

¡Bienvenidas todas las personas a este boletín!

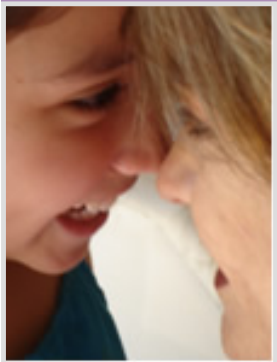
Por este medio queremos compartir información, estudios, noticias, preguntas, como apoyo a la trayectoria profesional, personal y comunitaria de las mujeres, de los hombres, de sus familias y comunidad.

Temas de la Mujer Profesional

El cerebro femenino

Por Arantza Echaniz Barrondo

"Pero yo pienso que es más práctico saber que sentimos diferente y comprender que lo que ellos hacen o dejan de hacer se debe, sencillamente, a que, como dice la canción, Men are different... Y nosotras también" **Carmen Posadas.**



Desde que leí ***El cerebro femenino*** de **Louann Brizendine** (*Barcelona: RBA, 2007*) estoy dándole vueltas a lo que ahí se decía. Siempre he pensado que hombres y mujeres, como reza la cita anterior, son muy diferentes por naturaleza. En estas líneas señalaré algunas de las ideas que más me han impactado. Debo empezar señalando que su lectura es muy agradable y recomendable tanto para mujeres como para hombres ya

Fecha: **31 de Marzo de 2008**

En esta edición:

- [Temas de la Mujer Profesional](#)
- [Noticias](#)
- [Testimonio](#)
- [Colaboradores y Responsables](#)

[Ir al sitio web Mujer Profesional](#)

[Suscribirse al Boletín Electrónico](#)

que ayuda a entender la biología innata de las primeras (y las implicaciones que dicha biología conlleva) y los cambios que se van sucediendo a lo largo de la vida de la mujer.

Laura Brizendine es una reconocida doctora norteamericana con más de 20 años de experiencia como **neuropsiquiatra** y fundadora de **The Women's Mood & Hormone Clinic**, centro que se dedica a la investigación y tratamiento de los cambios de humor, la ansiedad y las disfunciones sexuales asociadas a los niveles hormonales.

Históricamente a las mujeres se les ha atribuido menor inteligencia debido al menor tamaño de su cerebro. La anatomía cerebral ha demostrado que **hombres y mujeres tienen el mismo promedio de inteligencia**. Tienen un número similar de conexiones cerebrales, lo que ocurre es que en la mujer se concentran en un cerebro más pequeño y están repartidas de diferente forma. **El cerebro femenino** es más apto para la empatía y la captación de matices emocionales mientras que el masculino tiene más espacio dedicado al impulso sexual y centros más desarrollados para la acción y la agresividad. Dicho en palabras de la autora: *"Mientras éstas tienen una autovía de ocho carriles y los hombres una carretera secundaria para procesar la emoción, los hombres cuentan con un aeropuerto como el O'Hare de Chicago para procesar ideas sexuales, mientras las mujeres sólo tienen el aeródromo de al lado donde aterrizan aviones pequeños y particulares"* (p. 113).

Es muy llamativa la gran influencia de las hormonas en las mujeres. Éstas crean una realidad femenina. En la mujer se dan más cambios a lo largo de la vida. Y en la etapa fértil los cambios están en función del ciclo menstrual.

Este hecho me hace replantearme una afirmación masculina que siempre me ha molestado: "***Déjala, estará con la regla***". Está demostrado que las mujeres estamos más a merced de las hormonas.

Una sugerente idea es que no hay ***cerebro unisex***. Tanto la educación de género como la biología nos hacen lo que somos. Aunque hay que tener presente que la experiencia y las interacciones pueden cambiar el cableado cerebral. La autora también cuenta una ilustrativa anécdota: "*Una de mis pacientes regaló a su hija de tres años y medio muchos juguetes unisex, entre ellos un vistoso coche rojo de bomberos en vez de una muñeca. La madre irrumpió en la habitación de la hija una tarde y la encontró acunando al vehículo en una manta de niño, meciéndolo y diciendo: 'No te preocupes, camioncito, todo irá bien'. Esto no es producto de la socialización. Aquella niña pequeña no acunaba a su 'camioncito' porque su entorno hubiera moldeado así su cerebro unisex. No existe un cerebro unisex. La niña nació con un cerebro femenino, que llegó completo con sus propios impulsos*" (pp. 33-34).

Las niñas se interpretan en función de las interacciones con los demás. Desde muy pequeñas aprenden a leer las caras. Tienen mayor **comunicación emocional**. Las mujeres están programadas para mantener la armonía social. En tiempos esto fue una cuestión de supervivencia. "*Muchas mujeres encuentran alivio biológico en compañía de otra; el lenguaje es el pegamento que conecta a las mujeres entre sí*" (p. 58). No es así en los hombres y de ahí que muchas mujeres sufran por el diferente patrón de comunicación de sus parejas. También es diferente **la reacción ante el conflicto y el estrés de las relaciones**. Mientras que los hombres pueden incluso

disfrutar con el conflicto, en las mujeres se desencadenan reacciones hormonales negativas.

Las mujeres han evolucionado hasta llorar con mucha más facilidad. Los hombres no se dan cuenta de que algo va mal hasta que ven llorar a una mujer. Esto se debe a que no saben leer de igual manera los *rasgos emocionales*.

Son muy interesantes *los capítulos dedicados al amor y el sexo* pero no los voy a comentar en este momento.

En el libro va recorriendo por capítulos las diferentes etapas hormonales y cerebrales de la mujer. Aquí únicamente he destacado algunas ideas de dicho recorrido.

Para terminar diré que lo leído, confirma mi experiencia vital y de relación con los hombres y también con las mujeres. Ha hecho que me preocupe por la 'determinación' que suponen las hormonas en las diferentes etapas de la vida. Y, sobre todo, me anima al conocimiento personal y del otro como vía para descubrir y potenciar las diferencias. *Hombres y mujeres son diferentes... ¡y qué bien que lo sean!*

Para profundizar más en el tema, les dejo una interesante entrevista realizada por **Eduard Punset a Louann Brizendine**

¿Usted qué opina?

[Arriba](#)

Noticias



8 marzo: Día Internacional de la Mujer

Invertir en las mujeres y las niñas tiene un efecto multiplicador sobre la productividad, la eficiencia y el desarrollo económico sostenido. En <http://www.oei.es/>



Pan y Rosas: seguridad y calidad de vida

Bajo el lema "Pan y Rosas", en el que el pan simbolizaba la seguridad económica y las rosas la calidad de vida, las mujeres extendieron sus protestas hacia el derecho al voto y el fin del trabajo infantil. En <http://news.bbc.co.uk>

[Arriba](#)

Testimonio

Soy cinta negra 3er Dan en Taekwondo

Por Gaby Saéñz



El mundo de las artes marciales posee todos los atributos necesarios para recrear la mística más profunda y el autoconocimiento interior y exterior al desafiar los límites no solo corpóreos sino mentales y espirituales.

En mi experiencia personal el desarrollo de mi práctica marcial me ha brindado la oportunidad de auto disciplinarme, conocerme y de interiorizar, pero por sobre todo me ha rescatado de las fronteras que bordean la censura, producto del pensamiento negativo y el entorno social.

Recuerdo mi primer intento "serio" de entrenar artes marciales: ¡La primer censura vino de casa! "*Las niñas no hacen karate*" (y ni siquiera sabía yo si era *Karate* lo que deseaba... yo quería ser como Carradine, un especie de monje y guerrero Shaolín...) pero a la edad de nueve años las conjeturas de los padres son como la ley: sagradas (Ahora entiendo que ya iniciaba yo mi recorrido hacia los terrenos marciales al respetar la **jerarquía**).

Al cumplir veinte años y no habiendo podido quitarme aquella "idea loca" de la cabeza conocí a los entonces Directivos de las Federaciones de Karate y Kung Fu del estado; me tocó la suerte de trabajar en una oficina de arquitectos con la que ellos tenían tratos profesionales; para entonces yo cubría las horas que exigía el servicio social y simultáneamente preparaba la tesis que me daría

derecho a obtener mi pase al examen profesional por el título de Lic. En Diseño y Mercadotecnia Visual por el CEDIM.

Fue en esa oficina donde volvió a cobrar fuerza la intención de iniciar mi búsqueda personal a través de alguna de estas disciplinas. Al enterarme de quienes eran estos "socios" de mi jefe, de inmediato empecé a cuestionarlos acerca de los requisitos para ingresar a la práctica de sus especialidades, y aquí fue dónde vino mi segunda censura: al preguntar (no sin cierta timidez - resultado del rechazo a mis iniciativas de la infancia-) si sería *posible* incorporarme a algún grupo de entrenamiento de dichas especialidades marcialistas se me notificó con cierto sarcasmo (aún recuerdo las risitas que les provocaban mis ingenuas peticiones) que aquello NO ERA COSA PARA MUJERES que tal vez debiera intentar el **jogging** - incluso me invitaron a unirme al Club de **Correcaminos** - popular grupo, pionero por aquellos años (1986) entre los corredores de Calzada del Valle-pues "si lo que quería era *defenderme* lo mejor sería aprender a *¡C o r r e r!* en lugar de *poner en riesgo mi vida* intentando hacerle al "Carradine"..... **¡Esta es y será una de las más graves ofensas indirectas que he recibido!** Un *punch* a mis sueños y mis expectativas ¡A mi autoestima femenina! **Lamenté profundamente haber nacido mujer**, como si con ello hubiera nacido no solo en el bando equivocado, sino en el de menor rango social (y lo peor, *Marcial..*)

Tuve que esperar algunos años más, a que mi único hijo *varón* cumpliera los cuatro años reglamentarios para inscribirlo en el Taekwondo ¡E intentar cumplir mi sueño a través suyo! ¡Qué ironía!... fue una de esas primeras

tardés en que contemplando al pequeño y encantador atleta a través del cristal que divide la sala de espera y el área de entrenamiento denominada *Dojang*, que recibí la invitación espontánea de una mujer desconocida a probar suerte en el grupo matutino de "Damas" Se acercó y me dijo con llana sencillez -¿Porque no pruebas tú?- *Se nota que te gusta esto ¿o no?...*

Hoy en día soy cinta negra 3er Dan en Taekwondo (y no he dejado de entrenar por la mañana misma hora y mismo canal: Vonnacher Taekwondo sucursal *Las Torres* o *Garza Sada*) participé en torneos internos (de las Escuelas Vonnacher) con logros que me han dejado la mejor de las satisfacciones deportivas; pero por sobre todo: conquisté una de las metas que sin saber me devolvió la confianza en **que los sueños siempre son factibles** y que nadie puede venir a decirte cuáles son tus límites *porque el límite es el CIELO...*

Diez años después de mis primeras lecciones de Taekwondo hoy en día estoy incursionando en una nueva aventura: otro arte marcial también de origen coreano, el **Hapkido**. Practico tres veces por semana en las instalaciones de la Escuela Contry que la *Asociación Mexicana de Hapkido* tiene en la ciudad.

Aquí -debo mencionar- el reto es doble, pues además de ser una mezcla compleja de expresiones marciales que incluyen torceduras, llaves y control de puntos de presión, patadas, uso de armas, acrobacia, formas y manejo de energía (Chi) la falta de practicantes femeninas es un reto especialmente desafiante por razones obvias. Ya que esta es una práctica tradicionalmente varonil (y al menos así se ha mantenido hasta el momento en nuestro país) el

grueso de la población ignora aún los beneficios que su práctica aporta y lo eficaz que puede resultar su aplicación en algunas situaciones de emergencia, a las que cualquiera puede verse expuesto y donde de manera especial resulta provechoso a la mujer. Hasta el momento sigo esperando -después de poco más de ocho meses- que alguna otra mujer se apunte para ser mi pareja de *training* (se lo agradeceré...)

Me preguntan mucho cómo hago para "sobrevivir" a los entrenamientos con un grupo exclusivamente masculino, y efectivamente, debo reconocer que es un desafío; las *caídas*, las prácticas *combativas* o *defensivas* son en general más fuertes que con mujeres, además está el hecho de la diferencia natural entre ambos sexos de fuerza y peso _siempre un punto fuerte_ pero donde realmente se **complica** la cosa es en las *rodadas* y *proyecciones* (Caídas y voladas fuertes, como las que se ven en películas de acción) ¡Me impresiona ver cómo mis compañeros se lanzan "al infinito y más allá" sin resquicio alguno de miedo! cómo entonces yo no puedo "perderme" (intentando no llamar la atención del maestro y del resto del grupo) en la masa por el simple hecho de qué soy la **única** mujer ...

Debo mencionar -y hacer justicia entonces- el hecho de que los tiempos y con ello las MENTALIDADES han cambiado; los Directivos, Presidentes de Federaciones y Asociaciones, el mismo entorno marcialista y los practicantes parecen haber revalorado la presencia femenina en el dojang, con su energía Ying sutil y persistente... puedo confirmar con seguridad y profunda alegría, que me he sentido acogida entre los nuevos y muchas veces más jóvenes compañeros de

entrenamiento; por "las cabezas" que dirigen estos grupos y que he tenido la suerte de conocer de modo más personal (lo que me ha permitido la oportunidad de reivindicar la opinión negativa que antes tuve de este medio en el que _a las pruebas me remito_ solo sobreviven los verdaderos hombres y mujeres de *paz*.)

Estoy convencida que este desafío lo he enfrentado desde el corazón de guerrero _ sin menoscabo de mi sexo ni mengua de mi feminidad_ donde el grado cinta negra ya está impreso, y desde donde les aseguro que no existe meta imposible que resista la perseverancia del entrenamiento arduo y la entrega apasionada...

Y, sobre aquella mujer que me invitara al grupo de "Damas " ¡Se convirtió en una de mis mejores amigas, una hermana espiritual y pareja de entrenamiento por años. (Actualmente ella radica en México).

[Arriba](#)

Colaboradores y Responsables

Colaboración:

Patricia Gallardo Krause, Directora Centro Mujer Profesional Facultad de Ciencias Económicas y Administrativas Universidad Central, Chile.

Gabriela Saéñz. Escritora y pintora.

Rodolfo Cavazos Rodríguez ITC 07 ITESM.

Responsables:

Arantza Echaniz. Profesora de Aula Ética. Universidad de Deusto. Bilbao, País Vasco. aechaniz@ud-ss.deusto.es

Luz María Velázquez

Profesora Asociada del Departamento de Formación en Ética, DHCS, ITESM Campus Monterrey. lvelazquez@itesm.mx

Diseñado por: www.tencomunicacion.com

Copyright © 2008 Mujer
Profesional