# 19 DE NOVIEMBRE: DÍA INTERNACIONAL DEL HOMBRE

*(Creación: noviembre 2026).*

Cada 19 de noviembre se celebra el Día Internacional del Hombre, iniciativa impulsada en 1999 por Jerome Teelucksingh en Trinidad y Tobago que después se extendió a otros países, aunque no es una conmemoración proclamada por las Naciones Unidas.

En México, diversas instituciones públicas se han sumado a la fecha para promover la salud masculina y reflexionar sobre las relaciones de género. Entre los propósitos planteados por sus organizadores están visibilizar la salud física y emocional de hombres y niños, reconocer sus aportaciones a la comunidad, promover modelos masculinos positivos y mejorar las relaciones entre mujeres y hombres.

La fecha ofrece una oportunidad para examinar expectativas que pueden dificultar que los hombres expresen lo que sienten, pidan apoyo o participen plenamente en las tareas de cuidado. Los datos de salud muestran la importancia de atender sus necesidades. De acuerdo con estadísticas de defunciones registradas del INEGI, en México, en 2025 se contabilizaron 9020 muertes clasificadas como presunto suicidio; de este total, 80 % eran hombres. Este dato, por sí solo, no explica sus causas, pero sí subraya la necesidad de fortalecer la prevención y el acceso oportuno a la atención de la salud mental.

Los hombres tienen problemas específicos y serios que a menudo se mencionan poco, como tasas de suicidio mucho más altas en casi todos los países; mayor mortalidad en el trabajo y en accidentes; peor esperanza de vida en general; en muchos lugares, peores resultados educativos (sobre todo en lectura y abandono escolar) y menos atención a la salud mental y física masculina.

La corresponsabilidad también merece atención. La Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2024 señala que, en México, las mujeres dedicaron en promedio 39.7 horas semanales al trabajo no remunerado doméstico, de cuidados, comunitario y voluntario, frente a 18.2 horas de los hombres. En Sonora, los promedios fueron 39.7 y 19.1 horas, respectivamente.

Conmemorar este día puede ser una invitación a cuidar la salud, construir vínculos respetuosos y reconocer que los hombres también pueden ejercer su papel en la sociedad desde la escucha, la expresión de sus emociones y la participación cotidiana en los cuidados.

Fuentes:
Día Internacional del Hombre. 19 de noviembre. (2026). Historia y antecedentes. https://internationalmensday.com/about/history-background/
Instituto Mexicano del Seguro Social. (Noviembre 2026). Salud del Hombre. Infografía. https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/calendarios/calendario-salud.pdf
Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (10 nov. 2026). Estadísticas de defunciones registradas (EDR) 2025. Reporte de resultados 52/26. INEGI. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2026/edr/EDR2025-def_RR.pdf
Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo (ENUT) 2024. Principales resultados. INEGI. https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enut/2024/doc/enut_2024_presentacion_resultados.pdf
Organización Mundial de la Salud. (23 may. 2025). Suicidios en todo el mundo en 2021: estimaciones de salud global. https://www.who.int/publications/i/item/9789240110069
Oficina de Estadísticas Laborales de EE. UU. (19 dic. 2024). Lesiones, enfermedades y muertes. https://www.bls.gov/iif/fatal-injuries-tables/fatal-occupational-injuries-table-a-7-2023.htm
Naciones Unidas. (12 nov. 2026). Pirámides poblacionales. Perspectivas de la Población Mundial. Esperanza de vida por país, 2026. https://www.populationpyramids.org/life-expectancy-by-country?country=united-states&birthYear=1990&sex=total
Chatterjee, Srijaa. (20 sep. 2026). Las niñas obtienen mejores resultados que los niños en lectura en 89 de los 90 sistemas educativos. *Visual Capitalist*. https://www.visualcapitalist.com/girls-outscore-boys-in-reading-89-of-90-education-systems/