



Línea de escucha para hombres



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.



# *Calma, la línea de escucha para hombres en Bogotá*

La Línea Calma fue lanzada por la Subsecretaría de Cultura Ciudadana y Gestión del Conocimiento en diciembre de 2020, con el objetivo de establecer un canal de escucha y acompañamiento psicoeducativo para hombres en Bogotá. El proyecto probó ser una innovación que avanza en los procesos de transformación cultural y comportamental de las masculinidades en Bogotá y en la respuesta institucional a la necesidad latente de los hombres para una gestión saludable, pacífica y asertiva de sus emociones. La línea cerró su primera fase –un piloto de implementación que operó desde el 17 de diciembre de 2020 hasta el 31 de mayo del 2021 – con un total de **1796 atenciones**.

Durante los meses de la fase piloto, **la línea atendió 1.133 llamadas entrantes y brindó acompañamiento psicoeducativo a 131 hombres** que llamaron debido a situaciones relacionadas con violencia de pareja, celos o control. En estos espacios, que le apuntan al desaprendizaje del machismo y la incorporación de identidades masculinas alternativas, no violentas y equitativas, el grupo de profesionales de psicología de la Línea Calma llevó a cabo 636 sesiones gratuitas a través de videollamadas, logrando que estos hombres tuvieran el espacio, el tiempo y la atención para trabajar temas como: el manejo de emociones, los celos, el control y posesión; la comunicación asertiva; los acuerdos en pareja; la dependencia afectiva y el duelo amoroso; el autoestima y proyecto de vida, así como masculinidades alternativas, cuidadoras y no violentas.

De acuerdo con los seguimientos realizados por el equipo de la Línea a 364 hombres para la evaluación de los servicios, los hombres que pasaron por la Línea Calma reconocieron haber recibido un servicio de calidad que se evidencia en los siguientes datos:



**El 100%**

de los usuarios con quienes se estableció comunicación de seguimiento recomendarían la línea a otras personas.



**El 93 %**

de los hombres que respondieron la encuesta de satisfacción manifestaron sentirse satisfechos con la atención prestada.



**El 91%**

de los usuarios que contestaron la encuesta de satisfacción reportaron sentirse mejor gracias a la atención prestada.



**Casi el 95%**

de los usuarios con quienes se estableció una comunicación de seguimiento afirmaron que “la llamada que sostuvieron en días pasados les ayudó a manejar mejor sus emociones”.



**El 93 %**

de los usuarios que llamaron por temas vinculados a agresiones afirmaron que “no se volvieron a presentar las situaciones de agresión que reportaron en la primera llamada”.

Estos datos indican que la Línea Calma, de acuerdo al reporte de los usuarios consultados, le permitió manejar mejor sus emociones a los hombres en Bogotá, así como sentirse mejor en general, y cesar y prevenir situaciones de violencia. Asimismo, los hombres consultados expresaron su disposición a compartir su experiencia con otros hombres y recomendarles la línea. Esta disposición se vio reflejada en el comportamiento mismo de la línea, pues el segundo medio a través del cual los hombres se enteraron sobre ella fue el voz a voz.

# Testimonios de usuarios de la Línea Calma:

## **Ricardo, 62 años, pensionado:**

*“Me desahogué, pude contar lo que me sucede y compartir con alguien mi sentimiento. Ahora no estoy tan solo y tendré un soporte, una guía. Aprendí a expresar mis sentimientos y temores sin menospreciar mi condición de hombre; a ir un paso a la vez y entender por qué me pasa lo que me pasa y superarlo, pues en el fondo: está afectando mi salud. Gracias”.*

## **Héctor, 39 años:**

*“Esto contradice los fundamentos sobre los que se basa mi comportamiento y lo que se me ha enseñado, el tema de enfrentar los miedos. Usted reconoce que le tiene miedo a algo entonces váyase de frente a enfrentarlo, es contradictorio porque las armaduras nos hacen fuertes, pero quitarnoslas nos hace sentir más seguros, tranquilos y con la posibilidad de establecer otros vínculos”.*

## **Oscar, 23 años, periodista:**

*“Verbalizar las sensaciones apacigua bastante la sensación. El dolor es inevitable, la clave para superarlo está en dosificarlo”.*

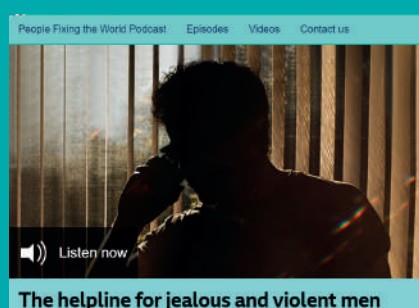
## **Diego Alejandro, 26 años:**

*“Expresé mis sentimientos de manera sincera y sentí apoyo y tranquilidad al hablar de mis sentimientos. He recibido buena guía y buenos consejos. Aprendí que es importante vivir en el presente, ver a la gente como personas y no como objetos, canalizar mi energía en otras actividades de satisfacción”.*

## **Jorge Andrés, 36 años:**

*“Caigo en cuenta que todo es un círculo, le dicen a uno que tiene que comportarse de tal manera (...) brusca, grosera y tosca, sino no es hombre, es la manera que aprendí de que el abuelo es el hombre de la casa...Y quería seguir los mismos patrones, el hombre que se hace sentir”.*

# La Línea Calma en medios internacionales y nacionales:



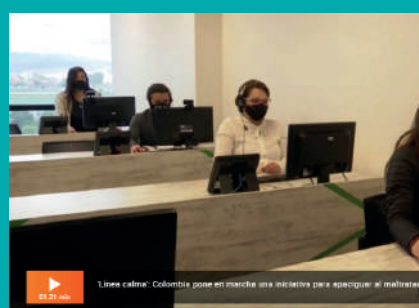
Gracias al buen desempeño y la innovación que representa en el sector de estrategias, programas y políticas públicas sobre equidad de género, la convivencia pacífica y el derecho de las mujeres a vivir una vida libre de violencias, la Línea Calma logró despertar un gran interés en algunos medios de comunicación internacionales como la BBC de Londres, cuyo programa de Podcast “People fixing the world” (“Gente que está arreglando el mundo”), dedicó uno de sus capítulos de 23 minutos exclusivamente a hablar sobre la línea y sus servicios en Bogotá.

[Escuchar podcast](#)



Asimismo, el medio de comunicación internacional, “Atlas Of The Future,” hizo un artículo sobre la Línea como una de las estrategias a nivel mundial que generan esperanza para el futuro.

[Ver artículo](#)



Por su parte, el portal web de noticias de RTVE, en España, dedicó una nota en video de su famoso “Telediario” para contar la noticia sobre el funcionamiento de la línea.

[Ver video](#)



En Colombia, el portal web del diario El Tiempo, uno de los más leídos en el país, dedicó un amplio reportaje para contar sobre la novedad de la línea y explicar en detalle su naturaleza y servicios.

[Ver artículo](#)

# ¿Qué cambios tiene la Línea en su nueva etapa?

El piloto dejó una serie de aprendizajes que tuvieron como protagonista la experiencia y las recomendaciones del equipo encargado de implementar la estrategia. Estas lecciones aprendidas se traducirán en modificaciones que mejoren el servicio, entre ellas:

- Se extenderán los horarios de atención y el número de personas que integran el equipo de trabajo. Se recibirán llamadas los domingos (**entre las 2:00 y las 10:30 p.m.**) y se ampliará el horario de lunes a viernes, para atender las llamadas que ingresen entre las **8:00 p.m. y las 10:30 p.m.**, así como el horario de los sábados para atender la necesidad de los usuarios de **2:00 p.m. a 10:30 p.m.**
- Se ampliará el acompañamiento psicoeducativo a **casos que ingresen a la línea por duelo amoroso** y no se prestará solamente a quienes asisten por situaciones vinculadas a la violencia de pareja.
- Como parte del acompañamiento psicoeducativo, se brindarán servicios de atención presencial para aquellos hombres que, por distintas razones, no puedan acceder a las sesiones de videollamadas. En dichos espacios se generarán momentos de discusión grupal o **“círculos de la palabra”** para los hombres que quieran darle continuidad a su proceso de cambio y que se encuentren interesados en participar de redes de apoyo conformadas con otros hombres.
- Se establecerá un puente con la **“Escuela Hombres al Cuidado”** que lanzará la Subsecretaría de Cultura Ciudadana para que los hombres que así lo deseen puedan tener espacios de formación en distintas áreas del cuidado, incluyendo cuidado emocional, de la salud y de las relaciones con otras personas en el espacio privado y en el espacio público.

- **Se ampliará el número de sesiones psicoeducativas** a las que pueden tener acceso los usuarios, dependiendo de su voluntad y del criterio profesional de quien realiza la atención.\*
- Se está construyendo una **red de aliados de la línea Calma** que mejorará su capacidad para articularse con otras. Asimismo, se lanzará una estrategia de comunicación y divulgación para dar a conocer la línea a más hombres en Bogotá, tanto digital como territorialmente, mediante acciones como la publicación de una miniserie de edutainment sobre masculinidades; experiencias pedagógicas y artísticas en el espacio público y otras iniciativas que permitirán establecer más conversaciones con hombres y mujeres en las distintas localidades de la ciudad.

\* En el piloto se aplicó un criterio taxativo, que daba 5 sesiones a los usuarios con perfil 1, 7 sesiones a usuarios con perfil 2 y 10 sesiones a usuarios con perfil 3. (El nivel de los perfiles está determinado por el nivel de gravedad de las situaciones de violencia presentadas).



# Calma, la Miniserie



Finalmente, la Línea Calma cuenta con una Miniserie de 6 capítulos, que oscilan entre los 4 y los 6 minutos. En ellos, un grupo de amigos (todos hombres), empieza a cuestionar creencias y comportamientos –hasta ahora naturalizados–, que reproducen formas tradicionales de la masculinidad en los asuntos más cotidianos de sus vidas. A través del apoyo grupal se va produciendo una transformación colectiva que reflexiona sobre asuntos como la paternidad y las labores domésticas, el abuso, el manejo de los celos y de la ira, entre otras. Desde su lanzamiento, el 17 de septiembre de 2021, la serie ha tenido una enorme acogida en televisión local y redes sociales, pues permite que sus espectadores se sientan identificados con las situaciones representadas en los capítulos. La serie, ha sido transmitida a través de Canal Capital y todos sus episodios se encuentran disponibles en el siguiente enlace:

[Miniserie Calma](#)





ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

