

Capítulo 32. “Yo Pensaba Que el Amor Dolía”. Las Experiencias Del Amor Romántico en la Violencia de Pareja.

Tannya Melissa Domínguez García
Alondra Marina Álvarez Rebolledo
Erika Egleotina Barrios González

Universidad Autónoma del Estado de Morelos

DOI: [10.46990/iQuatro.2025.02.11.32](https://doi.org/10.46990/iQuatro.2025.02.11.32)

Resumen

La Violencia de pareja (VP) es un problema grave y complejo que suele ser sostenida por los mitos del amor romántico, los cuales, inciden en la manera en que las mujeres contemporáneas se relacionan. Por ello, el objetivo de este estudio fue conocer el papel de los mitos del amor romántico en la VP. Se realizaron 30 entrevistas semiestructuradas a mujeres mexicanas que hubieran identificado haber vivido VP. Los hallazgos muestran que, a mayor cantidad de mitos introyectados, más tolerancia a la violencia al confundirla con amor. En conclusión, dichas creencias juegan un papel importante en la minimización, justificación y aceptación de la VP.

Palabras clave

Amor romántico, violencia de género, violencia de pareja

Introducción

El amor es una experiencia de relación con el mundo. Esta experiencia no está estrictamente ligada a personas, sino que también es posible sentir amor por animales, naturaleza, causas u objetos con un significado. Concretamente hablando de personas, existen diferentes grupos que son objeto de amor, incluyendo familia, amistades, pareja, etc. Sin embargo, la literatura demuestra que la pareja es una de las relaciones más complejas y dispares que hay dentro del mismo sentimiento (Lagarde, 2001). En México, la VP se ha convertido en un problema social grave y complejo, y aquí algunos datos que lo demuestran. En 2013, la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE) realizó una investigación para medir el bienestar y el progreso entre las naciones que la integran. Entre sus resultados encontró que en este país el 47% de las mujeres reconocieron haber sido víctimas de violencia física, sexual y psicológica por parte de sus parejas, siendo el porcentaje más alto entre los 36 países en los que se realizó el estudio (OCDE, 2013). Por su parte, la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH), en su versión de 2016 indicó que el 43.9% de las mujeres de 15 años y más, reportaron haber sufrido violencia por parte de su pareja de ese momento, o de su última pareja a lo largo de su relación. En 2021 esta misma encuesta reportó que, después del ámbito comunitario (45.6%), la relación de pareja es el segundo ámbito en el que las mujeres mayormente viven violencia (39.9%). No obstante, estas estadísticas son solo la punta del iceberg, puesto que se estima que aproximadamente 7 millones de mujeres no acuden a denunciar después de haber sido agredidas tanto física como sexualmente (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2016 [INEGI], 2021), por lo que las cifras verdaderas podrían ser más altas.

Uno de los grandes problemas para erradicar la violencia radica en que, si desde el noviazgo existe violencia hacia la pareja, es probable que en el matrimonio o en la unión libre persista y que sea más severa (Castro & Casique, 2010; García & Cerda De La O., 2010). Cuando esta violencia no se identifica ni aborda de manera oportuna en sus primeras etapas, puede terminar en feminicidios (Hernández et al., 2020). Así lo demuestran datos de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), pues de las 87.000 mujeres asesinadas en el mundo, 30.000 de los actos habían sido cometidos por sus parejas íntimas o por su pareja anterior (ONU Mujeres, 2021). Como parte de las dificultades para reconocer la violencia en sus primeras etapas dentro de la relación de pareja, se encuentran que esta suele escalar de manera gradual, además de que se justifica con los mitos del amor romántico y se piensa que ciertas acciones, más allá de transgredir la seguridad e integridad individual, son expresiones de amor (Arroyo et al., 2008).

Revisión de la Literatura

Cuando se habla de amor romántico se hace referencia a aquel amor que siempre incorpora tragedia, además de que promete que después del sufrimiento habrá una recompensa. Este tipo de amor construye el deseo profundo de encontrar a otro o una otra que sea perfecto/a para vivir por siempre a su lado (García et al., 2019; Lagarde, 2001).

Del amor romántico se desprenden diversos mitos que funcionan como un manual para que las parejas se relacionen, ya que estipulan lo que “de verdad” significa enamorarse, qué se debe de sentir, qué no se debe de sentir, qué y quién es atractivo/a y cómo deben de ser las relaciones de pareja para que el amor sea “real”, creando falsas expectativas que no suelen ser alcanzadas porque tienen altas exigencias para las personas (Bosch et al., 2007; Guardo, 2012; Yela, 2003). Los mitos del amor romántico se presentan organizados en historias que se conocen popularmente, en leyendas que se narran a través del tiempo y en la literatura plasmada, fomentándose activamente en las personas (teniendo como objetivo principal a las mujeres). Debido a que tienen un gran alcance y suelen ser reproducidos constantemente en distintos medios, pueden llegar a tener una importante aceptación en las personas (Lagarde, 2001).

Estos mitos se han ido construyendo a través de los años, teniendo como origen una época en concreto, por lo que la definición de cada uno tiene características muy particulares dependiendo del contexto en el que se crearon. Diversos autores ofrecen una revisión de estos, los cuales se exponen a continuación.

Mito de la Media Naranja. Es la creencia de que elegimos a la pareja que teníamos predestinada de algún modo y que ha sido la única o la mejor elección posible, y sin ese alguien estamos incompletos. Tiene su origen en la Grecia Clásica con el relato de Aristófanes sobre las almas gemelas, en donde una posee lo que le falta a la otra para poder ser una persona completa (Guardo, 2012; Moreno & Sastre, 2010; Yela, 2003).

Mito Del Emparejamiento o de la Pareja. Es la creencia de que la pareja heterosexual es algo natural y universal, por lo que las relaciones no heterosexuales se ven como maneras no posibles de relacionarse. Estipula que la monogamia amorosa es la única manera de emparejarse, y así ha sido en todas las épocas y culturas. Se concibe el amor en pareja como un proyecto fundamental para existir, por lo que cuando no se tiene una relación amorosa, la vida carece de sentido (Guardo, 2012; Yela, 2003).

Mito de la Exclusividad. Es la creencia de que el amor verdadero solo se debe sentir por una persona y es imposible sentirlo por dos personas a la vez. Tiene íntima relación con

la monogamia y la fidelidad. Se considera que el amor no se puede compartir, es exclusivo y excluyente, y tiende a alejar a la gente de la relación dual (Moreno & Sastre, 2010; Yela, 2003).

Mito de la Fidelidad. Es la creencia de que todos los deseos pasionales, románticos y eróticos deben satisfacerse exclusivamente con la pareja si es que se le ama de verdad. Sin embargo, de acuerdo con la perspectiva sociobiológica, las relaciones fuera de la pareja son un universal humano (Bosch et al., 2007; Yela, 2003).

Mito de los Celos. Es la creencia de que los celos son un indicador de verdadero amor e incluso un requisito indispensable para el mismo, por lo que, si una persona no cela a su pareja, significa que ya no la ama. De esta manera, los mismos constituyen un garante de exclusividad y fidelidad. Dichos celos surgen ante la percepción de que una relación está amenazada y de que puede llegar a deteriorarse o a terminarse con la aparición de una tercera persona. Esta amenaza en ocasiones es real, pero en otras es imaginada (Guardo, 2012; Yela, 2003).

Mito de la Equivalencia. Es la creencia de que el “amor” (sentimiento) y el “enamoramiento” (estado más o menos duradero) son equivalentes. Por lo tanto, si una persona deja de estar apasionadamente enamorada, significa que ya no ama a su pareja y lo mejor es abandonar la relación (Yela, 2003).

Mito de la Omnipotencia. Es la creencia de que el amor lo puede todo, siendo suficiente para solucionar todos los problemas y justificar todas las conductas. Si hay verdadero amor, los obstáculos externos o internos no deben influir sobre la pareja. Con lo anterior se crea la falsa esperanza de que el amor hará que cambie lo que no gusta de la relación, o de la pareja (Guardo, 2012; Yela, 2003).

Mito Del Libre Albedrío. Es la creencia en que los sentimientos amorosos son absolutamente íntimos y no están influidos por factores sociobiológico-culturales ajenos a la voluntad y la conciencia, como podrían ser los medios de comunicación masivos (cine, televisión, canciones, etc.) o la propia sociedad (familia, iglesia, grupos de amistad, etc.) (Guardo, 2012; Yela, 2003).

Mito Del Matrimonio o de la Convivencia. Es la creencia en que el amor romántico-pasional debe conducir a la unión estable de la pareja, por lo que, si una pareja no tiene como objetivo casarse, no tiene sentido que se mantengan juntos. De esta manera, las bodas son consideradas como el triunfo del amor (Yela, 2003).

Mito de la Pasión Eterna o de la Perdurabilidad. Es la creencia de que el amor romántico y pasional de los primeros meses de una relación puede y debe perdurar exactamente igual tras años de convivencia. El verdadero amor dura para siempre, y si se acaba significa

que no era real (Moreno & Sastre, 2010; Yela, 2003).

Mito Del Príncipe Azul. En este mito, los roles de género se muestran muy diferenciados, puesto que la figura del príncipe debe demostrar valentía, inteligencia, heroísmo, fuerza y dominación para ser el protector que “ella necesita”. Por su parte, la figura de la princesa se presenta como miedosa, dulce, sumisa, complaciente, fiel, servicial, salvadora y en la espera de la llegada de su príncipe, entregándose por completo a él. Su historia siempre acaba con un “y vivieron felices por siempre”, aunque antes de ello se les presentan una serie de obstáculos que deben de superar para estar juntos (Guardo, 2012).

Mito de la Entrega Total. Tiene que ver con la idea de fusión con el otro, es decir; los gustos e ideas deben de compartirse y deben de priorizarse los intereses de la otra persona, teniendo como consecuencia que se olvide la propia identidad. Las demostraciones de amor tienen que ver con estar y hablar todo el tiempo con la pareja. También se piensa que el amor es sacrificio, sin esperar que sea recíproco ni que se agradezca. Se confía plenamente en la persona amada y se hace todo lo que pida, incluso aquello que no guste, porque complacerle es lo más importante (Guardo, 2012; Moreno & Sastre, 2010).

Mito de los Polos Opuestos. Es la creencia de que dos personas se atraen más y se entienden mejor cuando son diferentes, puesto que “uno tiene lo que le falta al otro”. Sin embargo, es importante que existan intereses comunes para la pareja (Guardo, 2012).

Mito Del Amor Involuntario. Es la creencia de que el enamoramiento surge de pronto, sin ninguna intención personal de sentirlo, y por lo tanto, no es algo racional. Es decir, que el sentir amor no es algo voluntario o que se pueda controlar (Moreno & Sastre, 2010).

A pesar de que estos mitos son contradictorios, irracionales y difíciles de cumplir (además de que no responden a las necesidades del tiempo histórico que se vive actualmente), en muchas ocasiones puede ser complicado que las personas los identifiquen dentro de sus relaciones, debido a que se encuentran formulados como una verdad absoluta, además de que es muy común verlos presentes en la mayoría de las parejas (Caro, 2008; Yela, 2003). De lo anterior, resulta fundamental explorar las razones por las cuales los mismos continúan impregnados en el imaginario colectivo de las personas modernas, a pesar de tener raíces históricas distintas al contexto actual y a pesar de que no responden a las necesidades del mundo contemporáneo.

Metodología

La pregunta que guía esta investigación es: ¿Cuál es el papel de los mitos del amor romántico en la violencia de pareja? En 2016, la ENDIREH reportó que las mujeres más propensas

a experimentar agresiones fueron aquellas entre 15 a 24 años de edad. Por lo anterior, en esta investigación se convocó a mujeres de 19 a 25 años de edad, con la finalidad de que el rango de edad no fuera tan amplio. Para convocar a las participantes, se recurrió a la técnica por bola de nieve, además de que se compartió un cartel en redes sociales como Facebook e Instagram. Dicho cartel mostraba como pregunta principal ¿Cómo lograste salir de una relación tóxica?, ya que a las personas no suelen identificar encontrarse en una relación violenta, pero sí en una relación que denominan como tóxica. Además, en el mismo cartel se explicó brevemente el objetivo de la investigación, se especificó la edad requerida de las participantes, y se compartió la información de contacto de la investigadora. A la convocatoria acudieron aproximadamente cincuenta mujeres. Sin embargo, únicamente se llevaron a cabo treinta entrevistas que cumplieran con el criterio de edad y encontrarse fuera de la relación al momento de la investigación. El promedio de edad de las participantes fue de 22 años. Las entrevistas se realizaron de enero a febrero del 2021 mediante la plataforma Zoom debido a la contingencia por COVID – 19. La modalidad virtual dio la oportunidad de hablar con mujeres de distintos estados de México. Las sesiones tuvieron una duración de entre 40 y 90 minutos, dependiendo de las narrativas de las participantes.

Se llevó a cabo un estudio cualitativo con un diseño fenomenológico. De acuerdo con Fuster (2019), la fenomenología se fundamenta en el estudio de las experiencias de vida respecto a un suceso. Busca comprender la experiencia vivida mediante la toma de conciencia y los significados que representan la experiencia. Además, se realizaron entrevistas semiestructuradas, donde se permite que las participantes se expresen con libertad respecto a los temas, estudiando así la singularidad de sus experiencias y los significados profundos de los fenómenos (Monje, 2011). Se llevaron a cabo 37 preguntas, en las cuales se indagó sobre la relación de las participantes desde el inicio hasta el final, profundizando sobre las temáticas del amor romántico. De dicha narrativa se analizaron 24 categorías. Para validar la investigación, se realizó una triangulación de investigadoras de acuerdo con lo establecido por Flick (2014), donde las tres autoras revisaron el marco teórico, el guion de entrevista, la interpretación de los datos y las conclusiones a través de una tabla en la que se establecieron cada una de las categorías de estudio. De esta manera, se pretendió disminuir las posibilidades de sesgos en el trabajo.

Resultados

Para reconocer los mitos del amor romántico en las experiencias y discursos de las mujeres entrevistadas, se recurrió a la clasificación de dichos mitos realizada por Guardo (2012); Moreno y Sastre (2010) y Yela (2003). De esta manera, se identificó que las experiencias de las mujeres que viven el amor romántico dentro de sus relaciones de pareja son similares entre sí.

Los hallazgos de esta investigación indican que los mitos juegan un papel importante en minimizar la violencia, justificando la permanencia en este tipo de relaciones. A continuación, se enlistan aquellos que fueron más frecuentes en las vivencias de las participantes, presentando las categorías a partir del orden y constancia con la que fueron emergiendo a lo largo del proceso de análisis, y siendo ejemplificados con sus testimonios. Es importante mencionar que los nombres presentados en los mismos fueron intercambiados por nombres ficticios con la finalidad de mantener el anonimato de quienes colaboraron en el estudio.

La omnipotencia como creencia de que amar es aguantar

Este mito fue el que más frecuentemente se presentó entre las participantes. La afirmación principal fue que el amor debe resistir, aguantar y perdonar cualquier hecho, incluyendo las agresiones. Estas últimas fueron vistas como “defectos” de su pareja que debían de ser aceptados, o bien, que con voluntad y amor podrían ser cambiados. Como ejemplo de ello se muestra el caso de Gabriela, quien vivió un intento de feminicidio por parte de su expareja. Sin embargo, a pesar de este hecho, consideraba que el amor podría superar las agresiones vividas.

Después de que mi pareja me ahorcó, mi hermano entró a defenderme. Ahí fue donde entré yo y le dije: “Por favor no le hagan nada, por favor no le peguen. Yo lo amo”. Me acuerdo que les dije muy bien: “Yo lo amo, yo quiero estar con él. Yo no lo voy a dejar” (...) yo pensaba que era un mal momento que estábamos pasando y que se podría superar (Gabriela, 25 años).

La pasión eterna como creencia de que el amor debe ser para siempre

La creencia principal fue que las emociones que se experimentan al inicio de la relación deben de mantenerse intactas a través del tiempo. Quienes consideraron que “el amor” disminuyó, experimentaron culpa y realizaron un esfuerzo para que el sentimiento regresara con la misma intensidad del principio, a pesar de haber experimentado malos tratos. En este punto, es importante mencionar que hubo mujeres que comenzaron sus relaciones a los 14 años. Al cumplir 20 años, consideraron que al haber estado tanto tiempo con sus parejas era una garantía de que su amor perduraría a pesar de los años. Maura, quien era constantemente vigilada por su pareja y llegó a padecer agresiones físicas, relata cómo este mito fue fundamental para no terminar la relación.

Después de las agresiones, muchas veces me llegué a preguntar “¿por qué estoy cambiando? ¿qué está cambiando? ¿por qué ya no me gusta tanto?” Pero haz de cuenta que yo luchaba contra mí misma también, porque yo decía: “No. Es que tengo que quererlo igual. O sea, siempre lo tengo que querer (...)”. Eso era también como lo que me detenía a no irme de la relación (Maura, 25 años).

El matrimonio para transformar los malos tratos

El matrimonio se encontró como una de las metas principales dentro del proyecto de vida de las participantes debido a que este les representaba “amor verdadero”. Se consideró que, una

vez que sucediera, el hombre cambiaría las actitudes nocivas, no habría más problemas y la felicidad sería para siempre. Andrea vivió empujones, gritos y devaluaciones a su persona por parte de su expareja. Después de un tiempo en la relación, él le planteó la idea de casarse. Ella creía que dichos tratos cambiarían con el matrimonio.

Simplemente yo creía que el papel [acta de matrimonio] le daba muchísima más fuerza a la relación, y era como de que: “Esto ya no es un juego. Esto ya significa que me quieres bien, y significa que yo te quiero bien”. Para mí era que no fuéramos tan inmaduros, que nos tomáramos el amor en serio y que viviéramos el amor felices, no con tantas peleas. Según mi cabeza, una vez que pasara eso todo iba a cambiar; él ya me iba a respetar más, él ya me iba a dar más mi lugar con sus amigos. Según yo, en mi cabeza, si firmábamos al fin me iba a dar el lugar que debió darme desde un inicio. Pensé que estando muy formal ya me iba a respetar (Andrea, 22 años).

El emparejamiento para evitar la soledad

Las participantes consideraron que estar soltera es visto por la sociedad como algo negativo, porque, de acuerdo con sus palabras: “una persona sola es una persona triste, y que se encuentra incompleta”. Tener pareja les hizo sentirse relevantes y queridas, y por esto mismo, les fue importante mantenerse dentro de la relación. Uno de los miedos más frecuentes fue ser señaladas como fracasadas por no tener pareja. Tanto Mía como Mariel llegaron a experimentar burlas por parte de sus exparejas, así como control sobre sus amistades y maneras de vestir. Además, también padecieron violencia física. A pesar de sentirse mal con estos hechos, no querían terminar la relación con tal de no estar solteras.

Yo pensaba que el hecho de no tener pareja era casi como una maldición, por así decirlo. Entonces pensaba que una persona sola siempre iba a estar triste o nunca se iba a sentir completamente bien, y pues yo creo que para mí no era un buen concepto el hecho de que una persona no se casara nunca, o así (Mariel, 22 años).

Me daba miedo esta parte de no tener una pareja, o no encontrar a alguien. Era esto de: “Sí, me trata mal. Pero nos llevamos bien. Estamos chido, me entiende”. No lo dejaba por esa parte de que tenía miedo de estar sola (Mía, 22 años).

La entrega total para demostrar interés

La idea de entregar todo implicó que las participantes reprimieran o sacrificaran sus propios deseos y necesidades para que la relación funcionara, puesto que, para ellas, la misma debía estar en primer lugar. De esta manera, pasaron la mayor parte del tiempo con la pareja, dejando de lado la convivencia con amigos y familia, sus intereses y rutinas diarias, y los pasatiempos que practicaban antes de tener novio. También la escuela pasó a segundo plano, lo cual provocó que decayera su rendimiento escolar. En muchas ocasiones, este mito fue el que mayormente justificó los abusos emocionales por parte de las exparejas, puesto que no había reciprocidad en los tratos. Eva relata que a su expareja le disgustaba que ella conviviera con sus amistades o que tomara sus propias decisiones. Cuando lo hacía, él la ignoraba y la chantajeaba, por lo que ella optó por hacer todo lo que él le pidiera con el objetivo de estar bien dentro de la relación, a pesar de que eso interfiriera con su vida.

De cierto modo había crecido viendo que amar era sacrificar cosas, y muchas veces ese sacrificio implicaba a ti misma. Entonces, teniendo ese pensamiento, en ese momento me sacrificaba muchas veces con tal de que yo pudiera tener la relación con esa persona. Estaba yo enganchadísima en que sí había un futuro con él, porque encajaba con todo lo que siempre había creído que era el amor (...) de alguna manera crecí creyendo que no hay partes iguales en las relaciones, si no que tú debías de dar ese extra que el otro no estaba dando (Eva, 24 años).

El libre albedrío no es tan libre

La mayoría de las participantes reconocieron que sus relaciones estuvieron fuertemente influenciadas por los ejemplos que habían visto en películas, libros, televisión, o bien, por lo que habían escuchado en canciones. Asimismo, distinguieron que la familia influyó significativamente en su aprendizaje para construir sus relaciones de pareja. En la mayoría de las ocasiones, estos aprendizajes incluían violencia y malos tratos. Silvana narró que ella se encontraba en una relación en la cual constantemente había problemas a causa de las mentiras y chantajes por parte de su expareja. Permaneció por unos meses en la misma debido a que tenía la idea de que sentirse mal frecuentemente era sinónimo de amor.

Sí, yo pensaba que el amor dolía. O sea, como en las películas, de que discuten y el chico le pide perdón, le lleva flores y con eso ya es suficiente para que arreglen las cosas (...). O sea, yo tenía la idea de que el amor era un caos, que tenías que casi sentir ansiedad o tener problemas, o cosas así. Como que estaba muy acostumbrada al caos. Entonces cuando conocí a mi novio actual, desde que lo conocí sentí mucha calma, y eso como que me daba miedo, porque yo pensaba: “Me siento muy tranquila. No sé si esto sea bueno o sea malo, ¿qué tal que no lo quiero tanto?” (Silvana, 24 años).

Celos y la exclusividad como garantía de fidelidad

Los celos y la exclusividad fueron entendidos por las participantes como demostraciones de respeto, cariño, cuidado y amor. Sin embargo, estas demostraciones exigían evitar la convivencia con otras personas, por lo que en muchas ocasiones ellas se aislaron en la relación y dejaron de convivir con amistades, e incluso familia a manera de no faltarle al respeto a su pareja, puesto que tenían el entendido de que todas las demostraciones de atención y afecto debían de ser para ellos. Fernanda vivió violencia psicológica y sexual con su expareja. Ella consideraba que los celos eran parte importante de una relación. Sin embargo, estos fueron restringiendo sus relaciones de amistad. Este testimonio se complementa con el de Alexia, quien ejemplifica cómo los celos no se expresan explícitamente desde el inicio de la relación, sino que van escalando gradualmente.

(...) yo sí creía que si no te celaban no les importabas, o no te veían como alguien en su vida. Para mí sí era como muy importante que me celaran. Me hacía sentir bien que me dijera: “no, es que tú eres mía”, “¿por qué hablas con ese güey?”. Era como decir: “Le importo mucho, evidentemente” (...) pero ya no podía salir con mis amigos como antes. A veces yo salía con ellos y de repente esta persona llegaba, y llegaba a invadir este espacio para que le diera atención (Fernanda, 23 años).

El príncipe azul como ideal de protección

Los hombres fueron vistos como parejas protectoras, defensoras y con capacidad de resolver problemas, lo cual, a las participantes les parecía atractivo. Dentro de las narrativas, fue posible observar cómo frecuentemente ellos tomaron un rol paternalista hacia ellas, justificando el control de sus acciones y emociones bajo la premisa de que pretendían cuidarlas. Por su parte, las mujeres tomaron actitudes de comprensión ante la violencia padecida, considerando los arranques de enojo, las infidelidades e incluso los malos tratos como “debilidades” ante las cuales debían ser pacientes para que ellos pudieran cambiar. El caso de María José relata que sentía protección por parte de su expareja, puesto que él era mayor que ella. Sin embargo, esa aparente protección tomó el papel de control. Por otro lado, el testimonio de Viviana ejemplifica cómo ella tomó el rol de mujer comprensiva y salvadora a costa de su bienestar.

Lo que me gustaba mucho de él es era un hombre protector. Bueno, yo lo veía como un hombre proveedor y protector, entonces eso es lo que a mí más me gustaba; me sentía protegida con él (...) luego empezó a haber mucha desconfianza, mucho control. Ya era un problema salir con mis amigos porque se emputaba el güey. Luego... cuidadito me llamara por teléfono y se escuchara la voz de un cabrón, porque nombre... no, no... me daba mucho miedo. Sí me intimidaba, la verdad sí (María José, 23 años).

“Estaba acostumbrada a esa parte, ¿sabes? Como a querer ayudar y salvar, y rescatar siempre (...) siempre es querer ayudar, querer hacer, querer salvar y me dejó como al final, yo (...) de cierta manera yo sentía que era mi chamba quitarle a él los complejos que él tenía en ese momento” (Viviana, 24 años).

En resumen, las participantes comentaron que aquello que les motivó a permanecer en las relaciones a pesar de la violencia fue el miedo a la soledad; la creencia de que no habría otra persona que las quisiera igual; la esperanza en que, con amor, la convivencia podría mejorar en un futuro y que podría ser como en un principio; el sentimiento de culpa de terminar con quien podría ser “el amor de su vida” y el miedo al qué dirían las demás personas sobre ellas al encontrarse solteras. Además, influyeron factores personales como una baja autoestima –la cual decayó aún más después de haber estado dentro de la relación–, encontrarse vulnerables en ese momento de su vida por distintas razones (violencia dentro de la familia nuclear, muerte de algún ser querido, cambio de ciudad) y haberle asignado un valor especial a quien fue su pareja al haber tenido relaciones sexuales con él por primera vez. Finalmente, también incidió el hecho de que recibieron amenazas por parte de sus exparejas de difundir material de contenido sexual si ellas abandonaban la relación. De esta manera, reconocieron que les fue complicado terminar con sus vínculos por diversos factores, en donde el amor romántico tuvo un papel central.

Discusión

En el presente estudio los mitos con mayor prevalencia fueron el de la fidelidad, el del príncipe azul, el del matrimonio y el de la omnipotencia. Estos resultados pueden contrastarse con el de Flores (2019), quien refiere que el mito que tuvo mayor prevalencia fue el de la fidelidad, en una muestra con mujeres mexicanas de educación media superior, lo cual demuestra una presencia de esta misma creencia en ambas investigaciones. Por otro lado, García et al. (2019) indican que en el amor romántico se proclama una visión binaria y estereotipada en donde cada persona tiene que ajustarse a los mismos, lo cual puede verse claramente en los testimonios presentados durante este documento cuando las mujeres introyectan los estereotipos de género intentando que la relación funcione.

A lo anterior se suma que el amor romántico facilitó que la violencia psicológica se perpetrara con mayor frecuencia. Este tipo de violencia es la más difícil de detectar, debido a que no deja marcas que puedan identificarse inmediatamente, sino que las repercusiones suelen visibilizarse con el paso del tiempo. También se reportaron violencia física, sexual, económica y patrimonial en las experiencias de las participantes. Las agresiones sobre las distintas áreas de su vida tuvieron como consecuencia la dependencia hacia la pareja, el desgaste emocional, la pérdida de la autonomía y la renuncia a ellas mismas para cuidar del otro, la aparición de culpa al momento de querer tomar decisiones para cuidarse a sí mismas, la disminución del autoestima, la indefensión aprendida, la pérdida de experiencias sociales y de amistades, el aislamiento, la restricción a su libertad, el sentir malestar físico y emocional de manera recurrente y el normalizar el no compartir ni atender sus malestares, puesto que consideraban que estos eran parte normal de una relación de pareja. Estos resultados refuerzan las afirmaciones expuestas en estudios realizados en España (Caro, 2008; Ferrer et al., 2010; Guardo, 2012; Yela, 2003), quienes mencionan que las consecuencias de los mitos son el perder relaciones sociales, la renuncia a sí mismas y el convertir a la pareja como lo más importante de su existencia.

Conclusiones

A pesar de que en los últimos años se ha producido una toma de conciencia respecto al tema de mitos del amor romántico, estos continúan estando presentes en el imaginario colectivo. Tal como indica Lagarde (2001) las mujeres contemporáneas seguimos siendo tradicionales y modernas, ya que los conflictos vividos internamente reflejan los conflictos de la tradición y la modernidad. Anteriormente se han expuesto los mitos que fueron más frecuentes en todas las participantes. No obstante, es importante destacar que aquellos que tuvieron una

prevalencia mayor fueron el de la fidelidad, el de la entrega total, el del príncipe azul, el del matrimonio y el de la omnipotencia.

El pensar que el amor duele es un “caldo de cultivo para la violencia” (Torres & Valdepeñas, 2015, p. 116), al igual que conceptualizarlo como caos, drama y sacrificio, puesto que aquellas mujeres que tienen más introyectadas estas ideas promovidas por los mitos, justifican en mayor medida la violencia recibida dentro de la relación, ya que no perciben el control, los abusos, el maltrato y la inestabilidad emocional (en donde las experiencias de felicidad y tristeza son muy intensas) como un problema. La normalización de estas ideas impide detectar desde el principio de la convivencia aquellas señales de una relación potencialmente violenta.

Los mitos del amor romántico se interrelacionan entre ellos y son indivisibles unos de otros. Sin embargo, existen algunas creencias que por sus características tienen mayor afinidad que otras, pudiendo dividirse en cinco diferentes grupos: 1. Celos, exclusividad y fidelidad (justifican ejercer control emocional y conductual), 2. Entrega total, emparejamiento y matrimonio (convierten a la pareja en el fin último de la existencia), 3. Equivalencia, pasión eterna y omnipotencia (buscan que el amor y el enamoramiento persistan a pesar de cualquier circunstancia), 4. Libre albedrío y enamorarse no depende de la voluntad de la persona (restringen la toma de conciencia acerca de la manera de relacionarse) y 5. Media naranja, polos opuestos y príncipe azul (promueven el sentimiento de incompletitud e indefensión, buscando en alguien más aquello que se desea). Si bien el trasfondo de todos los mitos expresa violencia, hay algunos que justifican mayormente las agresiones, siendo en este estudio el de los celos y el de la exclusividad aquellos que se aceptaron por completo en casos en los que hubo, incluso, intentos de feminicidio.

Asimismo, los mitos del grupo dos (entrega total, emparejamiento y matrimonio) facilitaron el entrar en la relación de manera rápida sin tener los elementos necesarios para conocerla, puesto que estos mitos presentan la soledad como un fracaso social. La entrega total excluye por completo el concepto de consentimiento, el cual es importante para identificar los abusos psicológicos y sexuales. Además, estas ideas colocan a la pareja como la relación más importante de sus vidas, dejando a las amistades, familias y demás relaciones como vínculos secundarios

Otras creencias importantes para permanecer dentro de la relación fueron las del grupo tres (equivalencia, pasión eterna y omnipotencia), en donde se justificaron las actitudes violentas como “defectos” que se podrían transformar, aunado a las promesas de cambio por parte de los hombres, habiendo así una esperanza de una mejor relación a futuro. Adi-

cionalmente, es imprescindible señalar que terminar una relación supone un riesgo para las mujeres, debido a que sus parejas, en su intento por controlarlas, pueden llegar a cometer feminicidio (López et al., 2020).

Por otro lado, la edad también tuvo un papel significativo, ya que el amor romántico se aprendió en edades tempranas. Las mujeres que se comenzaron a relacionar desde temprana edad y pasaron varios años con la misma pareja, percibieron una mayor aceptación del mito de la pasión eterna.

De todo lo anterior se desprende la trascendencia de informar y sensibilizar acerca de temas de violencia en las relaciones íntimas desde edades tempranas —sin dejar de lado a la población joven adulta y adulta—, puesto que, en este estudio, algunas de las participantes comenzaron sus relaciones de pareja entre los 12 y 15 años. Asimismo, es fundamental prevenir la difusión de las creencias del amor romántico como un ideal a alcanzar, más allá de tratar de erradicarlas cuando están ya introyectadas.

Lagarde (2001) propone el amor alternativo como modelo de relación en el que el sufrir y aguantar no sean parte de la relación, donde haya amistad y compañerismo además de empatía. Esta misma autora plantea que se establezcan relaciones con personas que sepan ser buena compañía y con quienes se compartan valores, entre otras características. Tal y como indica Herrera (2018), otras formas de amar son posibles.

Una de las limitaciones en este estudio fue que solo se llevó a cabo con mujeres, por lo que se desconoce de qué manera los hombres introyectan los mitos del amor romántico. Asimismo, la exploración solo se llevó a cabo con mujeres cisgénero heterosexuales, lo cual no contempla las dinámicas de violencia que se ejercen en personas que no son parte de la heteronormatividad en el marco del amor romántico. La exploración de los mitos dentro de estos grupos queda como una tarea pendiente.

Referencias

- Arroyo, D., Riquez, M., & Adriano, C. (2020). Construcción y validación del Cuestionario de Violencia de Pareja en jóvenes de Lima Este. *Revista Científica de Ciencias de la Salud* 13(1), 49-58. doi:10.17162/rccs.v13i1.1346
- Bosch, E., Ferrer, V., García, M., Ramis, M., Mas, M., Navarro, C., & Torrens, G. (2007). Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja. Ministerio de Igualdad: Instituto de las Mujeres
- Caro, C. (2008). Un amor a tu medida. Estereotipos y violencia en las relaciones amorosas. *Revista de Estudios de Juventud*(83), 213-218.

- Castro, R., & Casique, I. (2010). Noviazgo y violencia en el noviazgo: definiciones, datos y controversias. In *Violencia en el noviazgo entre los jóvenes mexicanos* (pp. 17-28): Universidad Nacional Autónoma de México.
- Ferrer, V., Bosch, E., & Navarro, C. (2010). Los mitos románticos en España. *Boletín de Psicología*(99), 7-10.
- Flick, U. (2014). Conceptos de triangulación. La gestión de la calidad en la Investigación Cualitativa. Morata. Madrid, Ediciones Morata.
- Flores, V. (2019). Mecanismos en la construcción del amor romántico. *Revista de estudios de género, La ventana*, 6(2448-7724). doi:10.32870/lv.v6i50.7074
- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Revista de Psicología Educativa de la Universidad San Ignacio de Loyola*, 7, 209-229. doi:10.20511/pyr2019.v7n1.267
- García, L., & Cerda De La O., B. (2010). *Violencia hacia la pareja*. México: Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz
- García, J., Hernández, C., & Monter, N. (2019). Amor romántico entre estudiantes universitarios (hombres y mujeres), una mirada desde la perspectiva de género. *Revista de estudios de género, La ventana*, 6(49), 218-247.
- Guardo, L. (2012). Percepción de las relaciones de género entre adolescentes: transmisión de estereotipos de género y mitos de amor. (Máster de estudios interdisciplinarios de género Fin de Master), Universidad de Salamanca, Salamanca.
- Hernández, Y., Castro, A., & Barrios, E. (2020). Creencias del amor romántico en adolescentes: una intervención desde la investigación-acción. *Sinéctica. Revista electrónica de educación*(55), 1-12. doi:10.31391/S2007-7033(2020)0055-007
- Herrera, C. (2018). *Mujeres que ya no sufren por amor: Catarata*.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2016). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares*. México: Instituto Nacional de Estadística y Geografía
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares*. México: Instituto Nacional de Estadística y Geografía
- Lagarde, M. (2001). *Claves feministas para la negociación del amor*. Nicaragua: Puntos de Encuentro.
- López, M., Santos, J., & González, J. (2020). Relación entre separación y violencia previa en casos de feminicidio. Paper presented at the XII Congreso (Inter)Nacional de Psicología Jurídica y Forense, España.
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cualitativa y cuantitativa*. Colombia: Universidad Surcolombiana.

- Moreno, M., & Sastre, G. (2010). *Cómo construimos universos. Amor, cooperación y conflicto*. España: Gedisa.
- ONU Mujeres. (2021). Hechos y cifras: Poner fin a la violencia contra las mujeres. Retrieved from <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/facts-and-figures>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos. (2013). *Iniciativa para una vida mejor*. México. México: Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos
- Torres, M., & Valdepeñas, V. (2015). El caldo de cultivo de la violencia de género en la adolescencia y juventud, la respuesta jurídica y el papel del educador o educadora social. *Revista de Educación Social*(21), 84-111.
- Yela, C. (2003). La otra cara del amor: mitos, paradojas y problemas. *Encuentros en Psicología Social*, 1(2), 263-267.