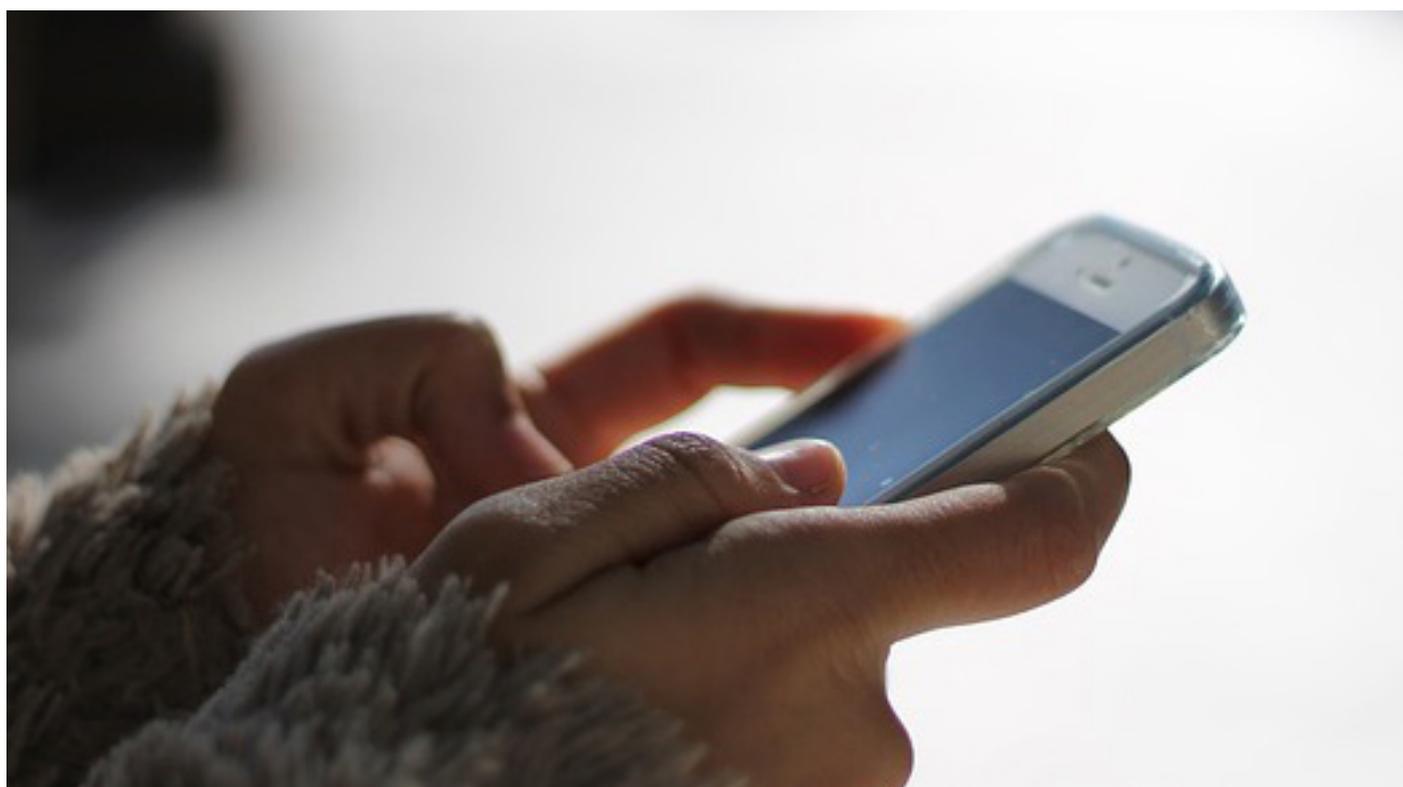


# Amor tóxico en la era tecnológica

- El control de la pareja en el siglo XXI es una cuestión de educación en el uso de las TICS, pero también en igualdad y relaciones sanas.
- El acoso por Whatsapp o redes sociales es un delito y se debe denunciar.



Smartphone en las manos de una joven. FUENTE: Pixabay

## OLGA SAN ANDRÉS IBORRA

Lucía era una joven de 15 años. Vivía con su familia en una ciudad pequeña de España. Era una chica normal. Iba al instituto, quedaba con sus amigas y le gustaba entrar en su Tuenti para tener aún más contacto con sus conocidos. Un día comenzó una relación con Marcos, un chico que le parecía guapo, atento, cariñoso y muy detallista. Lucía le veía muy enamorado e ilusionado con su relación. Le decía muchas veces que la

quería, era muy detallista, todo lo que proponía le parecía bien, si no se veían le decía lo mucho que la echaba de menos; pero eso eran pocas veces, Marcos iba a verla todos los días.

Así pasaron tres meses maravillosos y felices. Sin embargo, a partir de ese momento las cosas cambiaron. Marcos empezó a decirle a Lucía que no se vistiera así, que parecía una marrana enseñando las piernas y los brazos. Lo mismo opinaba de

que se pintara las uñas, o de que se maquillara, porque, según él, parecía una "puta", como lo eran las amigas de Lucía, con las que no quería que saliera para no parecerse a ellas.

Marcos le cogía el móvil a Lucía. Le borraba los números de teléfono de sus amigas, y también los de sus compañeros de clase de toda la vida, con los que ella mantenía ese vínculo que une a las personas que comparten juntos tantos años de colegio.

Lo hacía por celos y por vigilarla. También le pedía su contraseña de Tuenti. Quería saber con quién hablaba, qué fotos tenía, qué le decían sus amigas, y comprobar si algún chico le había mandado algún mensaje. Se ponía celoso por cualquier cosa. El día de su cumpleaños, Lucía recibió un mensaje privado por Tuenti de su primo, felicitándola como todos los años. No importaba que fueran familia, que fueran primos, Marcos también estaba celoso de ellos.

### **“¿Dónde estás? ¿Qué haces? ¿Con quién?”**

En aquel año, 2009, los jóvenes se mandaban mensajes de texto 'sms', todavía no habían llegado las herramientas de mensajería instantánea que hay ahora, como Whatsapp. Pero si los sms se enviaban constantemente tenían el mismo efecto que el Whatsapp actual. Como cuando Marcos controlaba a Lucía con mensajes de “¿Dónde estás?

¿Qué haces? ¿Con quién?”. Ella tenía que contestarle. Si no lo hacía, Marcos se enfadaba muchísimo y la amenazaba con dejarla. Entonces Lucía, que muchas veces estaba en clase cuando recibía sus mensajes, tenía que salirse del aula para responderle.

Conforme fueron pasando los meses, los descalificativos fueron a peor. Marcos le decía a Lucía que estaba gorda, que tenía que adelgazar, que no se pusiera cierta ropa porque nada le quedaba bien, estaba fea y le daba asco. En verano no podía ponerse pantalón corto, manga corta ni tirantes. Tampoco le dejaba llevar *piercings*, ni peinarse como a ella le gustaba, ni mucho menos maquillarse. Aquellos insultos algunas veces terminaron llegando a las manos.

Pero Lucía aguantaba, no lo hablaba con nadie. Estaba a punto de caer enferma porque la presión de Marcos le hizo adelgazar 18 kilos en 3

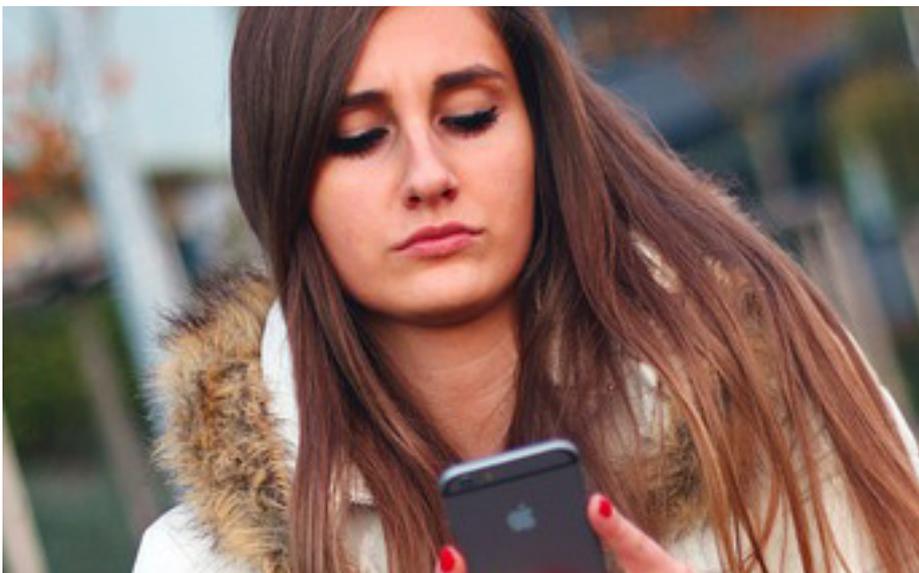
meses. Estaba anulada como persona. Le consentía todo. Era consciente de las constantes infidelidades de Marcos, que la dejaba encerraba en su casa mientras se iba con otra chica, pero Lucía no hacía nada por remediar aquella situación. Era un control de su vida constante, de mensajes que la amenazaban, que la insultaban, que la controlaban.

Ni Lucía ni Marcos son los nombres reales de los miembros de la historia que, lamentablemente, sí es real. Les llamaremos así para proteger a la víctima.

### **El peligro de las nuevas tecnologías para la violencia de género**

La mayoría de las personas que actualmente utilizan las nuevas tecnologías, lo hacen para mejorar sus vidas y las de los demás. Sin embargo, este medio se usa cada vez más para propósitos relacionados con la violencia y el acoso. Así comienza el estudio “A golpe de Whatsapp”, realizado a estudiantes de la Universidad de Alicante durante el curso 2013/2014.

Según este estudio, hoy el móvil se utiliza como un mecanismo de transmisión de violencia machista, ya que facilita el envío de mensajes de carácter sexista, tanto por sms como por Whatsapp. “Se trata de una violencia cibernética de carácter psicológico o emocional, que lleva implícita unos valores de carácter machista”, concluye.



**Adolescente leyendo sus mensajes de Whatsapp. FUENTE: Pixabay**



Autor: Elaboración propia

La *macroencuesta sobre la violencia contra la mujer 2015*, indica que "la incidencia de la violencia psicológica de control en los últimos 12 meses entre las mujeres jóvenes de 16 a 19 años que han tenido pareja en alguna ocasión es muy superior (25%) a la media (9,6%) del conjunto de mujeres de 16 y más años que han tenido pareja en alguna ocasión".

### **Casi el 20% de los jóvenes tiene dependencia del teléfono móvil**

La psicóloga Silvia Allué, experta en adicciones a las nuevas tecnologías, recalca el poder de control que muchas de ellas suponen para las relaciones de pareja. Todo aquel que disponga de un *smartphone* con conexión a internet tiene la posibilidad de descargarse aplicaciones como Whatsapp. Se trata de una potente herramienta

de comunicación pero que, en manos de una persona que quiera controlar, puede resultar peligrosa. En cualquier momento puedes saber si la persona a la que has escrito ha leído tus mensajes o a qué hora se ha conectado. Hay personas que le piden a su pareja el móvil para leer sus conversaciones, que quedan automáticamente guardadas.

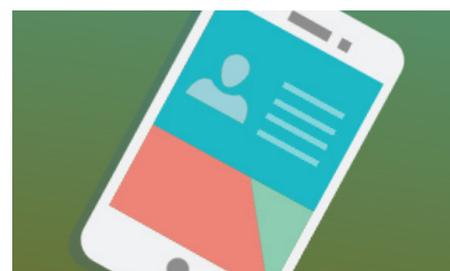
Whatsapp tiene funciones como el envío de la localización geográfica del usuario, o la aparición del 'doble *check azul*' cuando el destinatario ha leído el mensaje. Silvia apunta que las tecnologías, como todo, tendrán un efecto positivo o negativo dependiendo de cómo se utilicen. Lo que sí es cierto es que el mal uso de estas funciones puede traer muchos problemas en las relaciones de pareja.

En el ámbito de la violencia de género, Whatsapp se convierte en un instrumento más que el maltratador puede utilizar para

pedir explicaciones, e increpar a la víctima.

### **El control de la pareja por Whatsapp es un delito penado por ley**

"Este tipo de violencia se encuentra proscrita por Ley Orgánica 1/2004 de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, puesto que se trata de una manifestación de discriminación, abuso de poder y, es impulsora de situaciones de desigualdad entre un hombre y una mujer que han tenido o tienen algún tipo de relación afectiva", explica la abogada Beatriz Zarco.



Infografía de un móvil. FUENTE: Picktochart

## El sexting y el chantaje con fotografías

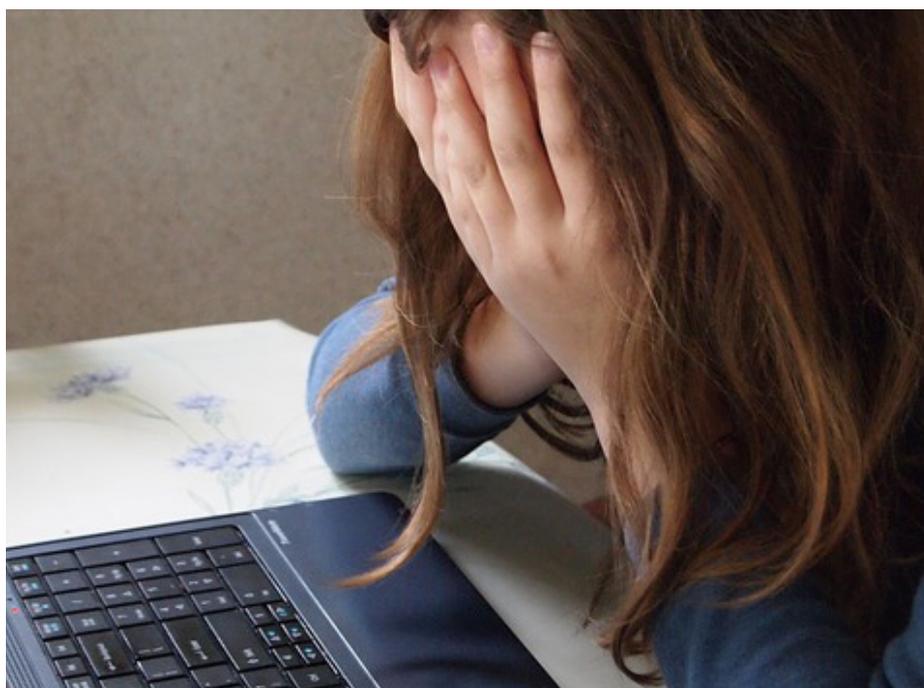
Otro de los riesgos que conlleva el empleo de Whatsapp es la posibilidad de que se produzca el sexting. El sexting consiste en que una persona le envía una fotografía a otra de una forma privada, y esta última la reenvía o la comparte públicamente sin su permiso.

“Nadie tiene derecho a utilizar las fotografías de otra persona sin su permiso”, recuerda Silvia Allué. En el momento en que alguien sube una fotografía de otra persona a una red social, ya la ha convertido en una imagen pública. En ese momento, la dueña real de la fotografía ya es víctima de sexting.

### “Primero denunciar y luego recibir apoyo psicológico”

El consejo de Silvia es, primero denunciar, y después recibir apoyo psicológico, dependiendo de hasta dónde hubiera llegado, en qué espacio y cuál haya sido el público. “El impacto psicológico que causa extender una fotografía de una persona por el internet al acude es muy duro, ya que las personas más allegadas a la víctima son las que están viendo las imágenes”, explica.

El chantaje de fotografías también es un caso bastante frecuente. Suele ocurrir en supuestos de separación de la pareja, en las que el maltratador cuelga en las redes



Niña asustada frente a su ordenador. FUENTE: Pixabay

sociales fotos comprometidas de la víctima. Estas conductas afectan a su integridad moral y emocional, y la deja expuesta a los usuarios, ya sean conocidos o desconocidos para ella. En estos casos, la pretensión del agresor es doble: dañar la reputación de su pareja o ex pareja, y obligarla a darse de baja en las redes sociales, lo que provoca que quede aislada de sus relaciones con terceros.

“Las manifestaciones más comunes de la violencia ejercida a través de las redes sociales son las amenazas, coacciones, delitos contra la intimidad, injurias, calumnias y trato degradante, entre otros, todos ellos recogidos en el Código Penal vigente”, sentencia la abogada.

“El problema es que estas conductas se perpetúan en el tiempo, ya que las víctimas no son conscientes de que

lo están siendo. Confunden estas conductas con meras manifestaciones de celos o preocupación por ellas, impulsadas por el ‘amor’ que la profesan”, explica Beatriz.

Sin embargo, tienen que saber que son delitos, y que, de hecho, la reciente reforma del Código Penal 1/2015, que entrará en vigor el 1 de julio de este año, prevé este tipo de conductas con penas que van hasta los 5 años de prisión.

De hecho, ya existen muchas resoluciones judiciales que penalizan estos sucesos. Es el caso de la sentencia 63/2012, dictada por la Audiencia Provincial de Alicante, que entendió que “colgar en Tuenti una fotografía de la expareja del acusado semidesnuda, realizada en la intimidad de la pareja cuando tenían una relación, supone la comisión del delito de difusión de imágenes”.

## La violencia ejercida a través de las nuevas tecnologías ha aumentado en los últimos años

Carlos Igual, Capitán de la Guardia Civil, afirma que “en los últimos años se ha observado un aumento muy significativo de este tipo de delitos que ha venido ligado al aumento del uso de las nuevas tecnologías por personas cada vez más jóvenes”. Así lo corrobora Beatriz, que señala que cada vez hay más casos tanto de víctimas como de agresores menores de edad.

“En cuanto a las víctimas, la Fundación ANAR hizo sonar las alarmas hace algún tiempo, por el aumento de los casos de malos tratos entre chicas menores de edad a través de redes sociales”, recuerda la abogada. “El 60% de las llamadas de

ayuda que recibieron en 2012 correspondía a menores que tenían 17 años, un 19% tenía 16 años y lo que más inquietante es que el 12% de las llamadas las hicieron niñas de 13 y 14 años”, remarca.

Desde la perspectiva de la víctima menor de edad, la Ley orgánica 1/2004, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, acoge por igual todas las manifestaciones de violencia en este ámbito. El artículo 17 de esta ley afirma que todas las mujeres víctimas de violencia de género, con independencia de su origen, religión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social, tienen garantizados los derechos reconocidos.

De todos modos, en estos casos, la violencia de género se entiende como una tipología de maltrato infantil, que atenta contra la Convención de los Derechos del Niño, y contra la

Ley de Protección Jurídica del Menor.

Cuando el autor del delito es menor de edad, se procede de manera diferente que con los mayores de 18 años. Por ejemplo, en cuanto a la competencia para su enjuiciamiento, corresponde a los Jueces de Menores conforme a las disposiciones de la Ley Orgánica 5/2000, por la que se regula la responsabilidad penal de los menores. Esto quiere decir que todas las medidas que se tomen contra el autor partirán desde un principio educativo, con flexibilidad en su adopción y ejecución, teniendo en cuenta la evolución del menor.

## Los menores de edad también pueden ser juzgados por violencia de género y delitos tecnológicos

### Llamadas de ayuda al Teléfono ANAR en 2012



**60%** Jóvenes de 17 años

**19%** Jóvenes de 16 años

**12%** Niñas entre 13 y 14 años

Fuente: Fundación ANAR

Autor: Elaboración propia

## No hay que tener miedo a denunciar

“Existen muchísimos casos, y la mayoría no salen a la luz porque las mujeres no quieren, sienten vergüenza y consideran que interponer una denuncia sería exponerse a una doble victimización. Nuestra experiencia es que la mayoría de los casos no se denuncian por miedo a la reacción del acosador”, apunta el Capitán de la Guardia Civil.

Según el ya citado estudio “A Golpe de Whatsapp”, ante este tipo de situaciones, un 4,5% de los estudiantes no hizo nada, y el resto sí tomó medidas, pero tan sólo un 7,7% las tomaron de carácter legal.

Carlos Igual, Capitán de la Guardia Civil de la Unidad

Técnica de Policía Judicial, explica de la siguiente manera el proceso que tiene lugar cuando una joven denuncia a su pareja por acoso a través de redes sociales: “Para que la Policía o la Guardia Civil pueda intervenir en un caso de acoso psicológico debe ser denunciado por la víctima, o si es menor, por sus padres o tutores.

Una vez recibida la denuncia se recogen las evidencias digitales (del ordenador, teléfono móvil, o cualquier otro dispositivo electrónico de la víctima) y se preservan para su aportación como prueba. Después se solicita autorización judicial para requerir de los administradores de las redes sociales datos de la comunicación que se ha producido, para posteriormente remitirlos al juez”.

Whatsapp no guarda en sus servidores registros de las conversaciones, por lo que es necesario cotejar los mensajes del terminal de la víctima con el del autor y ver si coinciden. En principio se dan como verídicos, salvo que existan indicios de que han sido manipulados, ya que entonces se puede realizar un análisis forense del terminal.

En el caso de Facebook, se puede requerir de la compañía los datos de las conversaciones de un perfil determinado. Toda intervención, tanto de datos personales como de conversaciones, debe realizarse con autorización judicial para garantizar la legalidad del proceso. Si se confirma que ha existido acoso, se procede a identificar al autor y a su detención para posteriormente entregarse al juez con las pruebas obtenidas.

### Si sufres acoso por...

#### Facebook

1- Realizar cuanto antes una captura de pantalla del mensaje, del comentario público o de las imágenes, ya que la información puede ser eliminada.

2- Acudir al notario con la captura. El notario deberá realizar un acta en el que dará fe de la veracidad de lo que está reflejado en la web de la red social. Además adjuntará el pantallazo inicial al documento notarial.

3- Acto seguido se deberá interponer una denuncia ante el agresor, junto con la prueba de la que ya se dispone.

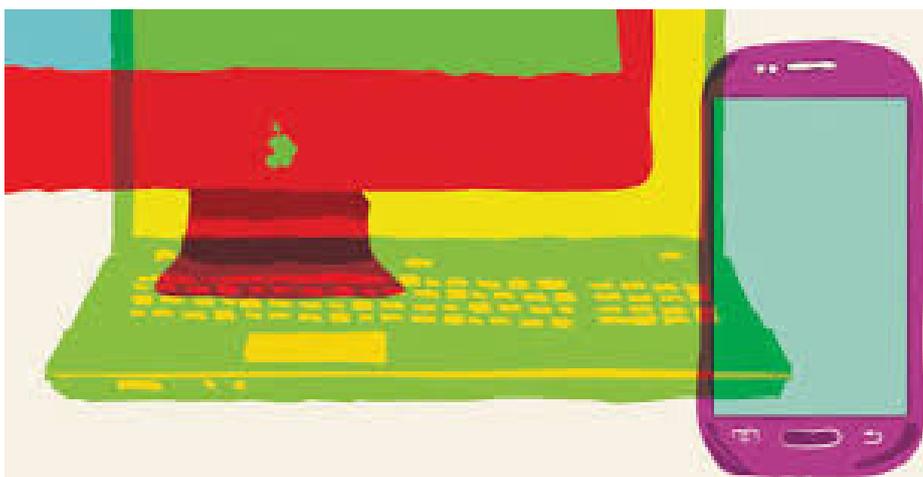
#### Whatsapp

Si el acoso se realiza por Whatsapp, es más difícil probar la veracidad de los mensajes, ya que la sede social no está en España.

Es muy complicado obtener un certificado que acredite los mensajes enviados a través de Whatsapp, puesto que una captura de pantalla de las conversaciones no suele ser aceptada por Juzgados Tribunales puesto que son fácilmente manipulables.

Por ese motivo, es aconsejable acudir a un especialista en la materia y seguir sus indicaciones. La Policía o la Guardia Civil comparará los mensajes de ambos terminales, el móvil del agresor y de la víctima. Si se sospecha que ha habido manipulación se procederá al análisis forense del terminal.

FUENTE: AFZ Abogados



FUENTE: [agresionessexuales.org](http://agresionessexuales.org)

### **Una solución: educar en el uso responsable de las nuevas tecnologías**

Estamos en una época en la que las nuevas tecnologías inundan nuestro espacio, nuestro tiempo y nuestras relaciones sociales. Por tanto, es decisiva la educación en materia de redes sociales y de mensajería instantánea, como lo es la educación en género, ambas igual de imprescindibles.

La formación desde el colegio es muy importante. De hecho hay profesores que están desempeñando una función educativa esencial. Hacen que los niños utilicen las tecnologías pero enseñándoles a que tengan respeto, sean responsables y tengan claras las normas para utilizarlas y saber cuáles son las consecuencias si no las cumplen.

La Asociación Punto Omega ofrece un programa de talleres de prevención en el uso de las Tecnologías de Información y

Comunicación (TICs) para familias con niños desde infantil hasta Bachillerato. “En primaria, a partir de tercero es muy importante esta formación porque ya utilizan dispositivos con internet. Se meten en Youtube y pueden ver lo que quieren”, explica Silvia. Por eso en los talleres se les enseña que internet es un mundo distinto al que están acostumbrados y que deben conocer tanto sus riesgos como sus ventajas.

“Porque un niño sepa andar no le dejas en la plaza del pueblo para que se vaya solo hasta su casa, porque no sabes qué inconvenientes se puede encontrar. Internet es lo mismo. El niño sabe entrar y manejarse de una forma intuitiva y fácil que asombra a los adultos, ya que parece que lo hace mejor que ellos. Pero no puedes dejar que se pasee solo por un mundo en el que no sabe afrontar las dificultades que se encuentre”, razona Silvia.

En los colegios se trata el autocontrol ante algunas situaciones como, por ejemplo, cuando un profesor hace una pregunta general a los alumnos y les enseña que tienen que esperar su turno de palabra. “Pero si les proporcionas una herramienta con la que es muy difícil ponerte límites si no estás educado, y además eres pequeño, es complicado autocontrolarse”, declara.



Joven escribiendo con su *smartphone* en la calle. FUENTE: Pixabay

“Estamos hablando de un grupo de adolescentes que tienen dependencia social, como todos los adolescentes. Para ellos Whatsapp es una forma más de estar en contacto continuo con sus amigos”, explica la psicóloga.

### **Los padres, el modelo a seguir por los hijos**

Silvia explica que es normal que un joven quiera estar en contacto continuo con sus amigos y que utilicen estas herramientas para ello. Lo que hay que hacer es que los padres, desde que los niños son pequeños, les enseñen a poner límites, puesto que son los que dan el ejemplo en casa al menor.

“Los adultos por regla general utilizan la tecnología de forma inapropiada, permiten que invada sus vidas. Sólo hace falta ir a un restaurante o subir

a un autobús”, describe la psicóloga. Añade además que muchos padres también utilizan el móvil como control de los adolescentes. Esto le crea al joven que recibe el mensaje la necesidad de tener móvil, y piensa que sin él no se puede salir de casa.

Y en cuanto a la dependencia de la TICs, también el ejemplo de los padres es fundamental. Si una madre va a despertar por la mañana a su hijo con el móvil en la mano, le transmite el mensaje de que lo primero que hay que hacer por la mañana es mirar el móvil.

### **Otra solución es educar en cuestiones de género: lo que no se puede consentir**

A juicio de Leticia Fogué, psicóloga experta en género, todo el maltrato, no sólo el

acoso psicológico a través de las nuevas tecnologías, es un tema educativo. Leticia explica que la base está en la desigualdad que existe entre el hombre y la mujer, y la desigualdad propicia el machismo.

“En España todos estamos educados en un patriarcado en el que el hombre es el centro de todo, y no nos damos cuenta de que entre todos vamos perpetuando esta situación. Por ejemplo, cuando tenemos que hacerle un regalo a un niño, inconscientemente si es niña le compramos una muñeca, y si es niño un coche”, dice Leticia.

“En nuestra sociedad hay bastante desconocimiento sobre estereotipos de género, los mitos del amor romántico, y la educación en la igualdad. Los jóvenes imitan lo que ven en sus padres, en el colegio, en sus grupos”, explica.

### **Algunos datos**

- Uno de cada tres jóvenes de 15 a 29 años considera inevitable o aceptable en algunas circunstancias ‘controlar los horarios de la pareja’, ‘impedir a la pareja que vea a su familia o amistades’, ‘no permitir que la pareja trabaje o estudie’ o ‘decirle las cosas que puede o no puede hacer’.
- El 29% de las personas jóvenes y adolescentes afirma conocer alguna víctima de violencia de género en su contexto más próximo. A medida que aumenta la edad lo hace la proporción de jóvenes que conocen a alguna mujer en esta situación. El vínculo que une más a menudo a las personas es la amistad, seguido del familiar y de la relación vecinal.
- El 78% de los jóvenes que afirma saber dónde acudir para interponer una denuncia por violencia de género, dice que acudiría a la Policía, el 25% recurriría a la Guardia Civil y el 16% al teléfono 016 de atención a las víctimas.

**FUENTE:** Estudio “Percepción de la violencia de género en la adolescencia y la juventud” (2012), de la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género

Lo primero que deben saber los jóvenes es la diferencia en género y sexo. El sexo se refiere a las características físicas y genéticas con las que nacemos los seres humanos como machos y hembras de la especie humana. Cuando hablamos de género, sin embargo, nos referimos a las capacidades, aptitudes y roles que cada cultura asigna al hombre y a la mujer.

Hay roles que se van repitiendo desde hace siglos, la convicción de que hombre tiene que ser fuerte, protector y cuidar de la mujer, o que la mujer debe ser sensible y cuidadora de los hijos y de los mayores.



Pareja de adolescentes en un banco. FUENTE: Imageneswiki.com

### **Nuestra cultura, heredada del sistema patriarcal, tiene roles que propician la desigualdad**

“Son roles heredados del sistema patriarcal de nuestro país, que muchas veces propician la desigualdad entre hombres y mujeres, como los que aparecen en ocasiones en el cine, la publicidad, o la televisión, que perjudican más que ayudan a reforzar los estereotipos del príncipe salvador y la princesa que tiene que ser salvada”, sentencia Leticia.

Para cambiar los roles de nuestra cultura, con el fin de que promuevan la igualdad entre hombres y mujeres, es fundamental la educación de género, que según

Leticia, debería ser transversal a todas las asignaturas escolares. “Muchas veces en matemáticas los enunciados de los problemas dicen: María va a comprar... La mamá está cocinando... Sin darnos cuenta estamos enseñando y perpetuando la desigualdad”, explica. Es cuestión de enseñarle a los jóvenes en qué consiste el sistema del patriarcado que tenemos en España, heredado de la educación inculcada durante el Franquismo.

### **No hay culpables, todos somos responsables**

Hay que subrayar que no existen culpables, sino que todos tenemos parte de responsabilidad, tanto los hombres como las mujeres, y ser conscientes de que la

desigualdad es una realidad y que tenemos que terminar con ella entre todos. El objetivo es extender la convicción de que todos somos iguales en dignidad, derechos y oportunidades a todos los niveles, incluidas las relaciones de pareja.

En la cultura occidental, las relaciones de pareja que históricamente estaban basadas sobre todo en el matrimonio, siguen lo que Carlos Yela denomina el modelo del amor romántico. Carlos Yela, profesor de Psicología Social de la Universidad Complutense de Madrid, identifica unos mitos del amor, unas creencias compartidas socialmente sobre la supuesta naturaleza del amor, formuladas de tal forma que parece que sean verdades absolutas.

## Los 10 mitos del amor romántico

1. **El mito de la media naranja:** “Elegimos a la pareja que teníamos predestinada de algún modo y ha sido la única o la mejor elección posible”.
2. **El mito del emparejamiento o de la pareja:** “La pareja heterosexual es algo natural y universal y la monogamia amorosa está presente en todas las épocas y todas las culturas”.
3. **El mito de la exclusividad:** “Es imposible estar enamorado de dos personas a la vez”.
4. **El mito de la fidelidad:** “Todos los deseos pasionales, románticos y eróticos deben satisfacerse exclusivamente con una persona, la propia pareja, si es que la amas de verdad”.
5. **El mito de los celos:** “Los celos son un signo de amor e incluso el requisito indispensable de un verdadero amor”. Consiste en pensar que los celos garantizan la exclusividad y la fidelidad. Suele utilizarse para justificar comportamientos egoístas, injustos, represivos y, en ocasiones, violentos. Puede ser un antecedente de la violencia de género.
6. **El mito de la equivalencia:** “El sentimiento de amor y el estado de enamoramiento son equivalentes”. Según este mito, si una persona deja de estar apasionadamente enamorada es que ya no ama a su pareja y lo mejor es abandonar la relación. Las fases del enamoramiento intenso van modificándose con el tiempo. Si no se reconoce esta transformación esta creencia se puede vivir de un modo traumático.
7. **El mito de la omnipotencia:** “El amor lo puede todo, y por tanto, si hay un verdadero amor, los obstáculos externos o internos no deben influir sobre la pareja”. El amor es suficiente para solucionar todos los problemas y para justificar todas las conductas. Este mito puede usarse como una excusa para no cambiar determinados comportamientos y actitudes o negar conflictos de pareja para no afrontarlos.
8. **El mito del libre albedrío:** “Nuestros sentimientos amorosos son absolutamente íntimos y no están influidos por factores socio-biológico-culturales ajenos a nuestra voluntad y conciencia”.
9. **El mito del matrimonio o de la convivencia:** “El amor romántico-pasional debe conducir a la unión estable de la pareja y constituirse en la única base de la convivencia de la pareja”.
10. **El mito de la pasión eterna o de la perdurabilidad:** “El amor romántico y pasional de los primeros meses de una relación puede y debe perdurar tras años de convivencia”. Sin embargo, los estudios sobre el tema señalan que la pasión amorosa tiene “fecha de caducidad”, por lo que esta creencia puede provocar inestabilidad emocional en la persona y en la pareja.

FUENTE: *Los mitos románticos en España* (2010). V.A. Ferrer, E. Bosch y C. Navarro

## Características de lo que implica el amor romántico para los miembros de una pareja

- Entrega total a la otra persona
- Hacer de la otra persona lo único y fundamental de la existencia
- Vivir experiencias muy intensas de felicidad o de sufrimiento
- Depender de la otra persona y adaptarse a ella, postergando lo propio
- Personar y justificar todo en nombre del amor
- Consagrarse al bienestar de la otra persona
- Estar todo el tiempo con la otra persona
- Pensar que es imposible volver a amar con esa intensidad
- Sentir que nada vale tanto como esa relación
- Desesperar ante la sola idea de que la persona amada se vaya
- Pensar todo el tiempo en la otra persona, hasta el punto de no poder trabajar, estudiar, comer, dormir o prestar atención a otras cosas "menos importantes"
- Prestar atención y vigilar cualquier señal de altibajos en el interés o el amor de la otra persona
- Idealizar a la otra persona no aceptando que puede tener algún defecto
- Sentir que cualquier sacrificio es positivo si se hace por amor a la otra persona
- Hacer todo junto a la otra persona, compartirlo todo, tener los mismos gustos y apetencias

**FUENTE:** Estudio "*Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja*". Investigación de la Universidad de Les Illes Balears

La historia de Lucía del comienzo de este reportaje tiene muchas de estas características. Ella era consciente de lo que tenía, pero no lo quería contar a nadie, y menos a su familia para no sentirse fracasada. No

quería darle la razón a nadie. Ella estaba ciega y, pasara lo que pasase, defendía a Marcos hasta el final.

"No veía más allá de él, pensaba que no iba a encontrar en mi vida a nadie

como Marcos, que era el mejor y me quería. Por eso al mínimo perdón que me pedía yo le perdonada, caía en lo mismo. Es la pescadilla que se muerde la cola, hasta que llega el día en que te das cuenta tú misma", describe Lucía.

Como decía antes la abogada Leticia Fogué, la base de la desigualdad está en la educación. Lucía fue víctima con 15 años, y ella misma reconoce que antes de lo ocurrido ya había asistido a charlas sobre violencia de género en el instituto. Pero tal vez esas sesiones no fueron suficientes, o al menos no fueron tan efectivas como para concienciar a los jóvenes sobre lo que no se debe consentir en una relación de pareja.

“En la inmensa mayoría de los casos la víctima no sabe que lo es, y sigue aguantando y soportando su intromisión en la intimidad hasta límites inauditos. Esto le acaba dejando en una situación de anulación total, de absoluta falta de autoestima, y de opresión infinita”, apunta la abogada Beatriz Zarco.

Para no llegar a esta situación, la clave está en tener

relaciones sanas, de respeto mutuo, y utilizar las nuevas tecnologías que tenemos a nuestro alcance de una manera responsable.

### **Relaciones sanas y un uso de la tecnología responsable**

La historia de Lucía terminó con la denuncia por parte de su padre a, su ya ex novio, Marcos. Después estuvo tres meses fuera de su ciudad, sin móvil, sin redes sociales y sin nada con lo que pudiera comunicarse con él. Marcos ya le había advertido que si le denunciaba la iba a matar, por eso era fundamental que no supiera dónde estaba Lucía.

“Yo no vi su reacción tras la denuncia porque estaba incomunicada. Las personas que querían hablar conmigo llamaban al hijo de mi casa y mi madre filtraba las llamadas”, explica Lucía.



FUENTE: Campaña “Cuéntalo, hay salida a la violencia de género”, del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad

***“Después de todo lo que viví, aprendí que nunca tienes que ser dependiente ni de un hombre ni de una mujer. Ese tipo de personas te anulan como persona, te convierten en su marioneta. Te controlan cada movimiento y pensamiento, tus compañías, tus gustos, tu vida. Aprendí a vivir sola, recuperé mi personalidad, y cogí fuerzas para plantarme cuando sé que algo no debo consentirlo. Nadie puede faltarte el respeto nunca, es la base fundamental de toda relación. Aprecia tu vida y tus valores como persona. Nadie te los puede quitar. Y si tienes miedo, que sepas que hay soluciones. Cógelas” (Lucía)***