

PIONERAS

CASTILLA-LA MANCHA
2025

GRUPO DE LA UNIDAD DE
IGUALDAD DE GÉNERO

Carta sobre la vida de una:
MUJER E INFLUENCER

MUJER E INFLUENCER



Fuente: Canva

Hola, Mario, Pedro, Juan, Luis... o cualquier otro hombre o chico adolescente que me esté escuchando en este momento: Sí, soy mujer. Y soy influencer.

Imagina cómo soy y los contenidos que publico en Instagram, TikTok o X.

Venga. Te doy 3 segundos...

Mujer e influencer ¿Qué has pensado con solo estas dos palabras?

Pues bien, con estas dos palabras, muchos ya habéis construido una idea sobre mí, ¿verdad?: Alta, delgada, rubia, sonriente, buen cuerpo, poca ropa, provocativa....

La mayoría pensaréis que mi contenido se basa en maquillaje, moda o estilo de vida. Quizás dudéis de mi conocimiento si hablo de tecnología, ciencia o política, pero no sobre cuidados, cocina, familia o hijos.

O, peor aún, algunos asumirán que mi éxito se debe a mi apariencia y no a mi trabajo. Porque, aunque vivimos en la era digital, los prejuicios hacia las mujeres en las redes sociales siguen siendo demasiado ... analógicos.

Si estás leyendo esto, tal vez nunca te hayas planteado cómo es la experiencia de una mujer en este espacio digital. Quizás disfrutas de las redes sin preocuparte demasiado por cómo se reciben tus opiniones, sin pensar si serás juzgado por tu físico o por el tema del que hablas. Pero quiero contarte algo: no todos vivimos las redes de la misma manera.

Ser mujer en este espacio no es solo crear contenido, es también luchar contra la falta de credibilidad.

Cuando un hombre habla sobre economía, emprendimiento o tecnología, se le escucha y respeta. Si lo hace una mujer, se cuestiona su preparación, su experiencia y hasta su intención. Nos piden demostrar constantemente que sabemos de lo que hablamos, como si el conocimiento tuviera género. ¿Te has dado cuenta de esto? ¿Alguna vez has visto comentarios en los que se minimiza la opinión de una chica solo por el hecho de serlo?

Venga, sé sincero, José Antonio, Carlos, Manuel...

A esto se suma la cosificación. No importa de qué hablemos, nuestros cuerpos siempre están bajo escrutinio. Se nos exige encajar en un molde de belleza impuesto, pero a la vez se nos critica si nos mostramos demasiado. Si nos cubrimos, no llamamos la atención; si nos mostramos, se nos acusa de buscarla. Y a veces puede parecer que no hay manera de hacerlo bien, porque el problema no es cómo nos vemos, sino cómo se nos mira. Cómo nos miras.

Las mujeres, solo por el hecho de serlo, también enfrentamos el acoso digital. Comentarios ofensivos, amenazas, burlas... muchas de nosotras hemos tenido que lidiar con ellos solo por atrevernos a alzar la voz. Nos dicen que es "parte del juego", que "no lo tomemos tan en serio", pero ¿te imaginas recibir insultos solo por dar tu opinión? ¿Qué te lleguen mensajes sexuales o violentos simplemente por existir en un espacio público? Nadie debería sentir inseguridad por compartir sus ideas en las redes. Y aquí es donde tú también tienes un papel importante, Marcos, Óscar, Ismael....

Porque esta no es solo una lucha de las mujeres. Necesitamos aliados, personas que también comprendan que la igualdad en las redes sociales es una batalla de todos. Que cuestionen los estereotipos, que den espacio a nuevas voces, que defiendan la diversidad. Tú tienes el poder de hacer la diferencia. Puedes decidir si refuerzas los prejuicios o si los desafías. Puedes ser la persona que apoya y respeta a las creadoras de contenido, que escucha y da valor a lo que dicen sin importar su género.

Y ahora me dirijo a ti Pilar, Estefanía, Rosa, María.

Estaremos de acuerdo en que ser mujer no puede significar estar en contra del feminismo. No tiene sentido que las mujeres seamos nuestro propio obstáculo, nuestras barreras. Al contrario, debemos ayudarnos a que hoy muchas creadoras puedan alzar su voz y ser escuchadas. Esta actitud nos beneficia a todas. Defender la igualdad no es una amenaza, sino una oportunidad para construir un espacio más justo, donde cada persona, sin importar su género, pueda expresarse libremente y sin miedo.

Las redes son una oportunidad. Nos han dado voz, nos han permitido crear espacios donde antes no teníamos lugar. Y necesitamos más personas que quieran construir un mundo digital más justo.

Porque las niñas y jóvenes de hoy necesitan ver mujeres en todos los ámbitos, hablando de todo tipo de temas, con la confianza de que sus voces valen y la mía también vale. Y tú, Ricardo, Jesús, Fernando, puedes ser parte de ese cambio, ayudando a que esos espacios sean más equitativos y respetuosos.

Por eso, seguiré aquí. Y espero que tú también lo hagas. Porque la visibilidad importa. Porque cada mujer que alza la voz abre camino para otras. Porque cuando dejamos de estar solo como objeto y empezamos a ser sujetos de nuestros propios discursos, cambiamos la narrativa. Y porque no solo el futuro, sino ahora, el presente de las redes sociales también nos pertenece a todos.

Las redes pueden ser un espacio de transformación. Pueden ser un altavoz para la igualdad, para la educación, para el cambio social. Pero solo lo serán si trabajamos para que así sea. Y en esa construcción, en cada publicación, cada palabra y cada paso cuentan. Y tú cuentas, Tomás, Víctor, Alejandro... nunca lo olvides.

Ahora, dame un like... o retwitea!