



En el año **2003** se produjo el nacimiento de esta iniciativa, que desde ese momento, se lleva a cabo en todos los confines del mundo, alcanzando ya una antigüedad de 19 años.

El '**Movember**' es un movimiento cuya principal **causa es la de concienciar sobre la salud masculina**, además de realizar una importante recaudación de fondos para la investigación de diferentes procesos de salud y enfermedades

Un proceso de concienciación de la salud en el que también se incluye la importancia de la **salud mental del hombre**, donde tal y como indican desde la **Fundación Movember**, la importancia es clave: "La **Organización Mundial de la Salud** (OMS) calcula que cada año mueren **510.000 hombres** por suicidio en todo el mundo. **Lo que equivale a uno por minuto**".

### ¿Y cómo se le da visibilidad?

Este movimiento, que nació en Australia entre un grupo de amigos, tiene como símbolo principal uno de los elementos más característicos del hombre, **el bigote**.

Imágenes de marca, logotipos, anuncios, campañas de investigación y publicidad. **Todo va relacionado con el bigote de los hombres que también destaca en muchos estilos de moda**, donde normalmente lo único que no se afeitan es el bigote.

Con dejárselo desde el día 1 de noviembre y cuidarlo durante todo el mes es suficiente. Además, **la concienciación también está destinada a motivar a todos los hombres a que acudan periódicamente a revisiones** sobre los diferentes elementos de su salud que a menudo están ocultos durante mucho tiempo hasta que son detectados con mucho tiempo de retraso.

Agitar las investigaciones y zarandear las conciencias de los hombres para que tomen medidas en favor de su salud. Con este objetivo nació Movember, en Australia, que desde 2003 ya ha financiado más de 1.250 proyectos de salud masculina. El bigote es su talismán para gritarle al mundo que los hombres también tienen que cuidarse... No lo dudes, súmate al Movember 2022.

### La salud masculina

El cáncer de próstata, el cáncer de testículos y la salud mental (y la prevención de suicidios) son los tres ejes principales de los proyectos de la campaña Movember. El cáncer de próstata, por ejemplo, es el tumor más frecuente en varones y realizar revisiones periódicas facilitarán su detección, precoz y mejorar el diagnóstico.

Si hablamos de salud mental, cabe señalar que los varones representan el 74% de las personas que se suicidaron en España en 2020, es decir, 2930 del total de 3941. Acabar con la propia vida es la principal causa de muerte no natural en España.

¿Qué podemos hacer para revertir estos datos y evitar tantas muertes? Crear mayor conciencia y sensibilización entre el colectivo para cuidarse más por dentro y por fuera. Sabemos que en los últimos años se han derribado muros en torno a la salud mental, pero continúan existiendo muchos tabús que diluyen la importancia de un tema fundamental en nuestro bienestar.

### La propuesta de Movember

Desde 2003, Movember te propone un reto: ayuda a derribar muros y conviértete en un promotor de la salud masculina. ¿Cómo? Inscríbete en: **MOVEMBER.COM**, empieza el 1 de noviembre bien afeitado y a partir de ahí déjalo crecer. ¿Cuál? El que te siente mejor, ya habrás visto en la propia vida y en el séptimo arte el gran abanico de bigotes que existen. Y cuándo te pregunten... ¿cómo que te has dejado bigote? Cuéntales que existe esta iniciativa, que es por el bien común y que servirá para que los hombres puedan preocuparse más por ellos mismos.

Además, seguro que te enamoras del **bigote**, si lo cuidas bien, les das forma y lo mantienes limpio e hidratado. ¡Y si no te convence, te lo quitas claro está, pero ya habrás hecho de altavoz en esta interesante misión!

Para 2030, Movember espera haber reducido un 25% la cantidad de hombres que se mueren de forma prematura.