



Mujeres en el deporte: desigualdades y desafíos



Desde la Antigua Grecia, **las mujeres fueron excluidas** del deporte, considerado una actividad masculina ligada a la fuerza y la velocidad.

Las ideas sobre el deporte masculino se extendieron y moldearon la cultura deportiva en gran parte del mundo.

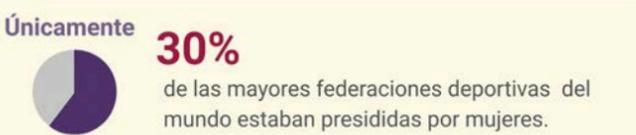
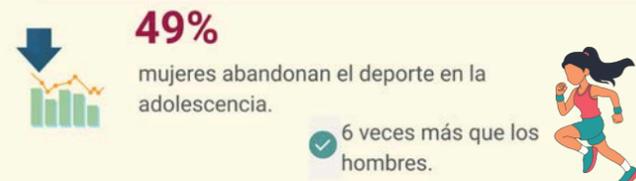
En el México Prehispánico, no hay evidencia de que las mujeres jugaran como atletas en el **pok ta pok** o **tlachtli** (juego de pelota). Participaban en rituales asociados —danzas, ofrendas, preparación ceremonial y figuras simbólicas en los mitos del juego—.

Hoy, mujeres en comunidades mayas de Campeche, Yucatán y Chiapas practican y promueven el juego de pelota como forma de resistencia cultural.

Las mujeres deportistas enfrentan:

- Estigmas. → **"te vas a ver como hombre"**
- Evaluación a sus cuerpos con mirada androcéntrica.
 - **Modelo de "cuerpo atlético ideal".**
Espaldas anchas, musculatura marcada, fuerza física.
- Invisibilización de lo corporal femenino.
 - **"Es cuestión de actitud, no del cuerpo."**
Ignorando condiciones como la menstruación, la anemia y el estrés en mujeres.

Desigualdades de género en el deporte



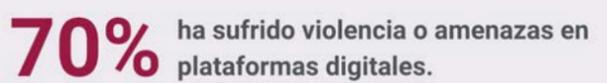
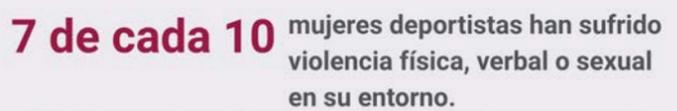
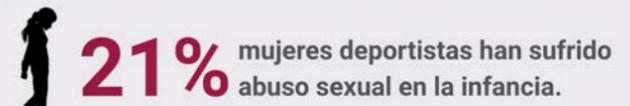
Según la revista Forbes, 50 de los deportistas mejor pagados del mundo son hombres sin incluir a una sola mujer.



Entre las principales razones para abandonar el deporte está la falta de tiempo. En promedio las mujeres trabajan 6.9 horas más que los hombres y disponen 0.5% menos de tiempo para actividades deportivas.

Fuentes: UNESCO. (2024). Informe de la UNESCO: el acceso al deporte de las mujeres y las niñas sigue sufriendo un importante retraso. INEGI. (2025). Comunicado de prensa 38/25. Módulo De Práctica Deportiva Y Ejercicio Físico. (MOPRADEF). NEGI. (2019). Presentación de resultados. Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT).

Agresiones, acoso y violencia sexual



En muchos casos, las deportistas deben convivir con sus agresores: entrenadores, colegas, dirigentes o aficionados.

Fuente: ESPN (2025). 8M: Mujeres deportistas en México, expuestas a escenarios de violencia.

La falta de estadísticas oficiales y protocolos efectivos mantiene la violencia sexual en el deporte como un problema invisibilizado

- La clavadista Azul Almazán denunció desde 2001 a su entrenador, Francisco Rueda, por violencia psicológica, sexual y abuso de poder. Sin embargo, fue presionada a guardar silencio bajo la amenaza de ser excluida del equipo nacional. A pesar de las múltiples denuncias realizadas su agresor quedó impune.
- La atleta de pentatlón Tamara Vega, denunció a su entrenador Sergio N., por pederastia y trata de personas, tras vivir 15 años de abuso. En 2024 se abrió una carpeta de investigación, no obstante, hasta el momento, la única medida tomada ha sido impedirle estar en competencias nacionales e internacionales.
- Tras ganar la Copa Mundial Femenina en 2023, Jenni Hermoso fue besada sin su consentimiento por Luis Rubiales, entonces presidente de la Real Federación Española de Fútbol. La presión encabezada por los futbolistas con el hashtag #SeAcabó llevó a su destitución y marcó un parteaguas contra la impunidad de la violencia sexual en el deporte.

Brechas salariales

En la Liga MX Femenil, las jugadoras ganan en promedio **\$2,500 pesos mensuales**

La formación académica paralela al fútbol es una necesidad ante los bajos sueldos que se les proporciona a las jugadoras.

En la liga varonil, los jugadores de nuevo ingreso ganan entre **\$20 mil y \$30 mil pesos mensuales**

¿Sabías qué?

En 1994, México firmó la **Declaración de Brighton** para promover la equidad de género en el deporte.

Pese a ello, persiste una visión binaria que exagera las diferencias biológicas entre mujeres y hombres —como los niveles de testosterona— para justificar desigualdades y restricciones en la competencia.

No considera el contexto físico, emocional y social que influye en el rendimiento y en el riesgo de lesiones.

La Liga MX Femenil y sus desafíos

Derivado de la **Apertura 2025**, se destaca lo siguiente:

La **Liga MX Femenil** y la **FMF** presentaron un protocolo contra la violencia de género y crearon una **Comisión de Género y Diversidad**, para prevenir el acoso y la discriminación, y saber cómo actuar ante casos de violencia contra las jugadoras.

En 2023, el evento **"900 minutos por la igualdad"** visibilizó la brecha salarial en el deporte, al mostrar que una jugadora necesita jugar **diez veces más** para ganar lo mismo que un hombre en un partido de 90 minutos.

Puedes revisar el Protocolo aquí:

