

Manifestaciones de violencia en el mantenimiento de relaciones de pareja

Different manifestations of violence in the maintenance of relationships

Angélica Romero Palencia ^a Sofía Rivera Aragón ^b, Jesús Javier Higareda Sánchez ^c

Gloria Solano Solano ^d, Karina Reyes Jarquín ^e

Abstract:

This essay shows the theoretical reflections arising from the review of the current literature regarding three risk factors in relationships: violence, infidelity and jealousy. It is concluded these variables have an important effect on people quality of life because they allow the recognition of risk factors that may manifest in the relationships, as well as facilitate awareness of unhealthy but normalized situations. Finally, it is suggested to implement primary prevention strategies that prevent and reduce these normalized situations to promote healthy relationships.

Keywords:

Infidelity, jealousy, violence, couple

Resumen:

En el presente ensayo se muestran las reflexiones teóricas surgidas de la revisión de la literatura actual con respecto a tres factores de riesgo en las relaciones de pareja: la violencia, la infidelidad y los celos. Se concluye que estas variables tienen un efecto importante en la calidad de vida de las personas porque permiten reconocer factores de riesgo que se pueden manifestar, así como facilitar, la toma de conciencia con respecto a situaciones poco saludables pero normalizadas. Finalmente, se sugiere implementar estrategias de prevención primaria que prevengan y disminuyan estas situaciones normalizadas para fomentar las relaciones saludables.

Palabras Clave:

Infidelidad, celos, violencia, pareja

Introducción

La relación de pareja es considerada como uno de los vínculos más importantes en la vida de las personas (1). Tradicionalmente, esta relación constituye una interacción entre dos individuos que se sienten atraídos uno por el otro y optan por elegirse libremente y puede tener varios fines, tales como un encuentro causal, una amistad o una relación amorosa (2). No obstante, de acuerdo con Padilla Gamez y Díaz Loving, estudiar a la pareja amerita conocer el contexto cultural en donde ambos individuos han sido formados y donde se desenvuelven, ya que esto influirá directamente en la forma en que ambos vean y actúen dentro de la relación (3).

El vínculo de pareja es tan fuerte que incluso puede tener injerencia en ámbitos tales como, el plan de vida, el número de hijos que se tengan, el estrés que se viva ante el conflicto, la separación o la pérdida de la pareja, el estado general de salud en general, etc. De acuerdo con Fisher y Buss, su finalidad inherente está asociada con experiencias gratificantes que nos han permitido sobrevivir a lo largo del tiempo, no obstante, existen factores de riesgo que se asocian con el deterioro de las relaciones (4,5,6).

Un factor de riesgo es una acción o situación que atenta contra el equilibrio, la salud física, emocional y psicológica causando enfermedades o incluso la muerte (7). Pueden aparecer como características, rasgos, detalles o condiciones biológicas, psicológicas, sociales o ambientales (8). Los factores de riesgo

^a Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Instituto de Ciencias de la Salud, ORCID: 0000-0003-0933-6937, Email: angelica_romero@uaeh.edu.mx

^b Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología, ORCID: 0000-0003-1170-2430, Email: sofiar@unam.mx Proyecto PAPITT IN306417

^c Universidad Anáhuac Sur, ORCID: 0000-0002-9240-0815, Email: javier.higareda88@gmail.com

^d Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Instituto de Ciencias de la Salud Hidalgo, ORCID: 0000-0002-3700-8802, Email: gloria_solano@uaeh.edu.mx

^e Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Instituto de Ciencias de la Salud Hidalgo, ORCID:0000-0003-3660-3594 Email: krjarquin@gmail.com

más predominantes que se pueden encontrar en una relación de pareja son la violencia, los celos y la infidelidad, los cuales se encuentran íntimamente relacionados (9).

Uno de los factores que más afectan en la salud física, emocional y psicológica, es la violencia. Méndez, Rivera, Lucio y Jaen consideran que ésta se refiere a cualquier falta de respeto hacia el otro, llevada a cabo a través de una o varias manifestaciones conductuales (10). La violencia, es un grave problema que puede aparecer sin discriminar la clase social, religión, sexo, edad, etnia o nivel educativo (11).

Es importante tener en cuenta las distintas manifestaciones de violencia, pues muchas de estas son ignoradas o normalizadas por las parejas, y suelen parecer inofensivas en el inicio (10).

La violencia se divide o clasifica en función del ámbito personal de la víctima dañada por estas conductas, así como de las expresiones o actitudes ejercidas por el perpetrador (11). La más reconocida es la violencia física que es la que tiene como objetivo dañar el cuerpo y la salud física de la víctima, provocando lesiones (internas, externas o ambas) a través de la fuerza o del uso de algún arma, objeto o en su caso, sustancia. Su identificación llega a ser difícil porque el perpetrador evita dejar cicatrices o marcas en las partes más visibles del cuerpo (10,11,12).

Otra de las manifestaciones de la violencia es la psicológica o emocional la cual es difícil de reconocer debido a que algunas de sus manifestaciones se disfrazan de conductas afectivas, protectoras y de amor o cuidado, por lo que llega a ser invisible y hasta natural (11), abarca desde la indiferencia hasta la humillación.

Por otra parte, se encuentra la violencia sexual, la cual consiste en actos verbales o físicos con connotaciones sexuales, incluyan o no la penetración. En este tipo de violencia se encuentran el hostigamiento, el acoso, el tráfico y la explotación sexual; también las críticas o burlas sobre alguna parte del cuerpo de la pareja, no tomar en cuenta la necesidad sexual, obligar a realizar actos sexuales que no se desean y no permitir el uso de métodos anticonceptivos (10,12,13), estas últimas manifestaciones son las más veladas pero las más comunes dentro del vínculo romántico.

Sin embargo, hay otros tipos de violencia que no suelen ser mencionados o reconocidos fácilmente por las parejas como lo son la violencia social, económica y la de objetos, debido a que no se suele pensar que este tipo de actitudes o conductas sean consideradas agresiones. Por ejemplo, la violencia social es poco reconocida, consiste en ejercer hipervigilancia y restringir el desarrollo de la persona, lo que limita y deteriora sus relaciones sociales, en especial con amistades y familiares (13). Este tipo de violencia consiste en controlar la correspondencia y el uso del teléfono, obstaculizar los proyectos personales y de trabajo, tener que saber con quién se relaciona y a dónde va la otra persona, así como prohibir las visitas a parientes y amigos (10,12,13).

La violencia económica consiste en limitar a la pareja en términos económicos, con el fin de controlar y fomentar su

dependencia. Se expresa por medio de acciones que implican la prohibición de que la pareja gaste su propio dinero, exigir explicaciones detalladas de la forma en que gasta su propio capital, controlar los gastos e ingresos, impedir u obligar a que el otro trabaje, estudie, etc. (12,14).

Por último, la violencia de objetos o patrimonial se caracteriza por la transformación, sustracción, deterioro, destrucción o retención de pertenencias personales de la pareja. En especial hacia los objetos que significan una mayor fuente de afecto para la persona o bien a aquellos que necesita para su supervivencia (15).

Más allá de la tipología clásica de las manifestaciones de violencia, se encuentran otras conductas, que comúnmente se ocultan en otras situaciones de pareja que suelen ser socialmente aceptables, tales como los celos o la infidelidad.

Para los psicólogos sociales, en los celos interactúan cuatro elementos: el rival (la tercera persona), el miembro de la pareja objeto de deseo (aquel que está siendo celado), el componente de la relación víctima de los celos (quien se cree está siendo engañado) y la comunidad quien decide que conductas son socialmente aceptables entre los miembros de una pareja (16).

Algunos teóricos sociocognitivos, consideran que no sólo se trata de una afrenta emocional o sexual, sino que interviene también la interpretación de temores (17). La interacción romántica, se convierte en una situación amenazante cuando un miembro de la relación que se involucra con alguien más, atenta contra el autoconcepto de su pareja, su autoimagen u otras auto-representaciones y como consecuencia disminuye la calidad de la relación primaria (16,17).

Se pueden encontrar otras definiciones del fenómeno, pero todas coinciden con algunos componentes como la amenaza a la relación, a la autoestima y el temor a la pérdida por parte de quien experimenta celos.

Los celos son entendidos como un constructo multidimensional que tiene componentes emocionales (obsesión y necesidad de poseer), cognoscitivos (desconfianza e intriga) y conductuales (control y evasión) (16). Se basan en qué tanto control se tiene y/o se quiere tener sobre la pareja, para poder sentir seguridad de que el afecto es correspondido o qué tanto enfado existe si la pareja decide interactuar con otras personas (17).

En México, los celos son un indicador de cuan sutil o normalizada puede estar la violencia de pareja, además de estar vinculados con otros aspectos negativos como la infidelidad, el conflicto, el ejercicio del poder, etc. (18).

Los celos son una manifestación de apego y de posesión, tradicionalmente se piensa en ellos como una llamada de atención o alerta necesaria y natural para no perder al ser amado, llevada a cabo ante una amenaza real (19); sin embargo, realizados en exceso, como parte de un patrón de la

dinámica de pareja, pueden ser perjudiciales para la interacción e incluso pueden dar apertura a la infidelidad, ya sea como venganza o como manifestación de la profecía autocumplida (19,20,21).

Sin embargo, los celos no son la única razón para la infidelidad. Otras justificaciones usadas para tener relaciones sexuales fuera de la relación de pareja son: buscar o querer tener variedad, experimentación y excitación sexual; necesidad de intimidad emocional, compañía, motivación y por amor hacia otra persona (20).

Existen factores biológicos y evolutivos que intervienen en la infidelidad, por ejemplo, el efecto Coolidge, que engloba la preferencia por estímulos sexuales novedosos y la pérdida progresiva de interés por los estímulos sexuales repetitivos (5). De acuerdo con este efecto, con el paso del tiempo se pierde el interés en la pareja, principalmente por habituación y se incrementa el interés en nuevas personas, o nuevos “estímulos” que parecen más excitantes o motivadores (5,6).

Otros científicos sociales, tales como antropólogos o filósofos sociales plantean que de manera natural y evolutiva el ser humano tiene una tendencia a tener varias parejas sexuales a lo largo de la vida (6) por lo que ser una persona fiel resulta altamente complicado.

La literatura describe dos tipos característicos de infidelidad: la infidelidad sexual o asociada al coito (actividad sexual con otra persona) y la infidelidad emocional (enamoramiento) que ocurre cuando uno de los miembros de la pareja centra en alguien más sus fuentes de atención y amor romántico (21).

La principal definición de infidelidad versa sobre el incumplimiento, la trasgresión o la ruptura de un pacto de exclusividad entre los miembros de la pareja, por tanto, constituye un acto de violencia (21).

El pacto o acuerdo roto durante una infidelidad, puede ser explícito cuando se han acordado las conductas que serán consideradas como infidelidad dentro de la interacción, o, como ocurre en la mayoría de los casos, puede ser implícito y no expresado entre los miembros, sino asumido o inferido a partir del inicio de la relación. Al ser un pacto implícito, es propenso a interpretaciones diferentes por parte de los miembros de la pareja, a desacuerdos y a malentendidos que pueden conllevar consecuencias negativas para las personas implicadas (22).

A su vez, la infidelidad derivada del impacto emocional y la intensidad de esta puede asociarse con otros factores de riesgo como conflictos, depresión, ansiedad y otras manifestaciones de violencia tales como la violencia física, o incluso el suicidio y el homicidio, etc. Es por ello que se considera a la infidelidad en sí misma otra expresión de la violencia de pareja (22).

Cabe destacar que la infidelidad implica un engaño hacia la pareja, una traición o una trasgresión, por tanto, las relaciones abiertas en donde los miembros de la relación romántica están de acuerdo con no ser exclusivos sexual o emocionalmente no se consideran dentro de esta categoría ni se incluirían en las manifestaciones de violencia.

Conclusiones

A partir de lo expuesto anteriormente se puede concluir que el estudio las relaciones de pareja permite reconocer diferentes tipos de violencia que se pueden manifestar, así como el poder tomar conciencia de estos y evitar la normalización de ciertas acciones que llevan a tener relaciones conflictivas y poco satisfactorias. Las relaciones poco satisfactorias y altas en conflicto conllevan problemas de salud tanto física como emocional, deterioran la calidad de vida y los diversos ámbitos sociales de las personas.

El psicoeducar acerca de la violencia en las relaciones románticas, desde la adolescencia hasta la vida adulta, sin distinción de clases sociales, etnias, edad, nivel educativo, orientación sexual y género, permitirá disminuir la prevalencia de este tipo de actos, dado que muchos de ellos se encuentran invisibilizados y son considerados como situaciones típicas e íntimas de las parejas en su diario vivir. Cuando las situaciones perjudiciales se consideran normales se pueden convertir en patrones de conducta que se sigan promoviendo y fomentando en las siguientes generaciones (23).

El implementar estrategias de prevención primaria como pláticas informativas, talleres, foros y capacitaciones, que sensibilicen estas situaciones normalizadas, podrán coadyuvar en el fomento de relaciones afectivas saludables, que consecuentemente impacten en la integridad física y psicológica de las personas como lo reporta la literatura previa (24).

Referencias

1. Yela C, El amor desde la Psicología Social. Madrid: Pirámide. 2002.
2. Díaz R, & Rivera S, Antología psicosocial de la pareja. México DF: Miguel Ángel Porrua. 2010.
3. Padilla Gámez N, & Díaz-Loving R, Premisas familiares y socioculturales del emparejamiento. Enseñanza e Investigación en Psicología. 2013;18(2): 249-262.
4. Falconier MK, Nussbeck F, Bodenmann G, Schneider H, & Bradbury T, Stress from daily hassles in couples: Its effects on intradyadic stress, relationship satisfaction, and physical and psychological well-being. Journal of marital and family therapy. 2015;41(2): 221-235.
5. Buss D, & Schmitt D, Sexual strategies theory: an evolutionary perspective on human mating. Psychological Review, 1993;100 (1) 204-232.
6. Fisher H, Why we love: The nature and chemistry of romantic love. New York: Macmillan. 2004.
7. Silva AL, Una ceremonia estadística para identificar factores de riesgo. Salud Colectiva. 2005;1,209-322.
8. Chávez M, Petzelova J, & Zapata J, Factores protectores y de riesgo relacionados con el proceso de salud-enfermedad en adolescentes y adultos. En Zapata J, (Ed). Fundamentos de Psicología de la Salud. 2016: pp 57-90: México: Pearson.
9. Rivera S, Díaz Loving R, Méndez F, Jaen CI, García M, Romero A, & Villanueva GBT, 8 Escalas: El lado negativo de las relaciones de pareja. 2017: pp. 109-124: México: Manual Moderno.
10. Méndez F, Rivera S, Lucio ME, & Jaen CI, Escala de violencia en el noviazgo para adolescentes. En S Rivera, R Díaz Loving, F Méndez,

- CI Jaen, M García, A Romero, & GBT Villanueva (Comps). 8 Escalas: El lado negativo de las relaciones de pareja. pp. 109-124: México: Manual Moderno. 2017.
11. López F, Moral de la Rubia JM, Díaz-Loving, R, & Cienfuegos YI, Violencia en la pareja. Un análisis desde una perspectiva ecológica. CIENCIA ergo-sum. 2013:20(1), 6-16.
 12. Contreras JM, Both S, Guedes A, & Dartnall E, Violencia sexual en Latinoamérica y el Caribe: análisis de datos secundarios. Guatemala: Clacai. Iniciativa de Investigación sobre la Violencia Sexual. 2016.
 13. Straus MA, Gelles RJ, & Steinmetz SK, Behind closed doors: Violence in the American family. NY: Routledge. 2017.
 14. Krook ML, & Restrepo Sanín J, Género y violencia política en América Latina. Conceptos, debates y soluciones. Política y gobierno. 2016:23(1), 127-162.
 15. Sandoval LE, & Otálora MC, Análisis económico de la violencia doméstica en Colombia, 2012-2015. Civilizar Ciencias Sociales y Humanas. 2017:17(33), 149-162.
 16. Rivera A, Díaz-Loving R, Flores MM, Montero N, & Méndez F, Escala Multidimensional de Celos. En S. Rivera, R. Díaz Loving, F. Méndez, C. I. Jaen, M. García, A. Romero, & G. B. T. Villanueva. 8 Escalas: El lado negativo de las relaciones de pareja. pp. 1-32: México: Manual Moderno. 2017.
 17. Rivera S, Díaz-Loving R, Montero N, & Villanueva GBT, Vulnerando la salud: el caso de los celos. Revista de Psicología Social y Personalidad, 2012:28(1), 15-34.
 18. Mota J, González-Arratia NI, Valdez, JL, González S, & Hernández G, Construcción y análisis estadístico del Inventario Multidimensional de Celos Románticos: Estudio preliminar. Actualidades en Psicología. 2016:30(120), 31-45.
 19. Harris CR, A review of sex differences in sexual jealousy. Personality & Social Psychology Review. 2003:7(2), 202-221.
 20. Dreznick M, Sexual and Emotional infidelity: A meta-analysis. Evolution & Human Behavior. 2003:24(2), 355-368.
 21. Fincham FD, & May RW, Infidelity in romantic relationships. Current Opinion in Psychology. 2017:13, 70-74.
 22. Romero-Palencia A, Cruz del Castillo C, & Díaz-Loving R, Propuesta de un Modelo Bio-Psico-Socio-Cultural de Infidelidad Sexual y Emocional en Hombres y Mujeres. Psicología Iberoamericana. 2008:16(2), 15-21.
 23. Zapata J, Fundamentos de Psicología de la Salud. México: Pearson. 2016.
 24. Oblitas L, Psicología de la Salud y Calidad de vida, 3ª. Ed. México: Cengage Learning. 2010.