

Magazine La Vanguardia

La infidelidad ha existido desde que existe la pareja como tal. La exclamación “¡esto no es lo que parece!” y otras similares, han estado en boca de infieles desde siempre. Los modos como se encubren las infidelidades han ido cambiando según las modas. En los años 70 podrían acomodarse con amplitud en la estructura o desestructura filosófica de las parejas abiertas.

Anteriormente, en las sociedades patriarcales de doble rasero, las infidelidades masculinas se amparaban en teorías supuestamente biológicas que afirmaban que “el hombre es infiel por naturaleza”. La lectura de este aserto sería entonces que el hombre es superior y civilizado en todo lo demás, pero en eso del sexo sigue siendo inferior a un primate, ya que no es capaz de controlar su instinto sexual. Actualmente, y ya puestos en nuestros días, la infidelidad sigue existiendo, a pesar de la disponibilidad de divorcios exprés, de la vida mimada y entretenida que disfrutaban los divorciados con posibilidades múltiples de “rehacer sus vidas”, de los diversos grados de compromiso existente y de la posibilidad de formar parejas monogámicas sucesivas. Las excusas de los infieles pueden llegar a extremos patéticos y hasta disfrazarse con atributos humanos encomiables como la compasión por la pareja: “no le he dicho a mi mujer que existe Elena porque esto podría destruirla anímicamente”, o bien “esto no tiene importancia, es solo sexo y no quiero romper la familia”. Así, el infiel, además, se auto convence de que es noble y compasivo, de que se esfuerza por mantener la familia unida y hasta logra una cierta armonía interna. La verdad es que las cifras de infidelidad no solo han llegado a igualar a hombres y mujeres, sino que han experimentado un incremento importante en lo referente a estas últimas, todo ello facilitado enormemente por los contactos por Internet. Ya no hace falta buscar al amante en la calle o en el trabajo para sustraerse al sopor y el muermo matrimonial. Ella puede soñar con el hombre 10 mientras los niños están jugando alrededor. De este modo, la mujer ahora ya ha logrado la igualdad con el hombre en las oportunidades de ser infiel.

Los datos españoles indican que, a pesar de la gran tolerancia y apertura que mostramos en los aspectos relacionados con el sexo y la pareja, no sentimos de igual modo con la infidelidad. Los españoles llevamos mal la infidelidad, pero también hay que decir que los compromisos también han dejado de ser para toda la vida, por lo cual es más viable ser fiel y monógamo en relaciones sucesivas.

Nuevo contexto para la fidelidad.

Si existe algo constante en nuestra sociedad es la presencia del cambio. La vida actual es un aprendizaje intensivo de supervivencia ante lo no- permanente. Se valora, por tanto, mucho más la capacidad de adaptación a los cambios que la persistencia y la constancia.

En el caso de la fidelidad de la pareja en nuestros tiempos, nos consta que sigue siendo un valor importante para los jóvenes cuando forman pareja, según las encuestas. No obstante, lo que sí ha cambiado es la concepción de fidelidad para toda la vida.

Actualmente, el compromiso de pareja puede ser establecido más libremente por sus componentes. El sentirse comprometido en pareja comporta fidelidad y exclusividad sexual mientras dure el amor. La fidelidad dentro del compromiso se entiende como lealtad y confianza y sirve como marco para crecer en pareja. Ya no se trata de una norma externa basada en la obligatoriedad. El compromiso es un voto privado que conlleva la decisión de estar con una persona en concreto, alimentar el amor constantemente en los buenos y los malos momentos, y el empeño de invertir en la empresa. La fidelidad se entiende más como una decisión libre de las dos personas y está ligada a la duración del amor.

La infidelidad accidental.

El psiquiatra Frank Pittman, autor de "Private Lies" (Mentiras privadas) afirma que existen diversas categorías de infidelidad. Una de ellas sería la infidelidad accidental que podría afectar tanto a hombres como mujeres. Pero advierte que hay personas más proclives que otras a cometerla: los que beben o toman drogas, los que viajan, los que son fáciles de convencer, los que no se sienten muy comprometidos con su pareja, los que tienen amigos que flirtean y ligan, y los que no rechazan los desafíos.

Después de una infidelidad accidental el psiquiatra sugiere que el infiel puede optar por estos razonamientos:

1. Pensar que el desliz ha sido una estupidez, confesándolo o no, pero decidir tomar precauciones para que no vuelva a suceder.
2. Concluir que no habría sucedido si su pareja no le hubiera decepcionado, inculpar a la pareja, llegar a casa y acabar con la relación.
3. Darse cuenta de que el rayo no le ha tocado, pensar que podría transformarse en un hobby placentero, fácil y sin consecuencias, y seguir haciéndolo.
4. Creer que no lo hubiera hecho si estuviera con la persona adecuada, pensar que eso iba a pasar un día u otro, y enamorarse del extraño de la cama.

La infidelidad romántica.

Pittman la define como la más destructiva y alocada de las infidelidades. Es la locura temporal de enamorarse de un tercero. El infiel cree haber encontrado a alguien maravilloso en un momento de crisis personal, pero no se decide a suicidarse. La aventura suele ocurrir con alguien exageradamente inapropiado, como décadas más joven o mayor, alguien dependiente o dominante o alguien con problemas personales mayores que los propios. La relación le sirve como recurso para salir de la depresión y le permite volver a sentirse vivo. No obstante, estas situaciones suelen ser deprimentes con breves momentos de éxtasis. El infiel se siente más solo y se va alejando de la vida, a la vez que se engancha cada vez más a la nueva pasión. Las infidelidades románticas conducen a muchos divorcios, suicidios, homicidios, ataques cardíacos y cerebrales y a pocas relaciones con éxito.

Continúa diciendo que suele ocurrir en momentos críticos como la muerte de los padres, cuando los hijos se van de casa, cuando surgen problemas de salud o adicción, cuando se plantea un problema laboral, o cuando nace el primer hijo. Es decir, en momentos en que se requiere madurar para afrontar una adversidad.

Suele suceder en relaciones no problemáticas y menos en las que sí lo son. Hombres y mujeres pueden enamorarse de ese modo, pero los hombres pueden ser muchísimo menos cautos que ellas.

La infidelidad del mujeriego.

La condición de mujeriego era más masculina que femenina en tiempos, pero ahora sabemos más y se sospecha que las mujeres les están siguiendo los pasos.

Pero si nos centramos en el clásico mujeriego hombre, que es el que está más estudiado, se sabe que toman la infidelidad como una actividad recreativa. Su visión de género es el culto a la masculinidad (o por lo menos al estereotipo) y aunque le atraen mucho las mujeres, su principal objetivo es la afirmación de su hombría. No aprecian a la mujer especialmente y no buscan tampoco una relación íntima con una igual. Temen en parte a la mujer porque esta puede cuestionar su valor.

Puede que les guste el sexo o no, pero proceden compulsivamente para afirmar su condición de macho y superar asimismo su temor a la homosexualidad y a las mujeres. Pueden ser crueles, abusivos e incluso violentos con las mujeres que ellos creen que los quieren dominar o poseer. Algunos pueden parecer encantadores y no tienen dificultades en encontrar mujeres deseosas de su trato machista. Viven intentando impresionarlas con la fuerza física, logros competitivos, dotes de seducción, control de las situaciones, poder, riqueza y si es necesario, violencia. Piensan a menudo que su condición de hombre es su mejor atributo, protegiéndolo del poder femenino.

Las mujeres ven a este tipo de hombre como un narcisista y un sociópata, aunque ellos se ven a sí mismo muy normales y conduciéndose como lo haría cualquier hombre. Los conceptos de fidelidad en pareja, de equidad entre los sexos e intimidad entre hombre y mujer en la pareja no van con él.

La infidelidad del hombre emocionalmente inmaduro en el amor.

El psiquiatra añade que este hombre inmaduro es aún más dañino que el mujeriego. Es aquél que en una situación vital difícil suele ignorar sus emociones. Su química cerebral se deprime, pero no logra reconocer la depresión.

Puede pasar por una etapa en la que es incapaz de sentir placer, dolor o cualquier otra emoción, hasta que vive con otra mujer algo tan intenso que le permite sentir otra vez. Quizá una actividad sexual fantástica o la posibilidad de hacer de "salvador" de la dama o bien la intriga y fascinación ante las oscilaciones emocionales de ella.

Gracias a la mujer, él puede salir brevemente de su depresión, para hundirse en el infierno en su ausencia. Se transforma en adicto a ella, aunque no es consciente de ese hecho. Sufre la abstinencia de la alegría, la vida y el amor de la mujer cuando está con su poco estimulante familia. No se plantea a la familia por ella, porque con seguridad llegará con el tiempo al mismo estado depresivo si está con ella todo el tiempo.

Lo que necesita esta persona es un tratamiento para la depresión. No obstante, como las mejores medicinas caseras para la depresión son el sexo, el ejercicio, la diversión y el triunfo, la mujer nueva le puede estar suministrando algunas de estos ingredientes en buena dosis. Solo se da cuenta de que el remedio no ha sido tan eficaz cuando tiene que pagar la cuenta con su vida y las de los demás implicados.

El experto advierte que las parejas que se forman sobre esta base no suelen ser duraderas.

Pittman concluye que la infidelidad no es un medio efectivo para encontrar una nueva pareja y empezar una nueva vida. Tampoco es el tratamiento para la depresión, el aburrimiento, una relación que no funciona, reafirmar la capacidad de seducción ni para estimular la autoestima. Además, sigue, no impresiona a los demás. No funciona mejor para las mujeres que para los hombres. Excita los sentidos y la imaginación solamente de aquellos que disfrutan con los culebrones ajenos.

Mitos sobre la infidelidad.

En un reciente artículo de la revista Psychology Today, un equipo de psicólogos aborda el tema de la infidelidad poniendo en cuestión ciertas ideas arraigadas en nuestra sociedad. El artículo sostiene que la mitología que rodea la infidelidad por medio de la prensa popular e incluso en el ámbito de las publicaciones de salud mental confunde a las personas y produce que algunas

situaciones incluso puedan empeorar.

*Todo el mundo es infiel; ésta es una conducta normal y esperable en la pareja.*

La verdad es que no se sabe exactamente la cifra de infieles. Si las personas mienten a su pareja, ¿por qué no iban a mentir a los encuestadores? Se presume que la mitad de hombres casados y un tercio de las mujeres casadas han tenido un desliz por lo menos una vez. No obstante, la mayoría de las personas suele ser fiel la mayor parte del tiempo. Cuando se inicia una relación sin la intención de ser fiel, la intimidad, entendida como confianza, complicidad y amistad, queda gravemente menoscabada e impedida de crecer y consolidarse. Muchas especies de pájaros y animales, en las que el macho lleva a cabo más funciones aparte de la mera donación de esperma, son monógamas. Los humanos, así como otras especies que anidan, son monógamos por naturaleza, pero de un modo imperfecto. Pueden aprender a no serlo, aunque incluso en las culturas polígamas y promiscuas las personas muestran su verdadera tendencia monógama cuando están enamoradas. Existe, no obstante, la posibilidad de escapar a esta programación: la naturaleza admite la posibilidad de sobrevivir a la pareja y volver a emparejarnos. Pero si, por equivocación, nos apareamos con otra mientras la anterior está con vida, esto puede destruir el vínculo con la pareja anterior y crear una desorientación del instinto, lo cual es parte de la tragedia de la infidelidad. Así pasa en la naturaleza.

*Las aventuras son positivas para la pareja; hasta pueden reavivar un matrimonio aburrido.*

Se dice que la infidelidad mantiene al hombre masculino y a la mujer femenina. Incluso algunos libros de auto ayuda, aconsejan a la mujer que haga realidad sus fantasías sexuales como una manera de lograr la igualdad de derechos con los hombres.

Es cierto que una crisis por infidelidad puede hacer tambalear el matrimonio más pétreo. Cualquier crisis, no obstante, puede causar el mismo efecto destructor. Aún a pesar de las teorías más utópicas, la realidad es que la infidelidad, sea furtiva o explícita, puede hacer de la pareja un infierno. En realidad, solo una pequeña cantidad de primeras parejas que acaban en divorcio lo hacen sin que alguno de los dos haya sido infiel, aún cuando

esa infidelidad se haya mantenido en secreto hasta incluso años después del divorcio. Es la causa más frecuente de divorcio.

*Los que tienen aventuras no están enamorados de su pareja.*

Eso es lo que se suele decir, pero al examinar la situación de un modo más riguroso en la terapia de pareja, se observa que la pareja no estaba destruida antes de la infidelidad, y la afirmación de que no estaban enamorados suele ser resultado de un esfuerzo para explicar y justificar la infidelidad. Nadie desea ser el culpable de finiquitar la relación.

El estar enamorado no protege a las personas del deseo sexual por otras personas. Tener relaciones sexuales con terceros no es un acto de amor hacia el compañero y es una acción francamente hostil. El hecho de dejar de estar enamorado no es una razón para traicionar al compañero. Si se observan deficiencias en la relación, ésta conducta odiosa y traicionera no va a hacer que mejoren las cosas. Existen otras fórmulas más eficaces.

*Los infieles son personas □ muy sexuales.*

Las aventuras implican secretos. La infidelidad no es un acto puramente sexual, sino algo que supone deshonestidad. Las parejas abiertas o las que se intercambian abiertamente no son deshonestas, no están cometiendo una traición.

La culpa de la infidelidad es del engañado. Es tradicional pensar que cuando un hombre es infiel, es porque su mujer tiene deficiencias estéticas, sexuales o emocionales. Que le ha fallado de algún modo. También abundan las tesis feministas que justifican la infidelidad femenina porque los hombres las defraudan.

Es habitual pensar que la infidelidad es una reacción normal a una relación imperfecta y que la culpa es del engañado. No es extraño que este último hasta se sienta culpable porque el marido o la mujer se fue con otro. Todos los que sostienen esa opinión están aceptando que el infiel no asuma la responsabilidad de sus actos.

La otra táctica para evitar la culpa y la responsabilidad personal es inculpar al matrimonio o la pareja como institución o a alguna característica no modificable del compañero (por Ej:

demasiado joven, demasiado inteligente, demasiado neurótico, de otra cultura o de otro extracto social, demasiado inexperto). Estas tácticas no son eficaces porque un compañero puede hacer infeliz al otro, pero no puede hacerlo infiel. Un compromiso de pareja que incluye exclusividad sexual mientras perviva la relación implica un comportamiento apropiado con independencia de los sentimientos y aceptar la entera responsabilidad de los propios actos. Según los psicólogos, una persona que no puede controlar su conducta sexual, no debería andar suelta.

*Es mejor no darse por enterado.*

El silencio favorece la infidelidad. Las parejas en las que ocurre una infidelidad solo pueden recuperarse cuando el secreto sale a la luz y el infiel no tiene que esconderse más. Además esto puede servir para terminar con la aventura.

Algo que sucede habitualmente es que los infieles suelen negar férreamente su infidelidad hasta el punto de crear tanta desorientación al engañado que éste pone en duda su salud mental antes que dudar del infiel. Al final, el hecho mismo de negarlo y mentir es normalmente el aspecto más imperdonable de la infidelidad. Algunos terapeutas como Shirley Glass, investigadora experta sobre el tema, mantienen que las relaciones sobreviven mejor a una confesión voluntaria que al descubrimiento involuntario. Además, esto último tiene el agravante de que una aventura con un tercero puede poner en riesgo la salud del compañero. Los expertos incluso aconsejan al infiel que cuando decida confesar lo haga de manera honesta y sincera pero que se abstenga de contar los detalles al milímetro.