuestro miedo y aversión a tomar riesgos. Este fenómeno se ha acentuado aun más con el progreso de la tecnología, cuya adopción siempre implica más riesgo, y con un continuo rezago femenino.

Otra razón por la que las mujeres somos sujetas a más ansiedad, estrés y miedo es el abuso constante por parte del mundo masculino, que en el extremo nos ha mostrado como el género más víctima de violencia, abuso sexual y muerte. El resultado más preocupante es nuestra inclusión en el mundo laboral, donde el miedo y la ansiedad nos resta productividad e impide nuestra igualdad.

Mientras ambos factores, la educación familiar y el abuso masculino, no puedan ser corregidos, lo único que queda por hacer es crear políticas de atención a la salud mental femenina, consistentes y disponibles. Solamente así la sociedad podrá favorecerse de nuestra inclusión laboral con su máximo potencial, por el bien de las mujeres y de la economía en su conjunto. ■