

Sexo y amor: cuando la forma de entender el amor se convierte en un riesgo para la salud sexual de los jóvenes

JUAN ENRIQUE NEBOT-GARCIA
juan.nebot@uji.es

MARTA GARCÍA-BARBA
barbam@uji.es

ESTEFANÍA RUIZ-PALOMINO
eruiz@uji.es

CRISTINA GIMÉNEZ-GARCÍA
gimenezc@uji.es

Resumen

Introducción: Los mitos del amor romántico abordan maneras estereotipadas de sentir y comportarnos en las relaciones afectivo-sexuales. Las investigaciones demuestran cómo puntuaciones superiores en romanticismo parecen relacionarse con un mayor rechazo al uso del preservativo y a otros métodos anticonceptivos. Por este motivo, sería necesario estudiar cómo influyen estos mitos en el comportamiento sexual de los jóvenes para diseñar intervenciones preventivas eficaces. **Metodología:** Se evaluó a 654 jóvenes (M=20,63; DT=2,267), mediante el Cuestionario sobre Mitos del Amor Romántico (Ferrer y cols., 2010). Los participantes fueron distribuidos en 2 grupos: GR-Grupo de Riesgo (no siempre usan preservativo) y GNR-Grupo de No Riesgo (siempre usan preservativo). **Resultados:** Los análisis diferenciales indican que los jóvenes que realizan conductas sexuales de riesgo muestran mayor acuerdo en casi todos los mitos del amor romántico, siendo significativos a nivel estadístico, el mito de la pasión intensa ($p=0,006$) y el de la justificación de la violencia ($p=0,049$). **Conclusiones:** Los jóvenes presentan creencias distorsionadas sobre el amor y la pareja, lo que influye en sus primeras relaciones. Estos mitos y, principalmente aquellos relacionados con la visión de las emociones, podrían actuar como factores de riesgo en el desarrollo sexual y en la propia salud, puesto que se observan diferencias entre el grupo que realiza prácticas sexuales desprotegidas y el que refiere tener sexo seguro. Sería necesario incorporar estos resultados en los programas de promoción salud sexual.

Palabras clave: mitos del amor romántico, jóvenes, conducta sexual de riesgo, preservativo.

Abstract

Introduction: The myths of romantic love describe stereotypical ways of feeling and acting in affective-sexual relations. Researches show a relation between a higher score for romanticism and a minor use of condoms and other contraception methods. Studying how those myths affect the individual's sexual behaviour is needed, in order to create an effective prevention. **Method:** 654 young people were evaluated by the Myths of Romantic Love Questionnaire (Ferrer y cols., 2010). These participants were divided into two groups: RG-Risk Group (they do not use a condom systematically) and NRG-No Risk Group (they always use a condom). **Results:** The differential analyses revealed that young people who are involved in risky sexual behaviours show concordance for most of the myths of romantic love; the myth of intense passion ($p=0,006$) and the justification of violence ($p=0,049$) reveal statistical significant differences. **Conclusion:** Young people show distorted beliefs of love and partner, which affects their first relationships. Those myths and the ones related to a vision of emotions, may facilitate risky factors in sexual development and health. There are differences between a group that practices unprotected sex and the one that practices safe sex. Including these results into the sexual health programmes is required.

Key Words: myths of romantic love, young people, risky sexual behaviour, condom.

Introducción

El amor ha sido una temática ampliamente investigada durante el siglo pasado, abordando diferentes vertientes dentro del afecto, la amistad y la pareja (Rodríguez-Castro, Lameiras-Fernández, Carrera-Fernández y Vallejo-Medina, 2013). Y entre los aspectos que se han estudiado se encuentran los mitos del amor romántico.

Los mitos son creencias formuladas como si fueran una verdad absoluta (Ferrer, Bosch y Navarro, 2010). En concreto, los mitos del amor romántico se describen como aquellas concepciones acerca de cómo es realmente la naturaleza del verdadero amor. Estas creencias son compartidas por gran parte de la sociedad y suelen ser engañosas, infundadas y difíciles de cumplir (Yela, 2003).

Entre los mitos del amor más relevantes se encuentran algunos como (Ferrer y cols., 2010):

- *Mito de la «media naranja».* Existe la creencia de que hay una persona que está predestinada a ser nuestra pareja, y que esta es la mejor opción. Aceptar esta premisa puede llevarnos a un nivel de exigencia y unas expectativas con nuestra pareja que puede causarnos decepción cuando no veamos nuestros ideales cumplidos. Además, puede que intentemos llegar a esas expectativas de cualquier forma, permitiendo conductas peligrosas o esforzándonos en exceso.
- *Mito de la pasión eterna.* Creencia de que la pasión de los primeros meses de relación puede y debe durar durante toda la vida. Este mito puede acarrear consecuencias en la estabilidad de la pareja al comprobarse que está disminuyendo ese amor romántico y pasional que se concebía como duradero y perdurable.
- *Mito de la omnipotencia* o creencia de que «el amor lo puede todo». Este mito afirma que el verdadero amor puede combatir cualquier obstáculo, y que es suficiente con el

amor para solucionar los problemas que aparecen en la pareja. Al quitarle importancia a los contratiempos, esta creencia puede dificultarnos el afrontamiento de los conflictos de pareja, llegando incluso a aceptar ciertas conductas o actitudes desagradables.

- *Mito del matrimonio.* Creencia de que el amor romántico de una pareja debe culminar en el matrimonio. Aquí se unen dos elementos, la pasión y el matrimonio, ambos considerados como permanentes y duraderos. Pero como hemos dicho antes, la pasión es un estado emocional transitorio. Por tanto, al darnos cuenta de que la pasión no se mantiene estable, puede ser difícil de gestionar y puede llevarnos a la decepción.
- *Mito del emparejamiento o de la pareja.* Creencia de que estar en pareja —concebida como heterosexual y monógama— es algo natural, universal e inherente a las personas. La aceptación de esta premisa puede crear conflictos en las personas que se salgan de la norma, por ejemplo, personas solteras que no encuentren pareja, parejas homosexuales o incluso relaciones de pareja abiertas, donde se tiene sexo con gente fuera de la pareja.
- *Mito de los celos.* Creencia de que los celos son una muestra de amor y que son indispensables en una pareja «de verdad». Los celos suelen ser característicos de personas con baja confianza y autoestima, y si se permiten y no se abordan adecuadamente pueden desembocar en comportamientos egoístas, represivos e, incluso, violentos.

Por otro lado, Luzón, Ramos, Recio y de la Peña (2011), destacan la importancia del *Mito de la ambivalencia*, creencia de que el amor y el maltrato es compatible: agredir o dañar a alguien no está reñido con que lo quieras. Este mito concibe que la pasión y el afecto, al igual que el carácter fuerte, a veces son incontrolables y desbordan, pudiendo llegar a la violencia.

Como hemos dicho anteriormente, aceptar estas creencias como ciertas puede conllevar determinados problemas, como por ejemplo, la aceptación del maltrato dentro de la pareja. Se ha demostrado que existe relación entre los mitos del amor romántico y la violencia de género en el entorno de pareja (Power, Koch, Kralik y Jackson, 2006). Más concretamente, estos mitos podrían estar actuando como mantenedores del problema, ya que la violencia sería considerada como algo normal e inherente a las relaciones (Rubio-Garay, Carrasco, Amor y López-González, 2015).

Por otra parte, también se ha observado que en las relaciones románticas y de pareja se toman más riesgos, como el rechazo a utilizar el preservativo durante las relaciones sexuales (Larrañaga, Yubero y Yubero, 2012). De hecho, cuanto más altos son los niveles de romanticismo, mayor es la tendencia a rechazar el uso del condón (Larrañaga y cols., 2012). Uno de los motivos por los que se tienen relaciones sexuales sin precaución es porque se considera que la relación es estable y se sienten seguros (Calafat, Juan, Becoña, Mantecón y Ramón, 2009; Teva, Bermúdez y Buela-Casal, 2009). Además, para estas personas, no utilizar el preservativo es una forma de generar confianza e intimidad en la pareja (Corbett, Dickson y Gómez, Hilario y Weeks, 2009). Este patrón parece independiente de la orientación sexual ya que lo encontramos también en hombres gays o bisexuales (Bauermeister, Ventuneac, Pingel y Parsons, 2012; Golub, Starks, Payton y Parsons, 2012). En cualquier caso, si bien existe una mayor cantidad de estudios que profundizan en la influencia que los mitos románticos pueden tener para el establecimiento del vínculo de pareja y la salud psicosocial de las personas, todavía no contamos con muchos trabajos que analicen su impacto en la salud sexual y en el desarrollo de conductas sexuales de riesgo. Sin embargo, este aspecto también es crucial para la salud de los jóvenes.

En este sentido, el objetivo de este estudio es analizar los mitos del amor romántico en jóvenes y evaluar en qué medida existen diferencias en la concepción de dichos mitos, entre las personas que realizan prácticas sexuales de riesgo y las que no.

Teniendo en cuenta los estudios anteriormente citados (Calafat y cols., 2009; Corbett y cols., 2009; Larrañaga y cols., 2012; Teva y cols., 2009), nuestra hipótesis es la siguiente: 1) Las personas que realizan prácticas sexuales de riesgo mostrarán mayor acuerdo con los distintos mitos del amor romántico, en comparación con aquellas personas que no realizan prácticas sexuales de riesgo.

Método

Participantes

En el estudio, participaron 654 jóvenes, de los cuales un 31,7% fueron hombres, un 68% mujeres y un 0,3% se identificaron como «otro sexo». La edad de los participantes oscilaba entre los 17 y los 27 años, con una edad media de 20,63 (DT=2,27). De todos ellos, un 49,2% manifestó tener pareja estable en la actualidad. Todos los jóvenes eran estudiantes universitarios, procedentes de la Universitat Jaume I de Castellón.

Instrumentos

- Cuestionario sobre Mitos del Amor Romántico (Bosch y cols., 2007). Este cuestionario explora la aceptación de distintas ideas relacionadas con el amor y los vínculos de pareja, a través de 10 ítems tipo Likert, con escala que oscila desde 1 (completamente en desacuerdo) hasta 5 (completamente de acuerdo). Según Bosch y cols. (2007), este instrumento cuenta con propiedades psicométricas adecuadas. Para más información, ver Tabla 1.
- Escala ad-hoc sobre conductas sexuales de riesgo. En esta escala se explora el uso del preservativo en distintas conductas sexuales de riesgo como el coito vaginal, el sexo oral y el coito anal. En concreto, se analiza su frecuencia de uso a través de una escala tipo likert que oscila de 0 (Nunca) a 3 (Siempre). La opción 4, se reservaba para aquellos casos en los no hubieran realizado la práctica. Para el presente estudio, solamente se utilizó el ítem relacionado con el coito vaginal. La consistencia interna de esta escala, según el Alpha de Cronbach, es de .77.

Tabla 1

Ítems del Cuestionario sobre Mitos del Amor Romántico (Ferrer y cols., 2010)

Mito evaluado	Ítem
Mito de la media naranja	5) En alguna parte hay alguien predestinado para cada persona («tu media naranja»).
Mito de la pasión eterna	2) La pasión intensa de los primeros tiempos de una relación debería durar siempre.

Mito evaluado	Ítem
Mito de la omnipotencia	4) El amor es ciego. 1) El amor verdadero lo puede todo.
Mito del matrimonio	8) El matrimonio es la tumba del amor (<i>inverso</i>).
Mito del emparejamiento	3) Se puede ser feliz sin tener una relación de pareja (<i>inverso</i>). 10) Separarse o divorciarse es un fracaso.
Mito de los celos	9) Los celos son una prueba de amor.
Mito de la ambivalencia	6) Se puede amar a alguien a quien se maltrata. 7) Se puede maltratar a alguien a quien se ama.

Procedimiento

El presente estudio se llevó a cabo entre 2016 y 2017. Los participantes fueron informados del estudio en actividades desarrolladas, en el campus de la Universitat Jaume I de Castellón, con motivo del Día Mundial de la Lucha Contra el Sida.

Una vez obtenido el consentimiento de los participantes, se administraron los cuestionarios que contestaron de forma anónima, confidencial y voluntaria. Los participantes no recibieron ningún tipo de remuneración. Los criterios de inclusión fueron: comprender la lengua castellana, tener entre 17 y 27 años y haber practicado coito vaginal. En un inicio, participaron 720 jóvenes pero 66 de ellos no cumplieron el último criterio, por lo que fueron excluidos del estudio.

Para facilitar la interpretación de los resultados, las respuestas al Cuestionario de Mitos del Amor Romántico se agruparon en dos categorías: *Acuerdo* («completamente de acuerdo» y «de acuerdo») y *No de acuerdo* («completamente desacuerdo», «en desacuerdo» e «indiferente»).

Por su parte, las respuestas a la escala de frecuencia de utilización del preservativo durante el coito vaginal también fueron recodificadas en dos categorías, en función de la posible exposición al riesgo: *Riesgo* («nunca», «a veces» y «casi siempre») y *No Riesgo* («Siempre»).

Análisis estadísticos

En primer término, se llevaron a cabo análisis de frecuencias sobre los mitos. Después, se realizaron análisis diferenciales para determinar si existían diferencias entre ambos grupos («Riesgo» y «No Riesgo») en el grado de acuerdo con los mitos del amor romántico. Para todo ello, se utilizó el programa estadístico SPSS (versión 20).

Resultados

Los mitos en los que se observó mayor grado de acuerdo fueron: «Se puede ser feliz sin tener una relación de pareja» (81,7%), «La pasión intensa de los primeros tiempos de una

relación debería durar siempre» (72,9%), «El amor es ciego» (57,2%) y «el amor verdadero lo puede todo» (46,9%).

Por su parte, los mitos menos frecuentes fueron: «Se puede maltratar a alguien a quien se ama» (4,1%), «Los celos son una prueba de amor» (4,7%) y «Se puede amar a alguien a quien se maltrata» (7,3%), relacionados con la violencia en el entorno de pareja y la justificación de los celos.

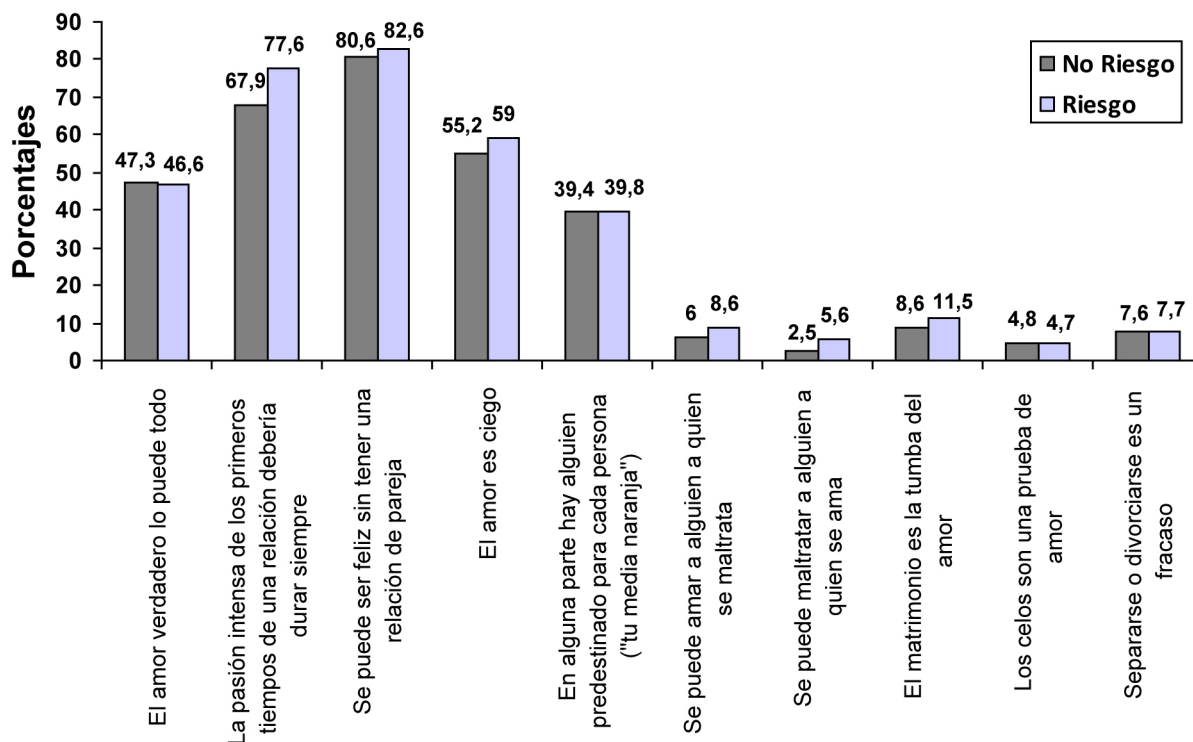


Figura 1. Distribución de los participantes según su acuerdo con los mitos del amor romántico.

En líneas generales, en ambos grupos se observan los mismos patrones en cuanto a creencias más extendidas y las menos valoradas, aunque con distintas prevalencias. Existe una tendencia del Grupo de Riesgo a presentar mayor acuerdo con los mitos respecto a sus compañeros del Grupo de No Riesgo (Ver Figura 1), si bien no muestran diferencias significativas a nivel estadístico. En este sentido, dos mitos obtuvieron diferencias significativas: «La pasión intensa de los primeros tiempos de una relación debería durar siempre» ($\chi^2=7,694$; $p=0,006$) y «Se puede maltratar a alguien a quien se ama» ($\chi^2=3,876$; $p=0,049$) (Ver Tabla 2).

Tabla 2
Chi-cuadrado y significación de los mitos del amor romántico

Ítem	χ^2	p
El amor verdadero lo puede todo	0,032	0,859
La pasión intensa de los primeros tiempos de una relación debería durar siempre	7,694	0,006*
Se puede ser feliz sin tener una relación de pareja	0,419	0,517
El amor es ciego	0,942	0,332
En alguna parte hay alguien predestinado para cada persona («tu media naranja»)	0,014	0,905
Se puede amar a alguien a quien se maltrata	1,528	0,216
Se puede maltratar a alguien a quien se ama	3,876	0,049*
El matrimonio es la tumba del amor	1,548	0,213
Los celos son una prueba de amor	0,001	0,980
Separarse o divorciarse es un fracaso	0,001	0,981

Discusión y conclusiones

A partir de este estudio se ha profundizado en el análisis de los mitos del amor romántico, diferenciando entre aquellos jóvenes que practican relaciones sexuales de riesgo en el coito vaginal y aquellos que no.

Los resultados obtenidos apoyan parcialmente nuestra hipótesis. En línea con Teva y colaboradores (2009), se observa una tendencia general, en la que las personas del Grupo de Riesgo muestran mayor acuerdo con los mitos, aunque estas diferencias solo hayan sido significativas en dos de los mitos: el mito de la pasión eterna y uno de los mitos de la ambivalencia (amor-maltrato), ítems que, a su vez, podrían compartir el carácter volátil y explosivo con el que se concibe a la pasión y a la violencia, que en ocasiones son incontrolables y desbordan (Luzón y cols., 2011).

Como habíamos mencionado anteriormente, varios estudios han encontrado una baja utilización del preservativo durante las relaciones sexuales mantenidas con una pareja estable (Calafat y cols., 2009; Larrañaga y cols., 2012; Teva y cols., 2009). Este hecho podría explicarse por la pasión existente durante los inicios de las relaciones de pareja, que les haría sentir una seguridad excesiva. Y en este sentido, la creencia de que la pasión en una relación debe ser eterna, podría mantener la confianza a lo largo del tiempo, y seguir realizando prácticas sexuales sin protección. Además, el hecho de proponer la utilización del preservativo, en el contexto de una pareja estable, podría ser visto como una baja confianza en el otro miembro o como se ha cometido una infidelidad, o incluso, que se tiene alguna infección de transmisión sexual (Ballester, Gil-Llario, Ruiz-Palomino y Giménez-García, 2013).

Por otra parte, es verdad que en otros estudios el papel que jugaban los mitos del amor romántico era mucho más notorio, y las diferencias entre grupos eran destacables (Ferrer y cols., 2010; Luzón y cols., 2011). No obstante, en el presente estudio no hemos observado las mismas diferencias en todos los ítems. Esto podría explicarse por el hecho de no haber tenido en cuenta si tenían pareja estable o no.

En todo caso, estos resultados deben ser tomados en consideración teniendo en cuenta sus limitaciones. En primer lugar, habría que aumentar el número de participantes para conseguir unos datos más generalizables. Por otra parte, el hecho de utilizar una medida de autoinforme puede facilitar que los participantes contesten en base a la deseabilidad social. Además, también debería tenerse en cuenta la situación sentimental en la que se encuentren los participantes, ya que tener o no pareja estable puede influir en la utilización del preservativo. Y por último, cabría evaluar las expectativas que tienen en cuanto a su pareja y el nivel de estabilidad que perciben en ella, porque puede esa cuestión podría tener relación con el hecho de no tomar precauciones en las relaciones sexuales, como consecuencia de un nivel de confianza muy elevado. Todos estos aspectos deberían ser considerados en futuras líneas de investigación.

En conclusión, este estudio aporta información relevante para la prevención de conductas sexuales de riesgo, ya que analiza un factor que no siempre se tiene en cuenta, como son los mitos del amor romántico. Lógicamente, existen otros factores que median en la exposición a conductas de riesgo, como pueden ser la búsqueda de sensaciones sexuales, la autoeficacia a la hora de negociar el uso del preservativo o las habilidades sociales, pero es innegable que los mitos del amor romántico ejercen un papel importante en tomar o no precauciones, teniendo en cuenta los estereotipos de género y del «verdadero amor» que todavía existen en la sociedad (Ferrer y cols., 2010). Por tanto, es necesario que las políticas y estrategias preventivas y de promoción de la salud sexual tengan en cuenta el contexto de pareja en el que se llevan a cabo las relaciones sexuales, y que aborden las creencias que los y las jóvenes tienen sobre ellas, para que la prevención de las ITS sea eficaz.

Referencias bibliográficas

- Ballester, R., Gil-Llario, M. D., Ruiz-Palomino, E., y Giménez-García, C. (2013). Autoeficacia en la prevención sexual del Sida: la influencia del género. *Anales de psicología*, 29(1), 76-82.
- Bauermeister, J. A., Ventuneac, A., Pingel, E., y Parsons, J. T. (2012). Spectrums of love: Examining the relationship between romantic motivations and sexual risk among young gay and bisexual men. *AIDS and Behavior*, 16(6), 1549-1559.
- Bosch, E., Ferrer, M. V., García, M. E., Ramis, M. C., Mas, M. C., Navarro, C. y Torrens, G. (2007). *Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja*. Madrid: Instituto de la Mujer.
- Calafat, A., Juan, M., Becoña, E., Mantecón, A., y Ramón, A. (2009). Sexualidad de riesgo y consumo de drogas en el contexto recreativo. Una perspectiva de género. *Psicothema*, 21(2), 227-233.
- Corbett, A. M., Dickson-Gómez, J., Hilario, H., y Weeks, M. R. (2009). A little thing called love: Condom use in high-risk primary heterosexual relationships. *Perspectives on sexual and reproductive health*, 41(4), 218-224.
- Ferrer, V. A., Bosch, E., y Navarro, C. (2010). Los mitos románticos en España. *Boletín de psicología*, 99, 7-31.
- Golub, S. A., Starks, T. J., Payton, G., y Parsons, J. T. (2012). The critical role of intimacy in the sexual risk behaviors of gay and bisexual men. *AIDS and Behavior*, 16(3), 626-632.
- Larrañaga, E., Yubero, S., y Yubero, M. (2012). Influencia del género y del sexo en las actitudes sexuales de estudiantes universitarios españoles. *Summa psicológica UST*, 9(2), 5-13.

- Luzón, J. M., Ramos, E., Recio P., y de la Peña E. M. (2011). *Factores de riesgo y de protección en la prevención contra la violencia de género en la pareja: Un estudio de investigación en la población adolescente de Andalucía*. Proyecto Detecta Andalucía. Sevilla: Instituto Andaluz de la Mujer.
- Power, C., Koch, T., Kralik, D., y Jackson, D. (2006). Lovestruck: Women, romantic love and intimate partner violence. *Contemporary Nurse*, 21(2), 174-185.
- Rodríguez-Castro, Y., Lameiras-Fernández, M., Carrera-Fernández, M. V., y Vallejo-Medina, P. (2013). La fiabilidad y validez de la escala de mitos hacia el amor: las creencias de los y las adolescentes. *Revista de Psicología Social*, 28(2), 157-168.
- Rubio-Garay, F., Carrasco, M. Á., Amor, P. J., y López-González, M. A. (2015). Factores asociados a la violencia en el noviazgo entre adolescentes: una revisión crítica. *Anuario de Psicología Jurídica*, 25(1), 47-56.
- Teva, I., Bermúdez, M. P., y Buela-Casal, G. (2009). Characteristics of sexual behavior in Spanish adolescents. *The Spanish journal of psychology*, 12(02), 471-484.
- Yela, C. (2003): La otra cara del amor: mitos, paradojas y problemas. *Encuentros en Psicología Social*, 1(2), 263-267.