

PEDRO GARCÍA TOLEDO

# Adulterio

OBSERVACIONES DE UN MÉDICO PSIQUIATRA



FONDO  
EDITORIAL  
COMUNICACIONAL





FONDO  
EDITORIAL  
COMUNICACIONAL

# Adulterio

OBSERVACIONES DE UN MÉDICO PSIQUIATRA

PEDRO GARCÍA TOLEDO

# **ADULTERIO. Observaciones de un médico psiquiatra**

## **Autor**

**Dr. Pedro García Toledo**

Médico psiquiatra

pedro\_garcia\_toledo@yahoo.es

Teléfono: 4632221

## **Editado por:**

© **Colegio Médico del Perú**

**Fondo Editorial Comunicacional**

Malecón Armendáriz 791, Miraflores, Lima 18, Perú.

Teléfono: 213 1400 Anexo: 2601

www.cmp.org.pe

## **Revisión técnica**

Rubén Eliseo Valle Rivadeneyra

## **Revisión de estilo**

Rosa Angélica García Lara

ISBN: 978-612-48702-3-1

Hecho el Depósito Legal en el Biblioteca Nacional N° 2021-14051

## **Diseño y Diagramación**

Impresión Arte Perú SAC

## **Impresión**

Impresión Arte Perú SAC

Jr. General Orbegoso 249 - Breña

999698361 - 998738077

contacto@impresionarteperu.com

Primera edición, Lima, Perú, diciembre de 2021

Tiraje: 500 ejemplares

Prohibida la reproducción de este libro por cualquier medio, total o parcialmente, sin permiso expreso de los editores



# Colegio Médico del Perú

## COMITÉ EJECUTIVO NACIONAL Período 2020-2022

Decano	: Dr. Miguel Palacios Celi
Vicedecano	: Dr. Ciro Maguiña Vargas
Secretario del Interior	: Dr. Edén Galán Rodas
Secretario del Exterior	: Dr. Cesar Portella Díaz
Tesorera	: Dra. María Luisa Fajardo Loo
Vocales	: Dr. Alfredo Celis López Dr. Ildauro Aguirre Sosa Dr. Augusto Tarazona Fernández Dr. Mariano Cuentas Jara
Accesitarios	: Dr. Armando Rodríguez Huayaney Dr. Wilder Diaz Correa

## CONSEJOS REGIONALES DEL COLEGIO MÉDICO DEL PERÚ

Dr. Hugo Peña Camarena	CONSEJO REGIONAL I LA LIBERTAD
Dr. Luis Runciman Soplin	CONSEJO REGIONAL II IQUITOS
Dr. Juan Astuvilca Cupe	CONSEJO REGIONAL III LIMA
Dr. Wilbert Barzola Huaman	CONSEJO REGIONAL IV HUANCAYO
Dr. Javier Gutiérrez Morales	CONSEJO REGIONAL V AREQUIPA
Dr. Carlos Gamio Vega Centeno	CONSEJO REGIONAL VI CUSCO
Dr. Arnaldo Lachira Albán	CONSEJO REGIONAL VII PIURA
Dr. Manuel Soria Alvarado	CONSEJO REGIONAL VIII CHICLAYO
Dr. Julio Torres Chang	CONSEJO REGIONAL IX ICA
Dra. Danitza Del Carpio Velazco	CONSEJO REGIONAL X HUÁNUCO
Dr. Orlando Handabaka Castro	CONSEJO REGIONAL XI HUARAZ
Dr. Benjamin Núñez Espinel	CONSEJO REGIONAL XII TACNA
Dr. Favio Sarmiento López	CONSEJO REGIONAL XIII PUCALLPA
Dr. Vidmard Mengoa Herrera	CONSEJO REGIONAL XIV PUNO
Dr. Anderson Sánchez Sotomayor	CONSEJO REGIONAL XV SAN MARTÍN
Dra. Doris De La Cruz Prado	CONSEJO REGIONAL XVI AYACUCHO
Dr. Pedro Lovato Ríos	CONSEJO REGIONAL XVII CAJAMARCA
Dr. Henry Mendoza Cabrera	CONSEJO REGIONAL XVIII CALLAO
Dr. Luis Johanson Arias	CONSEJO REGIONAL XIX CHIMBOTE
Dr. Manuel Rueda Camana	CONSEJO REGIONAL XX PASCO
Dr. William Pinto Samanez	CONSEJO REGIONAL XXI MOQUEGUA
Dr. Jose Romero Donayre	CONSEJO REGIONAL XXII APURÍMAC
Dra. Rina Bejarano Tafur	CONSEJO REGIONAL XXIII TUMBES
Dra. Yanet Yachi Fierro	CONSEJO REGIONAL XXIV HUANCAVELICA
Dr. Richard Flores Malpartida	CONSEJO REGIONAL XXV AMAZONAS
Dra. Emperatriz Morales Valdivia	CONSEJO REGIONAL XXVI MADRE DE DIOS
Dr. Victor Rojas Polo	CONSEJO REGIONAL XXVII LIMA PROVINCIAS

# FONDO EDITORIAL COMUNICACIONAL - FEC

## **Dr. CIRO MAGUIÑA VARGAS**

Director del FEC

Médico infectólogo tropicalista dermatólogo  
Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú  
Académico de número - Academia Nacional de Medicina

## **Dr. JORGE GONZÁLEZ MENDOZA**

Médico infectólogo

Secretario del FEC

Moderador, Programa para la Monitorización de Enfermedades Emergentes  
(ProMED). International Society of Infectious Diseases

## **Dr. RICARDO IVÁN ÁLVAREZ CARRASCO**

Instituto Nacional Materno Perinatal

Asociación Médica Peruana de Patología Clínica  
Academia Panamericana de Historia de la Medicina  
Asociación de Historia de la Medicina Peruana

## **Dr. OSCAR PAMO REYNA**

Médico internista Hospital Nacional Arzobispo Loayza

Miembro del FEC

Universidad Peruana Cayetano Heredia  
Académico de número, Academia Nacional de Medicina

## **Dr. ALBERTO EMILIO ZOLEZZI FRANCIS**

Director Comité Editorial y miembro del FEC

Médico Gastroenterólogo

Hospital Nacional María Auxiliadora

Universidad Ricardo Palma

# PRESENTACIÓN DEL CMP

El Comité Directivo del Fondo Editorial Comunicacional (FEC) ha decidido auspiciar y financiar la primera edición de este importante libro ADULTERIO, OBSERVACIONES DE UN MÉDICO PSIQUIATRA, del autor: Pedro García Toledo, quien no solo cumple con los requisitos de calidad, pertinencia, oportunidad, equidad y respeto que consagran nuestro reglamento, sino que aborda un tema de interés en el quehacer médico diario, vivencias y otros aspectos de la salud.

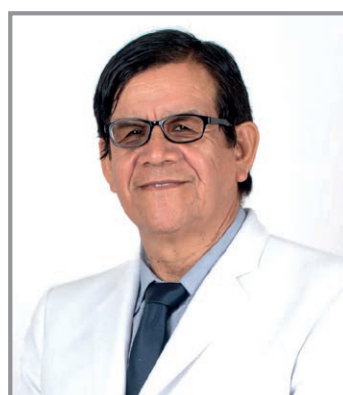
Esta primera edición de ADULTERIO, OBSERVACIONES DE UN MÉDICO PSIQUIATRA, tiene 153 páginas.

El decano y el director general del FEC/CMP felicitan al autor por la claridad y calidad del contenido de los temas presentados. Con esta nueva publicación, el CMP cumple con el deber histórico de colaborar con la difusión del conocimiento, en la era que estamos viviendo, difusión que es fundamental para el desarrollo del individuo y de la sociedad.

Miraflores, diciembre de 2021



**Dr. Miguel Palacios Celi**  
Decano Nacional del CMP  
2020-2022



**Dr. Ciro Maguiña Vargas**  
Vicedecano Nacional del CMP  
2020-2022

# ÍNDICE

PRESENTACIÓN	10
AGRADECIMIENTOS	12
INTRODUCCIÓN	14
<b>PARTE I</b>	
<b>EL PROBLEMA</b>	<b>17</b>
<b>1. DEFINICIONES</b>	<b>17</b>
1.1 Adulterio, infidelidad y engaño	17
1.2 Situaciones límite	23
1.3 Delitos y psicopatología	25
1.4 Tipos de adulterio	27
<b>2. EL PROBLEMA</b>	<b>29</b>
2.1 Desear a otra persona	29
2.2 Condena al adulterio	31
2.3 Retos a la fidelidad	31
2.4 Facilitadores del adulterio	33
2.5 Frenadores del adulterio	35
2.6 Instinto y moral	36
<b>PARTE II</b>	
<b>BASES CIENTÍFICAS DEL ADULTERIO</b>	<b>37</b>
<b>3. BIOLOGÍA DEL ADULTERIO</b>	<b>37</b>
3.1 Genes	37
3.2 Hormonas	38
3.3. Neurología	39
3.4 Poligamia animal	39
3.5 Necesidad de estímulos nuevos	39
<b>4. ANTROPOLOGÍA DEL ADULTERIO</b>	<b>41</b>
4.1 De la promiscuidad a la monogamia	42
4.2 Amor libre	44
<b>5. NEUROLOGÍA DEL ENAMORAMIENTO</b>	<b>45</b>
5.1 Neuroanatomía	45
5.2 Neuroquímica	45
<b>6. PSICOLOGÍA DEL AMOR</b>	<b>47</b>
6.1 Amor romántico	47
6.2 Amor conyugal	51
6.3 Amor excelso	52
6.4 Comparación de los tres tipos de amor	52



<b>PARTE III</b>	
<b>ADULTERIO Y SOCIEDAD</b>	<b>53</b>
<b>7. MONOGAMIA</b>	<b>53</b>
7.1. El matrimonio arreglado	53
7.2. El matrimonio por amor	54
7.3. El juramento de fidelidad	55
7.4. Aburrimiento conyugal	56
7.5. Divorcio	56
<b>8. EL ADULTERIO ANTE LA LEY</b>	<b>57</b>
8.1 Causales de divorcio	57
8.2 Separación de cuerpos	59
8.3 Certificación médica	59
<b>9. ADULTERIO Y RELIGIÓN</b>	<b>60</b>
9.1 Jesús y la adúltera	60
9.2 Derecho al divorcio religioso	61
9.3 El perdón	61
9.4 Religiosos Inconsecuentes	61
9.5 Lapidación de adúlteras	63
<b>10.CASOS DE ESCÁNDALO</b>	<b>65</b>
10.1 Caso Profumo	65
10.2 Caso Clinton	65
10.3 Caso Oliveira	66
10.4 Caso Luza	66
<b>11.EL DRAMA EN LA LITERATURA</b>	<b>67</b>
11.1 Madame Bovary	67
11.2 Don Juan Tenorio	67
11.3 Otelo	68
11.4 La insoportable levedad del ser	68
11.5 Motivos de los personajes	68
<b>12.FEMINICIDIO</b>	<b>69</b>
12.1 Femicidio en América	69
12.2 Femicidio en el Perú	69
12.3 Violencia internacional	70
12.4 Peruanas golpeadas	70
12.5 Cancionero del feminicidio	71
12.6 Neurología de la furia asesina	73
<b>13.EL MIEDO AL MATRIMONIO</b>	<b>74</b>
<b>14.ALTERNATIVAS A LA MONOGAMIA</b>	<b>75</b>
14.1 Matrimonio abierto	75
14.2 Matrimonio grupal	76
14.3 Beatnik	76

**PARTE IV**  
**ASPECTOS CLÍNICOS**

**77**

<b>15. MOTIVOS DEL ADULTERIO</b>	<b>77</b>
15.1 Insatisfacción amorosa	77
15.2 Insatisfacción sexual	79
15.3 Pleitos permanentes	82
15.4 Enamoramamiento	82
15.5 La crisis de los cuarenta años	83
15.6 Machismo	83
15.7 Donjuanismo	84
15.8 Hipersexualidad	84
15.9 Seducción	85
15.10 Venganza	86
15.11 El viejo verde	86
15.12 El poder económico	86
15.13 Psicopatología	87
15.14 Factores múltiples	88
15.15 Fidelidad a ultranza	89
<b>16. SEÑALES DE INFIDELIDAD</b>	<b>91</b>
16.1 Conductas sospechosas	91
16.2 Inadvertencia de las señales	92
16.3 Descubrimiento de la infidelidad	93
16.4 El engaño «perfecto»	94
16.5 Primera reacción del infiel descubierto	95
<b>17. REACCIONES EMOCIONALES ANTE EL ADULTERIO</b>	<b>96</b>
17.1 Violencia	96
17.2 Depresión	97
17.3 Alcoholismo	99
17.4 Psicosis	99
17.5 Histeria	99
17.6 Fuga	100
17.7 Reacción masculina y femenina	100
<b>18. CONSECUENCIAS DEL ADULTERIO</b>	<b>101</b>
18.1 En la pareja	101
18.2 En la familia	106
18.3 En la sociedad	109

<b>PARTE V</b>	
<b>TRATAMIENTOS</b>	<b>111</b>
<b>19. PSICOTERAPIA DE PAREJA</b>	<b>111</b>
19.1 Premisas	112
19.2 Enfoques psicoterapéuticos	113
19.3 El terapeuta	117
19.4 Técnicas	124
<b>20. TERAPIA DURANTE LA SEPARACIÓN</b>	<b>126</b>
20.1 Reconciliación	126
20.2 Divorcio amistoso	132
<b>21. CELOS</b>	<b>133</b>
21.1 Teorías etiológicas	133
21.2 Clases de celos	134
<b>22. TRATAMIENTO DE LOS CELOS</b>	<b>139</b>
22.1 Medicamentos	139
22.2 Higiene	139
22.3 Psicoterapia	140
<b>23. PRIMEROS AUXILIOS</b>	<b>144</b>
23.1 Recomendaciones al ofendido	144
23.2 Recomendaciones al ofensor	144
<b>24. CONCLUSIONES</b>	<b>145</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>146</b>
<b>ANEXO. Escuelas psicoterapéuticas</b>	<b>151</b>

# PRESENTACIÓN

Es motivo de orgullo hacer la presentación del libro del colega Pedro García Toledo. Ello por la sencilla razón de que Pedrito, o *Aúa* como cariñosamente le llamábamos en la universidad, siempre fue orgullo de nuestra promoción en la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Recuerdo que, en nuestra época estudiantil, Pedrito era miembro del Coro Filarmónico de Lima y, además, el segundo mejor atleta de la Facultad. El primero era Dante Yorges Villasante, hombre de una fuerza excepcional y poseedor de una capacidad física sobrehumana que, finalmente, se dedicó a la política. Aficionados a la música clásica, zarzuelas y ópera, recuerdo que Pedro, Adolfo Funegra Llanos y yo cantábamos en el Jardín Botánico de la Facultad y en los salones de clases.

Pedrito tenía, además, otras habilidades. Es hasta ahora el único campeón mundial universitario de ajedrez que tenemos en el Perú, galardón logrado en Mayagüez, Puerto Rico, en 1971. Fue varias veces subcampeón nacional de ajedrez y, en 1980, campeón nacional. Venció al gran maestro Julio Granda Zúñiga, hoy campeón mundial senior 2018. En 1981, ganó el grupo Solidaridad en el clásico circuito internacional Capablanca In Memoriam, en Cuba. También ha sido profesor de notables ajedrecistas peruanos.

El libro que nos ofrece no es el único que ha publicado. Anteriormente, escribió dos: uno sobre ciencia del ajedrez y otro, sobre las partidas de los campeonatos mundiales. Ahora, este campeón del juego ciencia que siguió la especialidad de psiquiatría, nos sorprende gratamente con este nuevo trabajo.

La obra que comentamos tiene una gran importancia en nuestro medio, ya que el Perú es violento contra sus mujeres. De ahí el valor de este libro, pues la agresión a las féminas siempre se basa en los celos y en las acusaciones de adulterio, temas que son muy bien tratados en este libro.

Este tema me hace recordar lo que decía mi madre en relación a los celos:

«Hijo, los hombres son tan imbéciles que han puesto la base de su honor y dignidad en un lugar tan vulnerable y de fácil acceso como es entre las piernas de la mujer. El honor y la

dignidad del hombre deben tener una base más sólida. La dignidad y el honor del hombre debe basarse en su honestidad, en su integridad como persona».

Si nos fijamos bien, el adulterio empezó con la institución del matrimonio monogámico. Este ha sido el mayor fracaso cultural de la civilización. La costumbre actual de elegir pareja y el período del enamoramiento antes de casarse son una invención reforzada en la segunda mitad del siglo XX, a partir del final de la Segunda Guerra Mundial.

Nunca antes fue así. Las mujeres se conseguían por compra-venta, por acuerdo de familiares o de tribus o por simple rapto. La pregunta que debemos hacer es cómo ha resultado el experimento. La respuesta es una sola: un total fracaso.

Según las estadísticas publicadas en los llamados países desarrollados, el 55% de los matrimonios se divorcian antes de cumplir los tres años, a los cuales hay que añadir los que se divorcian después de los tres años; asimismo, los que se separan sin haberse casado. Un total fracaso.

Uno de los capítulos del libro de Pedro que me llamó la atención es el del Viejo verde, debido a que publiqué hace varios años El síndrome del viejo verde, estudio sobre la andropausia, el climaterio masculino, de forma que he comprendido completamente los alcances de este capítulo.

Pero quizás, el capítulo más importante del libro de Pedro sea, precisamente, el último, el que trata de la reconciliación después del drama del adulterio. Se plantea al lector la pregunta: «¿Perdonarías un adulterio?». En este capítulo, se nota la habilidad psicoterapéutica de Pedro para lograr la reconciliación entre los actores del drama. Es por eso que este trabajo no está escrito solo para los especialistas, sino para el público en general. Todos deben leerlo. Perdonar un adulterio depende de los factores culturales y de la personalidad de cada uno de los actores del drama. ¿Quieren mi respuesta? Yo no perdono. ¿Y tú, querido lector, perdonarías?

**Máximo Grillo Annunziata**

Médico endocrinólogo

Lima, 25 de noviembre de 2018

## AGRADECIMIENTOS A

Eric Bravo Basaldúa, psiquiatra y amigo desde nuestra formación médica en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM), colega en el Hospital Hermilio Valdizán de Lima, profesor de Psiquiatría Integral en la Facultad de Medicina Humana de la UNMSM y psicoterapeuta de orientación psicoanalítica con estudios de maestría en filosofía. Mi gratitud por las innumerables y ricas conversaciones sobre adulterio, temas conexos y otros como filosofía, política, docencia universitaria, salud mental y más.

Haydeé Aguado Molina, psicóloga y profesora independiente de terapia cognitivo conductual con su esposo, también psicólogo Edwin Manrique Gálvez en su grupo de formación psicoterapéutica Promotec. Gracias por las sapientes conversaciones, a lo largo de los años, sobre el tratamiento de pacientes y parejas en conflicto, por los datos específicos sobre evaluación matrimonial.

Máximo Grillo Annunziata, endocrinólogo, físico matemático y filósofo; autor de *El viejo verde* y de 35 libros de: matemáticas, computación, salud mental, política e historia. Mi gratitud por su generosa presentación y mi respeto por su posición radical ante la naturaleza humana y el adulterio.

Jesús Palacios, ginecólogo y profesor de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, autor de *Génesis sin extravíos: fisiología de la diferenciación sexual y prevención de la homosexualidad*. Quedo reconocido por sus valiosas sugerencias conceptuales y de edición. Destaco aquí su idea de que el adulterio es un problema complejo sin solución y que la mejor opción sería la *monogamia sucesiva*.

La educadora y psicoterapeuta sistémica María Magdalena García Toledo, mi querida hermana, docente de comunicación en Posgrado de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y autora de varios libros sobre comunicación.

María Luisa Girón, psicóloga y psicoterapeuta cognitivo conductual del hospital Hermilio Valdizán en Lima y profesora universitaria. Estoy reconocido por sus valiosas correcciones al borrador, preguntas de aclaración y cálidas palabras de aliento.

Raúl Eliseo Valle Rivadeneyra, colega psiquiatra y magíster, por la revisión del manuscrito y las valiosas observaciones que permitieron mejoras importantes.

A Rosa Angélica García Lara, comunicadora y correctora de textos, por la revisión de estilo.

Mi gratitud al Colegio Médico del Perú por haber acogido este trabajo que espero sea útil a quienes atienden a personas afectadas en su matrimonio.

## DEDICATORIA

A mis queridos pacientes que,  
en todos estos largos años,  
tuvieron a bien mostrarme  
su alma y enseñarme  
la complejidad de la  
relación de pareja.

A mi amada esposa Regina  
y querida hermana Magdalena,  
por su aliento a publicar esta obra.

# INTRODUCCIÓN

El adulterio es una herida grave al narcisismo, de tal la magnitud que en casos extremos conduce al feminicidio. En el Perú, cinco millones de mujeres son golpeadas y un promedio de 120 mueren, cada año, a manos del hombre que dijo amarlas. En una mayoría abrumadora, el móvil son los celos y la negativa de la mujer a retomar la relación.

América Latina carga con dantescas estadísticas de feminicidio. En cinco países musulmanes, rige la Ley Mosaica que ordena la muerte de la adúltera mediante lapidación. En otros países, igualmente atrasados, se producen los llamados «crímenes de honor».

El dolor que ocasiona el adulterio es tan intenso que provoca de inmediato violencia y trastornos mentales: reacción depresiva grave y ansiedad intensa, con frecuencia. Además, pasada la crisis, el resentimiento del ofendido perdura y suele llevar a la disfunción matrimonial por largo tiempo o para siempre, si no al divorcio.

La base histórico-social de este drama es el régimen monogámico en la relación de pareja. Los contrayentes se obligan a una prolongada prueba de fidelidad. Sentirse atraído por otra persona es prohibido por la moral; permitirse entrar en una relación paralela, pecado mortal.

Este ensayo se basa en la observación clínica, durante más de 40 años de práctica médica y psiquiátrica, de mis pacientes casados que sufren las desdichas del engaño; asimismo, en conceptos de las ciencias de la conducta humana -como la genética, endocrinología, neurología, psicología, antropología y el derecho- enfocadas en la monogamia.

En mi ejercicio profesional, tanto en el hospital limeño Hermilio Valdizán, especializado en salud mental, como en mi consultorio privado, he tenido la oportunidad de escuchar los pesares de cientos de pacientes, varones y mujeres, en torno a la infidelidad, sus motivos y consecuencias. También he debido leer ensayos diversos acerca de la pareja humana, así como propuestas alternativas a la monogamia.

El presente libro está dividido en cinco partes:

- I. Planteamiento del problema.
- II. Bases científicas del adulterio: Una revisión de los aspectos biológicos, antropológicos, neurológicos y psicológicos.
- III. Adulterio y sociedad. Un examen de los aspectos socioculturales de la monogamia en relación a la ley, religión y arte.
- IV. Aspectos clínicos del adulterio: el dolor y las consecuencias que ocasiona la traición.
- V. Tratamientos. Se ocupa de la terapia de pareja en caso de adulterio y de los celos patológicos.

El capítulo uno es de índole semántica. Diferencia adulterio de infidelidad y engaño; asimismo, de las situaciones límite, delitos y psicopatología. Redefine el concepto adulterio en las parejas de convivientes conformadas por personas separadas no divorciadas. Todo ello, para tener un lenguaje científico común.



El capítulo dos plantea el problema del adulterio como un hecho histórico tan frecuente que lleva a pensar si acaso no obedece a una pulsión promiscua natural en contradicción con la exigencia de fidelidad del matrimonio monogámico.

Algunos factores biológicos de la sexualidad humana -genéticos, endocrinos, neurológicos y etológicos-, que podrían sustentar una base instintiva promiscua, se describen en el capítulo tres.

El capítulo cuatro escudriña si los primeros humanos fueron promiscuos, para explicar una eventual herencia polígama del hombre moderno. Los antropólogos evolucionistas del siglo XIX descubrieron que los hombres primitivos fueron promiscuos; luego, vino una larga época de matriarcado, es decir, de la práctica comunitaria primitiva de la mujer con varios maridos.

Se explora el asiento anatómico y la química cerebral del enamoramiento, en el capítulo cinco.

El capítulo seis compara los amores romántico, conyugal y excelso.

El capítulo siete muestra la base económico-social del matrimonio monógamo, sus crisis y el eventual divorcio.

Se examina el adulterio ante la ley como causal de divorcio, en el capítulo ocho. Se propone a los psiquiatras recomendaciones para la correcta certificación médica en el Poder Judicial.

El capítulo nueve contiene las actitudes de la religión ante el adulterio: condena, perdón, derecho al divorcio; asimismo, las incongruencias de algunos pacientes religiosos y la lapidación musulmana como castigo.

Se presentan dos casos de adulterio de figuras políticas que llevaron a sus respectivos Estados a un remezón internacional; y dos casos nacionales de escándalo, en el capítulo diez.

En el capítulo once, se exhibe la infidelidad en la literatura universal como reflejo del drama de los seres humanos.

El capítulo doce estudia el feminicidio, su distribución en América Latina y las bases neurológicas de la furia asesina.

Del miedo a comprometerse en matrimonio, por parte de los varones, y de las mujeres a quedarse solteras, trata el capítulo trece.

En el capítulo catorce, se describen las alternativas ensayadas ante las limitaciones de la monogamia: matrimonio grupal, matrimonio abierto y los grupos *beatnik*.

Los motivos del adulterio, principalmente el déficit de amor y relaciones sexuales, se analizan en el capítulo quince. Finalmente, se verifica que la infidelidad se da por una conjunción de factores psíquicos, culturales y económicos.

Las señales de infidelidad, las maniobras que realiza el adúltero para no ser descubierto y los indicios inevitables que va dejando en su aventura, se tratan en el capítulo dieciséis. Un

caso particular son los actos fallidos, venidos del inconsciente, que lo delatan. Además, se examina el caso de la víctima que ignora los signos de la infidelidad.

En el capítulo diecisiete, se describe el dolor del cónyuge ofendido, las reacciones psíquicas y conductuales inmediatas como la violencia y la depresión. Además, se examinan las tribulaciones del ofensor.

En el capítulo dieciocho, se describen las consecuencias del adulterio en cada miembro de la pareja, la familia y la sociedad. Se examina el sufrimiento que sigue, el resentimiento a largo plazo y la eventual disfunción matrimonial.

Los aspectos de la psicoterapia de pareja en el adulterio consumado, se muestran en el capítulo diecinueve. Se presentan cuatro enfoques psicológicos de interés, sus bases teóricas, la personalidad del terapeuta y las técnicas de intervención.

El capítulo veinte trata de la intervención del terapeuta en la pareja ya separada y su eventual reconciliación o divorcio.

En el capítulo veintiuno, se exploran los celos y sus tipos. Se presta atención a la celotipia, una forma de psicosis paranoica en la que el enfermo imagina convencido de modo irreductible que el cónyuge es infiel; entonces, sufre y hace sufrir, como si hubiese sido traicionado realmente.

Se propone el tratamiento de los celos a base de medicamentos, medidas higiénicas y psicoterapia, en el capítulo veintidós.

El capítulo veintitrés ofrece algunas recomendaciones prácticas de cómo reaccionar ante la noticia de adulterio. Se dan sugerencias, tanto para el ofendido como para el ofensor.

Finaliza el texto con las principales conclusiones acerca del adulterio.

Los casos presentados en letra chiquita son resúmenes de casos. Muchas veces se da solo un fragmento de la historia clínica, a fin de iluminar un aspecto del adulterio, los celos o la terapia. Normalmente, los pacientes traen una biografía amplia.

Los nombres de los protagonistas son ficticios. Aunque, en el texto, se suele indicar al varón como el adúltero, la fenomenología descrita vale también para la mujer. La elección del género masculino se debe a que los varones son más adúlteros que las mujeres.

Inicialmente, este trabajo fue proyectado para alumnos de psiquiatría y psicología; pero, luego, decidí desarrollarlo para el gran público, ya que se trata de un problema social amplio. Así, se han suprimido los vocablos técnicos hasta donde ha sido posible.

Por último, la pandemia del Covid-19, declarada en marzo de 2020, obligó a postergar la publicación.

**Pedro García Toledo**  
Lima, diciembre de 2021

# PARTE I: EL PROBLEMA

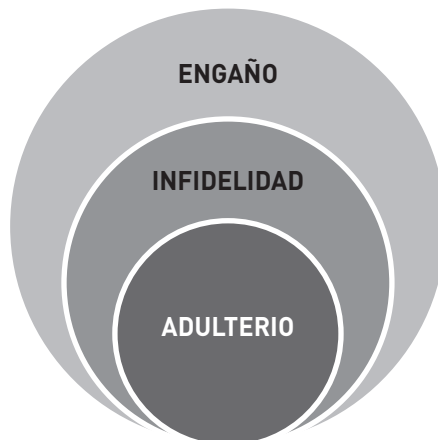
## 1. Definiciones

---

*No hay palabra mal dicha,  
sino mal entendida*  
(adagio popular)

### 1.1 ADULTERIO, INFIDELIDAD Y ENGAÑO

Son términos que suelen tomarse como sinónimos. Sin embargo, tienen diferencias semánticas importantes que conviene aclarar, con fines de un lenguaje psicológico común y para casos judiciales. El engaño, concepto más amplio, engloba a los otros.



**Adulterio.** De latín *adulterium*, en inglés se dice *adultery* y en francés *adultère*. El Diccionario de la Real Academia Española (DRAE) lo define como «Relación sexual voluntaria entre una persona casada con otra que no sea su cónyuge»<sup>1</sup>. No excluye las relaciones homosexuales. Es que, en su definición de matrimonio, la acepción 2º es «En determinadas legislaciones, unión de dos personas del mismo sexo...»<sup>2</sup>. De modo que el adulterio puede ser heterosexual u homosexual.

La definición de adulterio también se aplica a los convivientes. La ley peruana, desde 1991, da estatus de casada a la persona con más de dos años de vida marital. Sinónimo de convivencia es amancebarse, que se define como «relación marital sin mediar vínculo matrimonial».<sup>3</sup> Sobre las uniones de *facto* (de hecho), los Estados han progresado en su reconocimiento legal, porque se trata de proteger a la familia. En Sudamérica, todos los países reconocen el derecho de familia a los convivientes, de modo que el concepto adulterio afecta no solo a las uniones *de jure* (matrimonios civiles), sino también a las uniones *de facto* (convivencia).

A esta altura, conviene definir lo que constituye una relación sexual. El DRAE no lo hace. Tampoco el Pequeño Larousse Ilustrado 2010. Pero una definición general es la siguiente: «Conjunto de comportamientos que realizan al menos dos personas con el objetivo de dar o recibir placer sexual... pueden incluir muchas prácticas como el magreo [abrazos, besos y caricias], el sexo oral y el coito».<sup>4</sup> Así, relación sexual no es solo coito, es decir, «cópula de macho y hembra»<sup>5</sup>, sino también sexo sin penetración vaginal o anal.

Se enfatiza este concepto, porque algunos tienen la ilusión de que una aventura de puros besos y abrazos -sin coito- no constituye adulterio. Disminuyen su culpa diciendo: «No pasé de caricias». Sin embargo, el magreo (*petting* en inglés) se define como una relación sexual sin penetración. Los diccionarios le otorgan el significado vulgar de manoseo. Incluye sexo oral y masturbación mutua. Por su parte, la frotación homosexual se designa como frot (rozar los penes) y tribadismo (tijeras: vulva con vulva). La creencia de no haber tenido una relación sexual, porque no hubo penetración, puede alcanzar a los más altos dignatarios.

En 1998, el presidente de los Estados Unidos, Bill Clinton, negó enfáticamente haber tenido relaciones sexuales con Mónica Lewinsky. Con la prueba del vestido de la pasante de la Casa Blanca manchado de semen, fue acusado de *perjurio*, un cargo grave en el país del Norte. Entonces, los abogados del presidente pidieron a la Corte que definiera con exactitud lo que significaba relación sexual. El juzgado alcanzó una lista de actos que la definían. Así, Clinton se ratificó en su dicho. Negó haber tenido contacto «genital, anal, con ingle, pechos, parte interna del muslo o nalgas de Lewinsky». Agregó que, según la lista, «relación sexual incluía dar sexo oral, pero excluía recibirlo». En otras palabras, negó haber tenido sexo con la pasante. Increíble.

Respecto a fornicación, se define exactamente como «relación sexual fuera del matrimonio».<sup>5</sup> La Iglesia Católica establece como sexto mandamiento: «No fornicar». Va para personas solteras y casadas. El segundo significado que da el diccionario Larousse es: «Mantener relaciones sexuales con prostituta».<sup>5</sup> Esta acepción debiera aplicarse solo a solteros, pero el diccionario no lo hace. En el caso de casados, resulta una curiosa duplicación, porque, si ya se definió que fornicar es relación sexual fuera del matrimonio, resulta obvio que, con prostituta o no, estamos ante la misma figura. Esta doble acepción reposa en dos motivos: uno histórico y otro moral. Uno, las mujeres de la vida no establecen relaciones sentimentales con sus clientes. Ello asegura la estabilidad social de los matrimonios. Dos: para muchas personas

conservadoras, la relación sexual de varón casado con prostituta es menos censurable que con mujer honrada, ya que preserva el santo matrimonio.

**Infidelidad.** *Infidelitatis* en latín; *infidelity* en inglés, *infidélité* en francés. Es un concepto más amplio que el de adulterio. Se refiere a la deslealtad, más allá de la relación sexual. La relación romántica sin sexo de persona casada con otra que no es el cónyuge constituye infidelidad y no adulterio. Este tipo de relación puede ser igual o más ofensiva para el cónyuge. Las mujeres detestan más el romance extramarital del esposo que una relación sexual furtiva con una desconocida. Este tipo de infidelidad incluye las relaciones románticas por internet, con o sin sexo virtual (cibersexo).

Una paciente (49) descubrió que su esposo (50) había escrito correos sicalípticos a dos mujeres en la red. Él se defendió señalando que, finalmente, no había pasado nada. Pero, igual, la mujer lo echó de la casa. Solo después de varios meses, la pareja empezó a reconciliarse, aunque nunca del todo.

La persona que intenta relaciones sexuales extramaritales, aunque no las consuma -por la causa que fuere- es infiel. Aquí, prevalece el principio de falta por tentativa. De todos modos, se la considera menos condenable y más perdonable que el adulterio, aunque la pareja quede igualmente herida y en la duda de si realmente hubo coito o no.

Un hombre (40) con dificultades de libido y erección ante su esposa (43) intentó tener relaciones con otra mujer, a fin de comprobar su capacidad sexual, aseguró. Con aquella tampoco pudo pasar más allá de besos y caricias. Alguien advirtió a la consorte acerca de la infidelidad del marido. Confrontado el hombre, admitió la falta y pidió disculpas; pero se justificó argumentando que «como no hubo penetración, no fue infidelidad». La mujer lo perdonó y se reconcilió, aunque expresó su dolor y, en especial, la duda eterna de si en verdad hubo o no coito.

El intento frustrado de infidelidad con familiares o allegados es especialmente serio. He visto casos de hombres que se involucran con la sobrina o la hermana de la esposa. El potencial de consecuencias es vergonzoso.

Un profesor trató de seducir a la enamorada de su sobrino. La joven lo rechazó y se lo comunicó a su enamorado. El joven encaró al tío. Recibí al señor, sobrino y enamorada en consulta. El docente aceptó que actuó mal y pidió perdón. El joven permaneció callado. Le dije al tío que, quizás, su sobrino necesitaba tiempo para perdonar. En cambio, la enamorada quería ir más allá: que la esposa del profesor supiera de la deslealtad. Sin duda, quería castigarlo. Allí, el enamorado intervino para decir que esa información a su tía era innecesaria. Pero la joven insistió. Así que la cité a una sesión a solas. En esa nueva reunión, le pregunté por qué le resultaba tan difícil perdonar. Me contó una historia dramática de su infancia: el abandono que le hizo su padre; de su adolescencia, cuando la madre la botó de la casa. Señalé que su actual actitud punitiva contra su tío era una actualización de sus antiguos deseos vindicativos. Se sorprendió; solo, entonces, consideró perdonar. En este caso, nunca hubo adulterio, pero sí una bochornosa infidelidad hacia los seres queridos.

El *ciber affaire* también constituye infidelidad. La adicción al sexo virtual puede malograr matrimonios. Algunas personas casadas prefieren esta forma de erotismo de excitación y orgasmo. Terminan por desestimar el sexo real. Cuando el cónyuge lo descubre, experimenta lo mismo que si fuera adulterio propiamente dicho: decepción, ira, celos, menoscabo de la propia estimación, etcétera.

Por otra parte, la persona formalmente separada que constituye un nuevo hogar con conviviente no es infiel. Esta situación de persona casada que vive con otra es frecuente en el Perú. Se debe al largo tiempo de espera y trámites que realizar para divorciarse. El fundamento legal de los años de espera para el divorcio es que la pareja matrimonial podría reconciliarse. El Estado protege la estabilidad del matrimonio. Es más, la ley de familia indica que, en la separación legitimada, hasta que no se dé el divorcio, no debe haber relaciones sexuales con terceras personas; pero en sentido ético, no hay deslealtad.

Fidelidad significa lealtad, honestidad. La relación sexual de un novio con una persona que no es su novia no constituye adulterio, sino infidelidad. La lealtad es un concepto que se aplica en todas las relaciones humanas: familiares, laborales, académicas, románticas, etcétera.

Hay quienes opinan que no es lo mismo ser fiel que leal. Señalan que nacemos para ser polígamos y que la sociedad nos impone ser monógamos. Casi todos tienen fantasías con personas que no son la pareja, ergo, no son fieles. «La fidelidad es para la pareja, pero la lealtad es para uno mismo», sentencian.

Finalmente, no puede considerarse infiel al cónyuge que acordó con su pareja un «matrimonio abierto»; es decir, en darse mutuo permiso para tener relaciones fuera. En ese contexto moral, la lealtad consiste en la honradez con la pareja, pese al adulterio en términos estrictos. Por eso, se le llama adulterio civilizado.

Juana (59), una mujer de provincia, consultó por agorafobia con ataque de pánico [F40.01, CIE 10<sup>o</sup>] de cuatro años de evolución. Experimentaba vértigos intensos al salir a la calle. «Ningún médico resuelve. Todos los exámenes son normales», acotó. Se le prescribió sertralina y clonazepam en dosis bajas. Sobre todo, se le indicó que saliera a la calle haciendo piruetas absurdas (una eficaz medida psicoterapéutica de distracción). Ya en la segunda entrevista, a las cuatro semanas, la mujer declaró que realizó las piruetas indicadas y había mejorado 80 %. Posteriormente, viajó a su tierra natal, la que no visitaba hacía muchos años. «Me estoy desquitando», señaló entusiasmada.

Con la confianza lograda de modo tan rápido, la paciente habló de otros aspectos de su vida. Padecía de frigidez. «Soy casada, pero no tengo relaciones. Le tengo asco al sexo; huele mal. Mi infancia fue sufrida. Soy la última de nueve hermanos. Papá nos abandonó. El hijo de una supuesta tía, que nos daba de comer, me manoseaba. A mis nueve años, un cuñado trató de violarme. Me sentía indefensa, avergonzada. Les tomé miedo a los hombres. A mis 12, papá volvió a casa; temí que me violara. Me escapé a Lima. A mis 14, conocí a quien sería el padre de mis hijos. Él tenía 26 años. Yo no lo quería, lo veía como a un padre. Salí embarazada de mis dos hijos, porque mi esposo me dio pastillas para dormir. A los 21, me separé. Un dentista quiso violarme; me defendí físicamente. Le tengo miedo a los médicos», refirió.

La paciente retornó a una 3<sup>o</sup> cita al cabo de cinco meses, por una recaída. Su actual esposo le había sido infiel. La paciente estaba casada con Juan, un hombre 12 años menor. Antes de la boda, ella le advirtió que padecía de fobia al sexo. El hombre aceptó ese tipo de «matrimonio blanco». Más adelante, la mujer, comprendiendo que él tenía necesidades sexuales, le dio permiso para tener relaciones fuera; incluso, le recomendó abordar a una cierta mujer. El hombre aceptó la propuesta y salió a buscar a la señalada. Cuando regresó a casa, le increpó a la esposa que su consejo no había sido bueno. Quedaron en paz. «Él es bueno. No quiero perderlo», agregó.

Mucho más adelante, ella descubrió que él tenía una amante hacía cinco meses. Esta relación secreta sí la puso mal. «Siento odio. Me ha pedido perdón». Se reconciliaron. Finalmente, preguntó si acaso ella no era femenina. Le aclaré que la frigidez no le quitaba la feminidad. Se sintió muy aliviada.

**Engaño.** En inglés tiene 20 acepciones: *fraud, betrayal, imposture, double-cross, trick, deception, desilusion*, entre otras; en francés, *tromperie*; en latín, *error*. Este concepto es mucho más amplio que el de adulterio e infidelidad. Va más allá de lo sexual y sentimental. Significa mentir con fines de manipulación. De los casos que he visto en mi práctica profesional, estos son algunos:

- Comprometerse sin declarar que se padece de una enfermedad mental que afectará al matrimonio y a la familia.
- Ocultar al novio que la hija padece de esquizofrenia.
- Casarse embarazada de otro hombre.
- Casarse ocultando que se ama a otra persona.
- Iniciar una relación de convivientes sin aclarar que ya se tiene hijos.
- Ponerse de novio con una mujer sin comunicar que se es homosexual.
- Casarse por conveniencia económica.

Una joven profesional (29) acudió a la consulta por una reacción ansioso-depresiva. La familia del novio le había ocultado que este padecía de trastorno bipolar. Le indiqué antidepresivos y la atendí semanalmente en el periodo de agonía de la relación hasta que ella la terminó.

Una mujer casada (35) consultó por pesadillas recurrentes. Ya en la primera entrevista confesó que los tres hijos nacidos durante el matrimonio no eran del esposo, sino de su jefe.

Un hombre (40) acudió al hospital Hermilio Valdizán a pedir la historia clínica de su esposa. Ella había desarrollado un cuadro de esquizofrenia paranoica que, en el pasado, fue tratado en el hospital. Se le dio el documento como interesado legítimo que era. Entonces, confirmó sus sospechas: Se había casado con una paciente con esquizofrenia que antes había sido internada por crisis psicóticas. La familia de ella se lo había ocultado.

Rina (33) acudió, acompañada de su esposo Mauro (39), para atención médica, debido a ansiedad, depresión y somatizaciones. Todo empezó en el viaje de luna de miel. Ya en el avión, presentó el primer ataque de pánico; luego, en el balneario, acusó repentina frigidez. De regreso a la ciudad y al trabajo, los síntomas se mantuvieron; además, reapareció un viejo insomnio, parálisis del sueño y dolores osteomusculares difusos generalizados. Se le prescribió antidepresivos, ansiolíticos, descanso laboral y régimen higiénico dietético. Con estas medidas, hubo mejoría significativa. Luego de algunas citas de control, se dio el alta. Al cabo de dos años, reapareció en un mar de llanto. El marido la había abandonado y pedido el divorcio, porque descubrió que ella era adicta al casino. Ya de enamorados, él le había advertido que no se casaría con una persona que fuera ludópata. Ella ocultó su adicción al juego, a fin de poder casarse. Durante el noviazgo, contrajo fuertes deudas, debido a su compulsión por la apuesta. Su familia de origen tuvo que ayudarle a pagar las tarjetas por decenas de miles de dólares. Cuando se casó con Mauro, la conciencia la acusaba, ya que lo estaba engañando. Toda la angustia se tradujo en la diversidad de síntomas, señalados arriba.

A veces el engaño se vuelve en contra del engañador. Mujeres que se casan sin amor por librarse del yugo paterno, descubren, con rapidez, que han pasado de Guatemala a «Guatepeor».

Una mujer [29] se casó a los cuatro meses de conocer al hombre [31]. «Fue para librarme de mi papá», enfatizó. Rápidamente, descubrió que su flamante marido era drogadicto, infiel y maltratador. «Viví un infierno de siete años». Se divorció. Viajó a Estados Unidos. Allí repitió la historia de casarse en busca de la seguridad de un hombre. A sus 36, contrajo matrimonio rápido con un estadounidense [49]. Poco después, el marido fue arrestado por tocamientos indebidos a una menor y recibió cuatro años de prisión. Entonces, ella regresó al Perú. Cuando el hombre salió de la cárcel, vino a buscarla a Lima. Reanudaron la vida en común, pero ella sintió que ya había una seria distancia afectiva. Cuando consultó, tenía 50 años y estaba con depresión. Reconoció que había vivido mal.

Qué distinto es el caso de un matrimonio honesto basado en el conocimiento y el amor. Una persona puede casarse con alguien que sufre de una enfermedad mental, siempre y cuando se revele la verdad.

Fritz, un alemán [50] en el Perú, se enamoró de Fernanda [37], una bella peruana que padecía de esquizofrenia. Fuera del cuadro psicótico, la paciente era graciosa y cultivada, tenía instrucción superior y hablaba inglés fluido. Ella también estaba enamorada y habían planeado casarse. Los padres de ella, ancianos jubilados, se preocuparon de que el extranjero supiera acerca de la enfermedad de la hija antes de casarse y llevársela a Alemania. Se arregló una cita conmigo para las aclaraciones clínicas correspondientes. Expliqué al novio lo que era la esquizofrenia: una enfermedad crónica, incurable y progresiva. También que Fernanda, era resistente a los medicamentos; el único que la controlaba era clozapina, aunque con potencial de anemia aplásica (destrucción de las células formadoras de la sangre). Así, debía controlarse los glóbulos blancos periódicamente. Si la llevaba a Alemania, debía entregar mi informe a un psiquiatra con acceso eventual a una clínica de internamiento. Le dije que a los 37 años es más difícil embarazarse. Durante la eventual gestación de Fernanda, convenía suspender la clozapina, para no afectar al embrión, aunque con ello aumentaba el riesgo de recaída. En ese caso, podría servir el tratamiento electroconvulsivo. También le respondí que la probabilidad de tener hijos con esquizofrenia crece cuando la madre sufre de esquizofrenia. El alemán asumió todos los riesgos e inconvenientes. Al tiempo, los padres comunicaron que Fernanda y Fritz se habían casado felices (mostraron fotos alegres de la boda) y que habían viajado a Alemania a vivir. No supe más de ellos.

El engaño es inmoral, porque significa apropiarse de la libertad del otro. Sin embargo, conviene matizar: ¿Es inmoral que un hombre ya separado oculte que inició relaciones románticas con otra mujer? La verdad para ser virtud debe satisfacer tres condiciones: ser amable, oportuna y útil.

Del caso anotado arriba, Mauro se separó de Rina, porque, además del engaño con la ludopatía, ella era poco remunerativa en las expresiones de afecto. Hubo dolor y sufrimiento en los dos, porque se querían. Ella cayó en depresión y empezó un tratamiento psiquiátrico y psicológico, lo que pronto dejó. No tenía hijos. Cuando él pidió el divorcio, Rina no se lo concedió «porque no se sentía preparada». En el ínterin, él conoció a una extranjera con quien inició una relación amorosa muy satisfactoria, enfatizó en una de las entrevistas individuales posteriores. Entonces, preguntó si debía contarle a su esposa acerca de su nueva relación. Indagué si esa revelación ayudaría a las partes; lo confronté con los criterios de amabilidad, oportunidad y utilidad. Al final, él admitió que esa revelación no sería amable, oportuna ni útil.

Una forma patológica de engaño es la mitomanía, la compulsión a decir mentiras de manera gratuita. Es el caso de un hombre que alardeaba ser casto ante su flamante enamorada, cuando sus allegados sabían muy bien que era un donjuán.



*Autoengaño.* Muchas mujeres fingen orgasmos para complacer a los hombres: es engaño. Pero hay quienes, honestamente, creen tener orgasmos múltiples, cuando solo experimentan sensaciones sensuales diversas. En este último caso, se trata de un autoengaño. Otra confusión femenina es experimentar como libido las necesidades afectivas insatisfechas.

Una mujer (40), que sufría de depresión recurrente, cuadro clínico que suele disminuir y hasta anular el deseo sexual, señaló que siempre había tenido la libido elevada, aun en los episodios de disforia graves. «Los médicos no me creen», acotó. Su matrimonio era disfuncional y las relaciones sexuales con el marido habían cesado por años. Tenía, en cambio, un amigo cariñoso con quien sostenía relaciones sexuales furtivas. En la niñez y la pubertad, había sido abusada sistemáticamente por el mayordomo de la casa. Sus padres no le dieron amor, atención ni protección. El único «afecto» que conoció fue el del hombre que se aprovechó de ella. Ya casada, en los periodos de soledad y carencia de amor por parte de su marido, extrañaba al mayordomo, porque, para ella, sexo era sinónimo de amor. En ese sentido, se engañaba al experimentar sus necesidades de afecto como libido alta.

*Mentirijillas.* En las parejas suelen darse «mentiras blancas» o «mentiras piadosas». Se trata de pecados veniales para no herir al otro. Por ejemplo, si alguien casado se encuentra con la ex y tiene una charla honesta acerca de cómo les va en sus respectivas vidas, comentar ese encuentro al cónyuge podría ser enojoso. Resultaría conveniente no referir tal encuentro. Sin embargo, este autor piensa que una pareja madura lo conversaría tranquila y productivamente.

Una paciente (29) ocultaba a su esposo (30) que asistía al psiquiatra. «No quiero que él y su familia se enteren y piensen mal de mí», enfatizó. Habló de prejuicios contra los pacientes psiquiátricos. Sin duda, se trataba de una pareja a la que le faltaba desarrollar mayor intimidad. Con el paso del tiempo, se separaron. Solo cuando hablaron con sinceridad, volvieron a unirse a través de una terapia de pareja.

Otra función de las mentirijillas es mantener la ilusión del amor. Después de años de convivencia, decir al cónyuge: «Sigo enamorado de ti como el primer día» es gentileza para hacerle sentir bien y, así, sentirse bien uno mismo.

En una posición extrema, en el cancionero popular suele decirse: «No puedo vivir sin ti» o «mi vida empezó cuando llegaste tú». Se trata de frases que, en el fondo, revelan indigencia vital, una eventual carga para una pareja libre de neurosis.

## 1.2 SITUACIONES LÍMITE

Existen escenarios que, si bien no constituyen sexo extramatrimonial, rozan la infidelidad y crean zozobra en la pareja.

**Recordar a la ex.** Algunos terapeutas consideran que constituye infidelidad guardar fotos, correos y regalos de la pareja anterior, cuando ya se tiene una nueva relación seria, es decir, de enamorados consentidos, novios, convivientes o casados. Agrava el hecho, si se mantiene comunicación o encuentros secretos o furtivos. Lo saludable es que cuando uno se compromete, rompe con todo el pasado sentimental y deja atrás objetos del amor anterior: fotografías, cartas, prendas, etcétera.

Rubén (30) guardaba fotos de su ex en su celular, mientras sostenía una relación de tres años de enamorados consentidos con Lucrecia (26). Además, las tenía publicadas en el Facebook y, eventualmente, conversaba con su anterior amor. Lucrecia le había pedido, a lo largo de esos años, que borrara tales fotos; se lo había solicitado de varios modos, con buenos modales, pleitos y hasta con llanto; en particular, se sentía rebajada con la publicación en la red social. Pero él se negaba tercamente a borrarlas y, más bien, la tildaba de «insegura». Así, Lucrecia llevó a Rubén a la consulta, para que yo mediara en la situación. En efecto, él se mostró reacio a borrar las fotos. Después de escucharlos durante 40 minutos, les pregunté, de súbito, cuándo se casarían. Respondieron que no lo tenían pensado. Entonces, pedí quedarme a solas con Rubén. Le pregunté: «¿Por qué te cuesta tanto darle gusto a tu enamorada en un tema tan pequeño? ¿Es que no piensas casarte con ella?». Permaneció tercamente callado. «Si es así, sigue con las fotos en Facebook, para que ella rompa contigo», agregué. En el cierre conjunto, les dije que, si no podían resolver un tema baladí, mucho menos podrían acordar temas matrimoniales. «Tres años de enamorados es tiempo suficiente para comprometerse, máxime si son profesionales, trabajan, tienen ingresos económicos de interés y no hay ningún impedimento para casarse», señalé. Dejé como tarea que reflexionaran si acaso el tema de las fotos era una forma de no querer casarse. Al despedirlos, citados para un mes, ella preguntó: «¿Y si todo sigue igual?». Repuse: «En tal caso, vienes tú sola». A los seis meses, ella regresó llorando, debido a un pleito de motivo secundario. En el diálogo para aclarar la causa de fondo, reconoció que Rubén, aunque había eliminado las fotos en la mencionada red social, no daba un solo paso para comprometerse con ella, en esos ya 3,5 años: ponía todo tipo de pretextos para no casarse. Confirmó mi intuición de la primera cita: miedo al compromiso. Al cabo de 4,5 años de relación, ella descubrió el engaño de fondo: Rubén era homosexual. Fue así que, entonces, decidió terminar.

Diferente es el caso de varones vueltos a casarse que deben ver a la ex en favor de los hijos menores del primer hogar. Un problema por esta situación son los celos irracionales de la nueva esposa. Esta deberá entender que los niños están por encima de los intereses mezquinos de los adultos.

**Fantasías sobre una tercera persona.** ¿La fantasía sexual sobre terceras personas constituye una forma límite de infidelidad? Dice el cristianismo que sí; invoca el versículo bíblico: «Todo el que mira a una mujer deseándola, ya cometió adulterio con ella en su corazón». <sup>6</sup> No obstante, es un hecho que muchas parejas juegan, durante el coito, a verbalizar fantasías de relaciones con terceras personas.

Una mujer provinciana (22) participaba de manera algo pasiva de la fantasía sexual de su conviviente, un policía (30) celoso y dominante. Tenían tres hijos. El juego consistía en responder, durante el acto sexual, que ella había estado con otro hombre, para lo cual debía fabricar detalles excitantes para él. Un buen día, ella conoció a un joven profesional (29) que le resultó atractivo al punto de enamorarse. Sostuvo el romance muy en secreto y tuvo una relación sexual intensa. A la noche siguiente, durante el coito con el esposo, ella le refirió su aventura con todos los detalles reales. Una vez más, el hombre gozó de lo que creía era una fantasía... y ella desarrolló la ilusión de que no había sido infiel, porque le había sido «sincera».

**Ensueños eróticos.** Aunque los ensueños de comercio carnal con tercera persona no constituyen adulterio, algunos psicoanalistas lo ven como una probable falta de fidelidad... para consigo mismo. Señalan que el hombre que de continuo tiene sueños eróticos con otra persona es porque ya no desea tanto a la esposa, pero que continúa con esta por razones sociales, familiares, económicas, neuróticas o por puro cariño conyugal.

**Masturbación.** Algunas damas se decepcionan cuando descubren que el marido se masturba en secreto. Le interpelean si acaso ella ya no es atractiva, suficientemente mujer o ya no la aman. Toman el hecho como infidelidad, «pues él está mentalmente con otra». ¿Es dable definir la masturbación como una forma de infidelidad? No. Se trata de una válvula de escape, incluso para adultos con pareja. Un gran porcentaje de personas casadas se masturban. Ello obedece a que el onanismo satisface la fantasía sexual que toda persona lleva consigo. De hecho, la masturbación es una experiencia más intensa que el coito. Nadie, por bella y gran amante que sea, puede satisfacer al otro de modo absoluto. Hay un componente auto-erótico en cada persona que solo ella misma puede satisfacer consigo misma. Conviene aclarar que la masturbación en pareja es -hablando con propiedad- una forma de relación sexual.

Una profesional (35) refirió que con su marido (45) tenían relaciones sexuales de masturbación mutua, exclusivamente. Aparte, el hombre también se masturbaba en solitario. Naturalmente, no tenían descendencia. Ella aseguraba haber asumido un matrimonio sin hijos. No obstante, luego de la primera sesión terapéutica, soñó que cargaba a un bebé. En la segunda consulta, se discutió ampliamente la súbita emergencia de aspiraciones maternas, inhibidas en el subconsciente mediante los mecanismos de racionalización e intelectualización. Meses después, ella planteó la separación y, más tarde, se divorció. Entonces, se dedicó a buscar el amor, pero sufrió decepciones. Años más tarde, se reconcilió con su ex y volvieron a casarse.

### 1.3 DELITOS Y PSICOPATOLOGÍA

Hay situaciones de adulterio que, por la gravedad de los hechos, merecen una definición más específica: delito o psicopatología. El abogado y el psiquiatra no se concentran en la infidelidad, sino en las afrentas mayores o la enfermedad.

**Maltrato.** Muchas veces, el adulterio es solo parte del delito de violencia doméstica. Lo fundamental es la destructividad.

Karina (33) consultó por estrés con depresión y ansiedad, debido a violencia física y mental ejercida por su esposo Hugo (31), durante todos los años de matrimonio. Había dos niños pequeños angustiados ante las escenas de violencia doméstica. El hijo mayor se aferraba al pantalón del padre y le repetía suplicante: «Te quiero, papá». El marido era, en realidad, un psicópata que golpeaba a la mujer con patadas y puñetes que dejaban moretones. La insultaba y amenazaba con publicar en las redes sociales fotos de ella desnuda, hacerle escándalo en el trabajo y llevarse a los hijos. La obligaba a tener relaciones sexuales contra su voluntad. Karina era una mujer tímida que no había comunicado su drama a nadie, por miedo, vergüenza y una mal entendida esperanza de armonía. Por el contrario, publicaba en su Facebook fotos de un matrimonio feliz. Trabajaba y mantenía el hogar, mientras que el hombre, un vago, se paseaba con mujeres en el auto de ella. Hugo aprovechaba que era bien parecido, alto y de encanto superficial para ligar féminas. Muchas veces, no pernoctaba en el hogar. Otras veces, Karina, al regresar del trabajo, había encontrado en casa a su marido con el amorío de turno riendo en el sofá de la sala. Después de varias sesiones de psicoterapia, ella empezó a considerar la separación y el divorcio. Lo que derramó el vaso fue que un día él la ahorcó hasta desmayarla; en nuestra sesión, se aclaró que había podido morir. Fue, entonces, que comunicó su drama a sus padres y suegros. Dejó el trabajo y huyó con sus hijos a su tierra natal. Los padres de Hugo se pusieron del lado de Karina y los niños. La reacción de este fue violenta, insultó y lanzó amenazas horribles contra todos. A su padre, le mentó la madre. El abogado contratado por

Karina, un hombre con discapacidad física, también fue amenazado. Hugo fue a la provincia a buscarla... acompañado de su amante del momento.

Afortunadamente, la paciente y los niños ya tenían la protección de las autoridades. El proceso de separación legitimada, con garantías personales y solicitud de custodia de los hijos, se había iniciado.

**Neurosis.** Otras veces, la conducta adúltera es expresión de una vida desorganizada y promiscua, producto de la depresión crónica y el consumo de alcohol, afincada en una infancia de violencia.

Enrique (37) consultó por depresión con ideas de suicidio. La tendencia autodestructiva era familiar: dos de sus hermanas habían intentado matarse, una de ellas era alcohólica. Provenía de un hogar, en el que el padre alcohólico ejerció gran violencia contra la madre y los hijos. A los 16 años, Enrique tuvo un hijo; a los 19, otro. Las convivientes lo dejaban o él las dejaba para estar con otras. Luego de la tercera consulta, se le transfirió a un hospital, para su internamiento, dadas las persistentes ideas suicidas y la resistencia a los antidepresivos potenciados con quetiapina.

**Bigamia.** Quien sin divorciarse vuelve a casarse, cae en delito y no tanto en adulterio. Se trata de una afrenta legal contra las personas y el estado de derecho en Europa y América. Puede haber concurrencia de delitos: contra la familia, falsedad ideológica, estafa, abuso, contra la fe pública, etcétera. Los estados solamente reconocen el primer matrimonio. Únicamente, en casi toda África, se consiente la bigamia.

En el Perú, el Registro Nacional de Identidad y Estado Civil (RENIEC) denunció 911 casos acumulados de bigamia, en agosto de 2017. RENIEC notifica a las partes para que regularicen su situación. Su Procuraduría es la que inicia las acciones legales por falsedad ideológica, mas no por bigamia. Entre enero y junio de 2018, se detectaron 75 casos nuevos en Lima.<sup>7</sup> En un caso particular que atendí, el bigamo explicó que lo hizo por amor a la nueva mujer.

Un varón (50) casado y con cinco hijos contrajo matrimonio con una mujer de provincia ocultando su estado civil primigenio. «Estaba enamorado y no veía otra manera de procurar su amor», se justificó. Cuando ambas mujeres descubrieron el delito, la segunda se separó con el hijo producto del engaño; por su parte, la primera aceptó al hombre de vuelta al hogar. Ninguna lo demandó judicialmente.

**Prostitución.** Algunas mujeres casadas ejercen el meretricio, a fin de sostener a la familia. Con el consentimiento o no del marido, la categoría no corresponde con propiedad a adulterio, sino al del oficio más antiguo del mundo.

**Pederastia.** Si una persona casada tiene relaciones sexuales con un niño, cae, no con exactitud en adulterio, sino en delito. En el Perú, en mayo de 2018, se aprobó la cadena perpetua para los violadores de menores de 14 años.<sup>8</sup> La Ley 30838 se promulgó el 4 de agosto de 2018.

**Estupro.** La atracción que experimenta un adulto por los adolescentes toma el nombre de efebofilia. El estupro (en inglés *statutory rape*) es la relación sexual consentida, mediante engaño, seducción con adolescentes. No hay violencia, pero sí aprovechamiento de la inmadurez de la víctima. Constituye delito. En muchas legislaciones, se considera que el

menor de edad no tiene voluntad jurídica; por eso es violación estatuida, es decir, relación sexual sin la voluntad del otro.

La novela del ruso estadounidense Vladimir Nabokov, *Lolita* (1955), muestra las obsesiones eróticas del adulto Humberto por Dolores (12), su hijastra. La obra fue llevada al cine por Stanley Kubrick, en 1962.

**Violación sexual.** Si un hombre casado toma sexualmente por la fuerza a una mujer, la justicia no trata el asunto como adulterio, sino como un hecho criminal. En el Perú, se castiga con carcelería de 14 a 26 años, sin beneficios penitenciarios; Por cierto, tomar a la esposa sin su consentimiento también es violación.<sup>8</sup>

**Incesto.** Cuando un hombre casado se relaciona sexualmente con la hija, tampoco se trata de adulterio, sino de una situación patológica. Y si la hija es menor de edad, ya es un hecho claramente criminal. En los pocos casos que he atendido, he observado que la madre había cesado las relaciones sexuales con el marido. La literatura psicoanalítica señala lo mismo. Estas situaciones son de muy difícil manejo para cualquier terapeuta. Pero en la recta aplicación de la ley, al hombre le corresponde la cárcel; al resto de la familia, la protección del Estado.

Una mujer del distrito populoso de Huaycán acudió angustiada al hospital Hermilio Valdizán en busca de orientación urgente. La hija (15) se había escapado de la casa, luego de haber sufrido violación por parte del padre borracho y de que la madre no reaccionara ante el pedido de «bota a ese hombre de la casa». «Doctor, ¿cómo boto a mi marido, si tengo otros hijos menores?». La mujer dependía económicamente del hombre y no quería denunciarlo en la comisaría para llevarlo a un juzgado penal.

La psicoanalista argentina Estela Welldon<sup>9</sup> destaca que el incesto madre-hijo no ha recibido la misma atención que el de padre-hija.

**Gerontofilia.** Si una persona joven o adulta siente atracción sexual por los ancianos y se procura una relación extramarital, se trata de gerontofilia más que nada. La atracción por un varón extremadamente mayor se llama *alfamegamia*; la atracción por una mujer extremadamente mayor, *matronolagnia*.

## 1.4 TIPOS DE ADULTERIO

Se clasifican según el tiempo transcurrido con la tercera persona. Básicamente, son tres: aventura, amante y hogar paralelo.

**Aventura.** Se define también como *affair* o amorío. Es pasajera, dura una noche o máximo algunos días. Antes del sida, algunos psicólogos eran contemplativos con la aventura sexual. Decían «una canita al aire no daña a nadie» y, agregaban, «por el contrario, hasta podría oxigenar el matrimonio». Recomendaban no confesarlo a la pareja, porque eso sí malograría la relación. Sin embargo, he observado que los varones juzgan como más satisfactorios los coitos con la esposa que con la aventura. Con la epidemia del sida, las costumbres sexuales cambiaron en el mundo. Hubo una disminución de las aventuras sexuales, en particular, entre

las personas que no gustan de utilizar condón. La incidencia de la mencionada enfermedad de transmisión sexual ha disminuido en el mundo recientemente.

**Amante.** «Es la persona que mantiene con otra una relación fuera del matrimonio». <sup>10</sup> El caso de la soltera que mantiene relaciones sexuales y sentimentales con un casado es más frecuente que el de casada con soltero. Este tipo de infidelidad es más estable que la aventura, dura meses o años y no engendra hijos extramatrimoniales. Los viejos psicólogos aseguraban que tener una amante revela una patología en la relación marital; en tal caso, es importante comunicarlo al cónyuge. No obstante, este consejo, que yo sepa, nadie lo sigue. Normalmente, la traición no se revela, se descubre. En nuestra cultura, a la amante suele llamársele la querida, la otra, ¿pero al amante?

El psiquiatra César Rojo relató que, en una ocasión, luego de atender a un matrimonio con problemas de pareja, acudió un segundo varón con la siguiente presentación:  
«Doctor, yo soy el otro».

**Hogar paralelo.** La forma más dura de adulterio es la existencia de una segunda familia en paralelo, es decir, con hijos adulterinos. En la mayoría de casos vistos por mí, la esposa legítima se entera que el marido tiene otra mujer e hijos, después de varios años. La relación del varón con las dos mujeres tiende a perpetuarse. Así como los hijos matrimoniales unen a los padres matrimoniales, los hijos adulterinos unen a los padres adúlteros. El futuro del matrimonio legítimo depende de lo que acuerden las partes. Una solución es la ruptura con la segunda mujer; otra, la separación legal y, finalmente, el divorcio. La perpetuación del hombre con los dos hogares constituye la disfuncionalidad *ad infinitum*. Presento dos casos, donde uno de los varones se allanó a romper con la amante; el otro se aferró a las dos mujeres:

José (48) llevaba ocho años de una oculta relación adúltera y un adulterino (7). Fue descubierto por su esposa Rosaura (45), a raíz del comentario casual de una amiga. Acudieron a mí. José aceptó dejar a su amante, pero seguir viendo al niño. Rosaura consintió. Entre otros acuerdos, se arregló enviar la pensión al adulterino a través de un depósito bancario y verlo en el parque bajo la mirada de la esposa. Hubo reconciliación.

Marta (40) descubrió que su esposo Alfonso (40), con quien tenía un hijo de ocho años, había formado un segundo hogar hacía ocho años. Fruto del adulterio, había una adulterina (7). Cuando el matrimonio legal acudió a mi consulta, ella pidió que él se separara de la segunda mujer, pero él no quiso. Pese a la tenaz negativa de Alfonso, la esposa no planteó el divorcio. Se encasillaron en sus posiciones. No fue posible establecer un objetivo terapéutico común y dieron por terminada la terapia antes de tiempo. Ese matrimonio se entregó a una vida de reproches, pleitos y golpes.

## 2. El problema

---

*Hemos sido hechos para amar y volver a amar*  
(Helen Fischer)

El adulterio es milenario. Pese a los juramentos de fidelidad realizados ante el altar, la ley, las familias y la sociedad, hombres y mujeres faltan al matrimonio. El adulterio causa dolor y muchas veces lleva a la disfunción matrimonial o al divorcio. Entonces, ¿por qué se incurre en este desliz tan frecuentemente? Aún más, ¿por qué se ha incrementado durante el siglo XX?

Las cifras estadísticas dependen de cada sociedad. Los factores asociados al adulterio, tales como tiempo del matrimonio, edad de los cónyuges, distribución del poder económico, religiosidad, etcétera, son particulares de cada cultura.

Lo que sí constituye una constante es que los varones de todos los países son más infieles que las mujeres. Por ejemplo, en España 2014, el 30 % de las parejas eran infieles, donde 35 % correspondía a ellos y 25 % a ellas.<sup>11</sup> Cabe mencionar que hay una tendencia evolutiva hacia la paridad de ambas cifras. Con el paso de las décadas en el siglo anterior, las generaciones se han tornado progresivamente más liberales e infieles.

Siendo el adulterio tan frecuente, una pregunta esencial es si acaso obedece a pulsiones naturales, a un apetito sexual que se renueva de modo permanente y a un instinto promiscuo que, sin embargo, es inhibido por restricciones éticas. O acaso lo natural es la monogamia y muchas personas la quiebran por motivos neuróticos, machistas y egoístas. En las siguientes páginas, se abordan aspectos diversos del problema: el deseo y la condena, los retos a la fidelidad, facilitadores y frenos para el adulterio, y la lucha entre el instinto y la moral.

### 2.1 DESEAR A OTRA PERSONA

«Estoy enamorado de una jovencita en mi trabajo y la deseo. Es la tercera vez que me pasa en mis siete años de matrimonio. ¿Es que soy un mujeriego?», consulta atribulado por su conciencia un hombre (40), al que llamaré Daniel. La esposa, a quien llamaré Brigitte (43), ignora este *affair*; y la jovencita (22), que él es casado y tiene un hijo de tres años. Está, pues, mintiendo a dos mujeres.

Daniel se encuentra atrapado en un conflicto moral. No se trata de un problema médico psiquiátrico, precisamente. Las pruebas de psicometría, Test de Beck para Depresión y Test de Zung para Ansiedad, no revelan trastornos emocionales. Tampoco se percibe un problema de personalidad.

Es más, este hombre es un profesional de las ciencias humanas, inteligente, cultivado. Su formación cultural le dice que el ser humano es polígamo por naturaleza, pero ese conocimiento intelectual no le ayuda a acallar su conciencia. Valora la literatura y el buen cine. Trabaja para una empresa ambientalista y es sensible a los problemas de la Tierra y la

humanidad. En otras palabras, se trata de una persona normal superior con un problema común.

El consultante acordó llevar seis sesiones de psicoterapia de orientación analítica, para averiguar si él era un mujeriego o si sus infidelidades obedecían, en realidad, a otro motivo subconsciente. En la primera sesión discutimos la definición de mujeriego:

«Hombre que conquista o intenta seducir a muchas mujeres». <sup>5</sup> Analizamos su vida amorosa y concluimos que no encajaba en ese tipo de varón. En las siguientes sesiones, aclaramos que, más bien, era un hombre enamorado desde su vida de soltero. Tímido como era, solo tuvo tres enamoradas: una tras otra, antes de casarse. Esas relaciones duraron hasta poco después que se acabaron los sentimientos románticos. Se casó enamorado de Brigitte, quien salió embarazada a los meses. Con el correr del tiempo, los sentimientos románticos disminuyeron, tal como ocurrió con sus enamoradas. Pero esta vez surgió el amor conyugal. Con ese sentimiento de apego por la esposa, después de un tiempo, se sintió atraído por otra mujer. La conquistó y la tuvo de amante hasta que pasó el enamoramiento; además, terminó esa relación porque esta le exigía que se divorciara. Daniel admiraba a su cónyuge, no concebía la vida sin ella y sin su hijo. Luego, tuvo otra amante por semanas. Esta vez, la esposa descubrió el engaño. Tuvieron una crisis. Fueron a terapia de pareja, pero la abandonaron pronto. Daniel no deseaba una separación, menos un divorcio, a cambio de una aventura. En particular, no quería que su querido retoño sufriera lo que él en su infancia: de padres separados y una vida de carencias materiales y afectivas. Las sesiones finales estuvieron dedicadas a estudiar el porqué de su tendencia enamoradiza. Descubrimos que afincó en la falta temprana de amor materno. Su mamá nunca fue cariñosa. Desde los cinco años de edad, Daniel vivió con su padre, hombre severo, y con una madrastra mala. Concluimos que padecía de una *sed insaciable del amor femenino*. Esta hipótesis le produjo gran impresión y ya no volvió.

Este caso no es una rareza. Ocurre a millones de hombres. Aman a la esposa, pero se enamoran de una mujer más joven. En el triángulo coexisten el apego por la esposa y el enamoramiento por la nueva mujer. El amor conyugal o apego es un afecto fuerte y duradero. El enamoramiento, en cambio, es pasión intensa pero evanescente, se extingue en unos seis meses en promedio, según las investigaciones. <sup>12</sup> Por eso, los infieles no suelen dejar a la esposa para irse con la amante, menos aún si tienen hijos matrimoniales. Se observa que muy poco divorciados se casan con la amante.

Sobre el enamoramiento, la bióloga y antropóloga estadounidense Helen Fischer <sup>12</sup> enfatiza: «Qué alegría nos produce esta pasión cuando estamos solteros y empezando nuestra vida, cuando estamos divorciados en nuestros años de madurez o cuando nos quedamos solos al ir envejeciendo. Qué confusión, qué pena puede generar esta química cuando estamos casados con alguien a quien admiramos y nos enamoramos de otra persona».

De manera que podemos sentir amor conyugal y, al mismo tiempo, enamoramiento por otra persona. Y, cabe añadir, también deseos sexuales por una tercera. Todo al unísono. ¿Hay antagonismo entre estas tres tendencias? Por lo que observo, no. Verdad que, ahora, el enamoramiento o amor romántico es el gran motivo para casarse (en siglos anteriores, los matrimonios eran arreglados por los padres). Pero ese enamoramiento matrimonial pasa y da lugar a que crezca el apego. Ya casados, el enamoramiento por una nueva persona no tiene espacio legítimo. Todo esto que escribo es válido para nuestra realidad latinoamericana. Intuyo que en Europa la situación es diferente, porque allá los divorcios abundan.



## 2.2 CONDENA AL ADULTERIO

Pese a que coexistan en una misma persona el amor conyugal, romántico y sexual hacia diferentes personas, el adulterio es condenado por la religión, la ley y la sociedad. En ese sentido, la monogamia se encuentra en contradicción con el potencial amoroso de cada ser humano.

Lo que pasa es que la monogamia satisface demandas económico-sociales de raigambre histórica. El modo de producción, el régimen de propiedad privada, las líneas hereditarias de los bienes están basados en la familia monógama. De esta manera, la superestructura social, es decir, la cultura, moral, creencias y costumbres, sirven a la afirmación de la familia monógama.

Por estas razones, la sociedad en su conjunto –Iglesia, juzgados y demás instituciones– condenan el adulterio. Los medios de comunicación hacen escarnio de los deslices de personas famosas. La televisión tiene programas de cotilleo donde la infidelidad de artistas y políticos es puesta al descubierto, para morbosidad pública e incremento del rating. Lo mismo hacen periódicos y revistas, e internet difunde los burlones “memes”.

En todos esos mensajes subyace un residuo del viejo régimen patriarcal. Casi todos los chistes sobre adulterio tratan de varones burlados por sus mujeres; no al revés. En el libro de Martín Camacho,<sup>13</sup> un capítulo dedicado al humor ofrece chistes de infidelidad donde los malparados en su casi totalidad son los varones: machismo puro. Sigmund Freud,<sup>14</sup> anotó que los chistes más exitosos son los sexuales. Desde ese punto de vista, el cornudo representa la ridiculez del varón que no hace respetar su posición social de macho.

## 2.3 RETOS A LA FIDELIDAD

Existen circunstancias que desafían la lealtad conyugal. Sea por viaje del marido, embarazo delicado, parto, cuarentena de posparto o enfermedad de la pareja, los contrayentes deben inhibirse de tener relaciones sexuales o románticas con terceras personas.

**Cónyuge de viaje.** Cuando uno de los esposos viaja, tanto uno como el otro quedan temporalmente más libres para caer en adulterio. Es que el tiempo aumenta la tensión sexual y la distancia facilita el libre albedrío.

Una mujer (30) casada y madre de tres hijos acudió de emergencia al centro de salud de la selva de Atalaya, Ucayali, por hemorragia uterina. Acababa de practicarse un aborto con una comadrona que le puso palos de tejer y lejió en el útero. (En esa fecha, 1983, y al momento de escribir estas líneas, el aborto era y es ilegal en el Perú). Una joven colega del Servicio Civil de Graduandos y yo intervenimos quirúrgicamente para salvarle la vida. Cuando la paciente se recuperó de la cirugía, confesó que su esposo estaba de viaje laboral en Pucallpa y ella había tenido relaciones con un amante furtivo, de quien salió embarazada.

El cinturón de castidad, para tranquilidad de los caballeros que marchaban a Las Cruzadas, es un mito.<sup>15</sup> Hoy, algunas parejas lo utilizan como juguete erótico.

**Parejas disparejas.** En general, los varones desean más relaciones sexuales que las mujeres. Solo una minoría de féminas desea más sexo que sus maridos. Así, resulta que la mayoría de las parejas son disparejas. En tal caso, se recomienda que cada uno haga un esfuerzo para satisfacer al otro. Por ejemplo, él se inhibirá un poco y ella dará más de sí; de esa manera, ambos se acercarán al ideal de la armonía. Pero las parejas con una diferencia grande en el deseo sufren de desdicha en la cama.

**Indisposición de la pareja.** Eventualmente, la pareja debe cesar de modo temporal las relaciones sexuales, por motivos de salud. Aquí, se tiene la oportunidad de expresar consideración amorosa con la abstinencia sexual. Queda el expediente de la masturbación como válvula de alivio.

*Aborto habitual.* En el particular caso de pérdida repetida del embrión, el ginecólogo indica a la pareja la abstinencia sexual en el marco de reposo absoluto que debe guardar la gestante.

*Embarazo.* Los ginecólogo-obstetras modernos no prohíben el coito durante la gestación, salvo que exista una condición médica de riesgo, como el mencionado aborto habitual. Muchos varones no pierden el deseo sexual porque su querida mujer se encuentre embarazada. Es más, a algunos les excitan las gestantes. En cambio, en ellas el deseo sexual es variable. Muchas se sienten inhibidas, porque no se ven atractivas como antes; otras -las menos- aumentan su libido; también están las que no experimentan cambios.

*Psicofármacos.* La depresión suele producir merma de la libido; los antidepresivos y antipsicóticos, también. Estos pueden producir disminución del deseo, menor erección del pene, menor lubricación vaginal, demora en la presentación del orgasmo o completa anorgasmia. Si el paciente presenta dichos efectos secundarios, el galeno puede prescribir el cambio de medicamento. Por ejemplo, suspender el antidepresivo por bupropión o desvenlafaxina. Si no fuera posible, corresponderá al cónyuge mostrar amorosa consideración, mediante la abstinencia sexual.

Un profesional (29) descubrió que su amada esposa (33) le había sido infiel. Cayó en depresión grave con ideas suicidas y ansiedad intensa. Ella también tuvo depresión grave con ansiedad moderada. Ingresaron a tratamiento de pareja. Respecto a medicamentos, se recetó fluoxetina 20 mg más clonazepam 0,5 mg media tableta c/8 h. Empezaron a mejorar, pero él presentó disfunción sexual, por causa del antidepresivo. En cambio, ella no. Como quiera que las relaciones sexuales se habían incrementado de manera significativa durante la crisis, hube de cambiar la fluoxetina por bupropion, para él. Con ello, se recuperó el funcionamiento sexual de la pareja, para beneficio de la reconciliación.

A un paciente (47), adicto a drogas y con trastorno depresivo crónico resistente a los psicofármacos, tuve que prescribir dos antidepresivos más un antipsicótico potenciador (según el protocolo médico). El resultado de las medicinas en su conjunto fue que el hombre empezó a mejorar lentamente en lo anímico, pero hizo disfunción sexual. Las relaciones íntimas -que ya eran pocas por la misma depresión- cesaron. La esposa (42) reclamó. Se le explicó que el tratamiento iba a durar algún tiempo más, antes de intentar un cambio de medicación. Entonces, exclamó: «Pero, doctor, apúrense en curar a mi esposo».

Sin embargo, no todo paciente depresivo que toma psicofármacos padece de disfunción sexual. El antecedente de dicha disfunción con un determinado antidepresivo puede ocasionar

un efecto nocebo (el negativo del efecto placebo) con otro antidepresivo de familia química diferente.

Una mujer (32), con depresión recurrente, desarrolló falta de libido, lubricación y orgasmo, durante el tratamiento con duloxetine (IRNS). En un posterior tratamiento, tomó fluoxetina (ISRS) y creyó haber desarrollado los mismos efectos secundarios, pues en un encuentro íntimo con un ex no sintió nada. Pero cuando se reencontró con el hombre que sí amaba, experimentó excitación, lubricación y orgasmo. Había sido una cuestión de amor apasionado.

**Desviaciones sexuales.** Debe tenerse en cuenta que una de las consecuencias de la abstinencia sexual puede ser la emergencia de desviaciones sexuales. Ocurre en las cárceles, internados y entre religiosos obligados a guardar castidad. Los presos suelen desarrollar homosexualidad. En algunas cárceles se han creado los llamados venustorios que reciben a la esposa del reo, para alivio sexual de este. Los sacerdotes católicos ven emerger pedofilia y son miles los que han caído en pederastia; este problema no ocurre en las iglesias protestantes, donde los pastores tienen permitido el matrimonio. También las religiones orientales recomiendan el matrimonio a sus maestros solteros.

Un gerente exitoso (38) consultó por ansiedad, consumo crónico de tranquilizantes y marihuana. Uno de sus problemas era la absoluta falta de iniciativa sexual de su esposa (37). Aseguraba que él tenía un potencial instintivo de dos a tres coitos por día, mientras que la esposa nunca expresaba necesidad. Así, la desarmonía libidinal era demasiado grande. Un par de veces, él había hecho la prueba heroica de abstenerse por tres semanas. En esos lapsos, ella nunca manifestó deseo alguno. De esta manera, el hombre se agenció dos «amigas íntimas» con las que se satisfacía de modo sistemático, aunque con sentimientos de culpa. El hombre deseaba permanecer casado. Argumentaba que, fuera del déficit mencionado, su esposa era una buena mujer y que el hogar con dos niñas maravillosas marchaba bien. Le receté un antidepresivo e instruí el retiro gradual del tranquilizante. Luego, por su cuenta, despachó a sus amigas señalando que era preferible vivir sin culpa, aunque sexualmente sacrificado. Después de unas pocas consultas, desapareció. Al cabo de un año, regresó avergonzado y traído, literalmente, por sus suegros: Había sido sorprendido fisgoneando a la cuñada con cámara oculta en el baño. La familia ofendida había decidido: 1) Que el paciente tomara un tratamiento para su perversión. 2) Ocultar la verdad a la esposa bajo juramento de grupo, a fin de conservar a la familia nuclear. Le habían dado perdón condicional; pero no sabían que ese voyerismo era debido a una crónica abstinencia sexual. Tampoco sabían que la marihuana -aquel día infausto de la grabación- había relajado sus escrúpulos. El paciente reveló sus antecedentes de fisgoneo en las sesiones de segunda etapa.

## 2.4 FACILITADORES DEL ADULTERIO

La evolución liberadora de las sociedades en el siglo XX incrementó el adulterio. En el mismo sentido, la medicina desarrolló fármacos curativos, anticonceptivos y contra la disfunción eréctil.

**Cambios sociales.** Algunos desarrollos sociales han facilitado el aumento del adulterio, tales como la emergencia de ideologías liberales, su despenalización en muchos países, el incremento mundial de la riqueza, la aparición de las tecnologías de la información y la comunicación, y la comercialización del sexo por internet. El adulterio de las mujeres es menor que el de los varones, pero su incremento ha sido comparativamente mayor, debido

a su incorporación progresiva a la industria y la educación, más independencia económica, derecho al sufragio e ideologías de paridad mujer/varón. Todo acicateado por el movimiento de liberación femenina, bien o mal entendida.

*Web para infieles.* Existe una incitación comercial masiva para el adulterio, en un mundo capitalista que todo lo convierte en valor de cambio. En internet, hay sitios de contacto para infieles. La persona que desea relaciones extraconyugales debe registrarse y pagar una cuota, a fin de obtener el tipo de contacto deseado. Algunas páginas son gratuitas solo para mujeres. La gran mayoría de los miembros son varones. Las webs ofrecen diferentes servicios: parejas, grupos de intercambio de parejas, tríos, galería de desnudos, encuentros para *swingers* (que intercambian pareja), foro de citas, historias eróticas, salas de chat, transmisiones en vivo, webcam, etcétera. Incluye aplicaciones para iPhone y Android, blogs de interés y Messenger. Algunas de las páginas son: Adultfriendfinder, Erotalink, Edenflirt, Micougar, Victoria Milan, Second Love, Gleeden, Fuego de vida, C-Date, Easyflirt, Miaffaire. Todas ofrecen privacidad ante el riesgo de estafa, chantaje o descubrimiento. Se ha dado un caso trágico.

Ashley Madison, una red para encuentros sexuales sin compromiso, fue lanzada en 2001 con el slogan: «*The life is short. Have an affair*» («La vida es corta. Ten una aventura»). Con sede en Canadá, tiene 31 millones de miembros distribuidos en 45 países. En 2012, una ex operaria alegó haber creado cuentas femeninas falsas para Brasil. En julio de 2015, The Impact Team, un grupo de hackers, robó datos personales de 32 millones de adúlteros y los publicó en BitTorrent. En agosto de ese año, el pastor John Gibson (56) al verse descubierto, se suicidó; dejó cartas a su familia y a Ashley Madison. Los familiares señalaron que fue un pecado perdonable.<sup>16-18</sup>

*El adulterio como mercancía.* Un análisis cualitativo del discurso utilizado por los servicios de encuentros sexuales extraconyugales, ofrecidos en internet, encuentra que el adulterio es una mercancía, en el marco de una sociedad de consumo. Algunos de los mensajes verbales y de imágenes son los siguientes:

- «El adulterio busca belleza, jovialidad y sensualidad».
- «El adulterio es consecuencia de la búsqueda de novedades».
- «El adulterio es una licencia para todos».
- «El adulterio es para los hombres responsables».
- «El adulterio es un acontecimiento de los medios».
- «El adulterio es una actividad alabada».
- «El adulterio es una actividad ordinaria, común a los hombres».
- «El adulterio demanda esfuerzo, prudencia, precaución».
- «El placer sexual es una obligación».

Investigadores han hallado que los objetivos de aliento a la infidelidad son mercantiles: promover, fomentar, validar y formalizar el adulterio. Las reglas discursivas son de tipo: «El adulterio es un derecho. Busca lo bello. Es aprovechable».<sup>19</sup>

**Avances de la medicina.** En el siglo XX, varios descubrimientos aportaron a la cura de enfermedades venéreas, mejora de la seguridad anticonceptiva y prevención de la disfunción eréctil.

*Penicilina.* En 1928, Alexander Fleming (Reino Unido, 1881-1955) descubrió el primer antibiótico en la historia. Permitió derrotar al *Treponema pallidum*, espiroqueta causante de la sífilis, enfermedad venérea mortal en siglos anteriores.

*Anticonceptivos.* En los años sesenta, la píldora anticonceptiva, a base de hormonas que bloquean la ovulación desde el cerebro, se difundió mucho por su alta seguridad. Posteriormente, surgieron métodos de contracepción en forma de inyecciones mensuales y trimestrales. Desde 2001, la píldora del día siguiente o píldora anticonceptiva de emergencia, hormona levonorgestrel, (Postinor 2 ® o Plan B ®) estuvo disponible en el Ministerio de Salud, para la población peruana. Tal administración ha sido oscilante, por razones de lucha ideológica entre grupos conservadores versus liberales. Para los primeros el levonorgestrel es abortivo; para los segundos, no. El aborto es prohibido en el Perú. Curiosamente, las pastillas sí se venden en las farmacias comerciales. La hormona impide el embarazo con un alto porcentaje de eficacia, dentro de las 72 horas siguientes al coito.<sup>20</sup> Cuanto más temprano se tome, mayor será la seguridad. La despenalización del adulterio en varios países, desde fines del siglo XX, ha impulsado la fabricación, venta y difusión de los anticonceptivos:

- En 1978, en España, se propuso la despenalización del adulterio, amancebamiento y la venta de anticonceptivos.<sup>21, 22</sup>
- En 2015, en Corea del Sur, la despenalización del adulterio impulsó la industria de anticonceptivos.<sup>23</sup>

*Sildenafil.* En 1998, la puesta en el mercado del medicamento sildenafil (Viagra ®) permitió a los varones, sobre todo a los mayores de edad, mantener la erección del pene durante el coito y, así, superar el temor a una inoportuna disfunción en medio del estrés de la aventura sexual. Sucedáneo fue, en 2003, el vardenafil (Levitra ®). Luego, el tadalafil (Cialis ®) que dura 36 horas contra las cinco de sus predecesores.

## 2.5 FRENADORES DEL ADULTERIO

Los principales factores que frenan el adulterio son las enfermedades de transmisión sexual, el volverse a casar y, en menor medida, la espiritualidad.

**Enfermedades venéreas.** En la década del sesenta, las enfermedades venéreas se incrementaron con la onda del «amor libre». En las siguientes décadas disminuyeron, por reacción social.

La aparición del sida, en 1983, constituyó un freno significativo al adulterio, por el carácter fatal de la enfermedad. En 2021, todavía no hay un tratamiento específico ni vacunas. Los antirretrovirales solamente atenúan la enfermedad<sup>24</sup> y no todos tienen acceso a los medicamentos. Han fallecido millones de personas. En 2020, habían 37,7 millones con la enfermedad.<sup>25</sup>

**Volver a casarse.** Personas divorciadas, por adulterio, vueltas a casarse tienden a respetar su nuevo matrimonio, aunque este les resulta menos satisfactorio debido a los costos de manutención.<sup>26</sup>

**Espiritualidad.** Parece que la espiritualidad frena en algo el adulterio. La religiosidad, no necesariamente.

## 2.6 INSTINTO Y MORAL

El psicoanalista Carl Jung <sup>28</sup> señala que la existencia humana es una lucha entre el instinto inmoral y la norma moral. La insatisfacción del instinto traería ansiedad; pero su satisfacción, culpa.

Sin embargo, en consonancia con mis observaciones, las relaciones sexuales extramatrimoniales no disminuyen el trastorno de ansiedad generalizada. Más bien, tienden a aumentarla. Y respecto a la culpa, el adúltero la experimenta al principio; pero si repite el encuentro infiel, la va perdiendo progresivamente.

Un hombre (65), casado por segunda vez, se involucró con la prima (27) de la esposa, y tuvo como cómplice a la madre de aquella. Al inicio, sintió mucha culpa. Pero la repetición del encuentro adúltero fue mitigando los reparos. Solo experimentó ansiedad al cabo de unos años, cuando la sobrecarga de la amante se convirtió en estrés. Entonces, rompió la relación y cayó en depresión.

En *La dama de las camelias* (1848), de Alexandre Dumas hijo, Margarita Gautier y Armando Duval están enamorados. Ella, cortesana de París, pide prestada una casa campirana a uno de sus amantes, un duque. Armando, al ingresar por primera vez, lo hace lleno de inhibiciones; pero conforme se repiten las citas en la mansión, los reparos se van perdiendo, al punto que un día se sorprende a sí mismo corriendo desnudo y juguetón sin experimentar escrúpulos.



# PARTE II: BASES CIENTÍFICAS DEL ADULTERIO

## 3. BIOLOGÍA DEL ADULTERIO

---

*To be, or not to be, that is the question*

¿El ser humano es o no promiscuo por naturaleza? Esa es la cuestión. Antes de debatir este aspecto trascendental, destaquemos algunas definiciones: <sup>5</sup>

*Poligamia*: «Hecho de estar una persona casada con varios cónyuges. En zoología: Condición de los animales en los que un solo macho se acopla con varias hembras o una sola hembra con varios machos».

*Poliginia*: «En antropología, caso particular de poligamia en el que un hombre está casado con varias mujeres. En zoología, condición de los animales en que un macho vive con varias hembras y las fecunda.

*Poliandria*: «Estado de la mujer que tiene simultáneamente varios maridos».

Ahora bien, ¿el adulterio será expresión de un impulso polígamo del hombre y, en cambio, la monogamia una convención histórico social represiva?

¿Obedecerá la infidelidad a un instinto reproductor? ¿La fidelidad constituye una pulsión animal de protección familiar? No es posible responder a estas preguntas de manera definitiva. Así que revisemos algunos aspectos genéticos, hormonales, neurológicos y etológicos para contribuir a la polémica.

### 3.1 GENES

En 2008, un estudio genético del Instituto Karolinska de Estocolmo relaciona el alelo 334 con el adulterio. Dicho gen es productor de la arginina-vasopresina, hormona cerebral antidiurética

de los mamíferos que se produce durante los orgasmos. El gen de la vasopresina también participa en comportamientos animales como la unión sexual, empatía y confianza. El receptor de la hormona está ligado al sistema de recompensas del cerebro. El estudio de cinco años fue realizado en más de mil parejas heterosexuales, 550 de las cuales eran gemelas. Se reveló que los varones con la mencionada variante genética tienen lazos más débiles con sus esposas; de modo complementario, ellas declararon sentirse menos satisfechas que las mujeres casadas con hombres sin dicha variante genética. Además, los varones con dos copias del alelo 334 tuvieron en su vida más crisis de pareja y esposas más insatisfechas. Los investigadores fueron cautos en señalar que los varones con el alelo 334 no eran menos capaces de amar, sino que tenían más riesgo de infidelidad; de todos modos, puntualizaron que los factores socioculturales tenían más peso en la explicación de la infidelidad. El estudio fue publicado por la prestigiosa revista *Proceeding of the National Academy of Sciences*.<sup>28</sup>

Por otra parte, en 2015, Finlandia dio a conocer un estudio de la variante genética DRD4 asociada a la infidelidad. Participaron 7400 gemelos. El 6,4 % de las mujeres y el 9,8 % de los varones habían tenido *affairs* con más de un compañero sexual en el último año. Las mujeres con la variante del gen AVPR1A resultaron más promiscuas, con un peso del 40 % como factor conductual.<sup>29</sup>

Cabe aclarar que los humanos tendemos a repetir conductas y valores parentales. Por ejemplo, se observa que la separación conyugal es más frecuente en hijos de padres divorciados: asimismo, que el adulterio se da más en quienes tuvieron padres promiscuos. Frente a estos hechos, surge una pregunta metodológica: ¿Funciona más lo aprendido o lo genético? Valgan verdades, siempre es difícil separar los factores causales.

## 3.2 HORMONAS

Las hormonas son factores poderosos en la vida instintiva. La vasopresina y la oxitocina son las hormonas del apego y la monogamia.<sup>30</sup> Fueron descubiertas, en 1953, por el bioquímico estadounidense Vincent du Vigneaud (1901-1978), Premio Nobel de Química, en 1955.

**Vasopresina.** Es una hormona antidiurética. La produce el hipotálamo. La almacena la hipófisis. Se concentra en el locus coeruleus y la sustancia negra. Tiene las funciones de: retener líquidos, mantener la homeostasis, aumentar la presión arterial, modular el estrés y menguar el dolor. Experimentos en roedores indican que la vasopresina induce conductas monógamas; en cambio, su supresión, conductas polígamas. Su producción se incrementa durante la relación sexual.<sup>31</sup>

**Oxitocina.** Es la hormona del parto. Se produce en el hipotálamo. Además, induce comportamientos monógamos; modula conductas sociales, parentales y sexuales; facilita las relaciones de confianza y generosidad. Se incrementa durante el coito. Sus efectos son: excitación sexual, vinculación maternal, disminución del miedo social, aumento de la empatía, mayor concentración plasmática en las personas enamoradas.<sup>32</sup>

**Testosterona.** Las personas con más testosterona son más infieles. Esta hormona, producida por los testículos, está relacionada con la dominación, la agresividad y el apetito sexual. La testosterona incrementa el número de espermatozoides. Por otra parte, puede aumentar o disminuir la producción de vasopresina y oxitocina, dependiendo del nivel hormonal.<sup>34</sup>



### 3.3 NEUROLOGÍA

Se ha observado que los individuos con disfunción del circuito cerebral corteza prefrontal-ínsula-amígdala-cuerpo estriado anterior tienen dificultades para el juicio y la toma de decisiones correctas. La activación de la amígdala se va apagando conforme se repiten los actos incorrectos, hasta convertirse en actos «correctos» para la persona. Cabe preguntarse si el adulterio a repetición es propio de personas con la mencionada disfunción cerebral.<sup>35</sup>

### 3.4 POLIGAMIA ANIMAL

La poligamia es la regla general en los vertebrados con más poliginia que poliandria. Verdad que hay mamíferos y aves que forman una sola pareja para siempre; pero son minoría. Ejemplos típicos de poligamia son el león y el gallo: no permiten que otro macho entre en su harén.

**Poliginia primate.** El chimpancé y el bonobo, nuestros parientes más cercanos, con 99% de genoma humano, practican la poliginia. De paso, hay que mencionar que el bonobo y el humano son los únicos animales en el coito cara a cara. El gorila y el orangután, otros parientes cercanos, con 98 % y 97 % de genoma humano, respectivamente, también practican la poliginia. De manera que ¿seremos herederos de esa promiscuidad primate?

**Genética.** Una investigación estadounidense, publicada en la prestigiosa revista científica Nature, mostró que la conducta polígama de ratones de pantano varió a monógama cuando se les inyectó un virus procesado genéticamente para expresar un gen encargado de codificar la proteína, cuyo nombre es receptor de vasopresina. Dicha proteína trabaja en el *palladium central*, una región cerebral relacionada con la memoria y que regula la sensación de recompensa.<sup>35</sup>

**Monogamia pasajera.** Helen Fischer<sup>12</sup> observa conducta monógama transitoria en muchos animales. La relaciona con la necesidad de crianza. Una vez que los críos se tornan independientes, la pareja parental se separa, para quedar cada miembro listo a un nuevo emparejamiento con ejemplares distintos.

Sea lo que fuere, hay que enfatizar que el hombre –unidad biológica, psicológica y social compleja- no puede adjudicarse de manera mecánica las conductas de los mamíferos. Estos tienen solo dos formas de unirse: en monogamia o poligamia. En cambio, el ser humano tiene muchas más formas de unión y familia (véase en el siguiente capítulo).

### 3.5 NECESIDAD DE ESTÍMULOS NUEVOS

*El muslo de mi mujer ya no me excita; pero si me faltara mi mujer, sería como si me faltara mi propio muslo*  
(Miguel de Unamuno)

La observación del rector de Salamanca señala la pérdida de la excitación sexual con la misma mujer; al mismo tiempo, el apego que crece, precisamente, por la misma pareja. En efecto, a medida que transcurre la convivencia, el atractivo sexual de la pareja disminuye y el amor conyugal se torna demasiado familiar (endogámico, como veremos). La pareja ya no resulta tan excitante como al principio. Es más, la mujer puede haberse tornado más hermosa y él más

guapo; pero el estímulo sexual de uno hacia otro decrece e, incluso, llega a apagarse. Puede haber más apego, pero con tendencia a la fraternidad. Será otro quien encuentre más atractiva a la esposa que el propio marido, y viceversa. «Manzana de huerto ajeno es más dulce», solía decir un colega psiquiatra.

**Teoría del apego.** Desarrollada por el psiquiatra y psicoanalista británico John Bowlby (1907-1990), su libro *Apego, separación y pérdida* (1969-1982) describe la necesidad instintiva de vínculo que tiene el niño con los padres o el cuidador. El apego sirve a la supervivencia y seguridad de la especie. A finales de los ochenta, la teoría se extendió a los adultos, cuyas relaciones son de romance y sexo. El apego también incluye el cuidado de enfermos, débiles y ancianos.<sup>36</sup>

Cindy Hazan y Phillip Shaver<sup>37</sup> identificaron cuatro estilos de apego: seguro, ansioso preocupado, evitativo-dependiente y evitativo miedoso. El apego seguro disfruta de la intimidad y la independencia. Los otros tienen dificultades diversas, al respecto.<sup>37</sup>

El apego disuade de tener sexo con las personas de nuestra infancia. En ese sentido, la excesiva familiaridad inhibe el deseo erótico sobre la persona con quien se comparte la vida. Como el apego es más fuerte que el sexo, la mayoría de infieles tienden a persistir en su matrimonio.

**Exogamia.** Es la pulsión de buscar pareja fuera del grupo. Los antropólogos señalan que, en las culturas primitivas, los individuos buscan pareja fuera del clan. Además, en todas las culturas, el incesto es prohibido, con la excepción de los grupos de poder.

En los animales, también se da la exogamia. Las feromonas la facilitan. De esta manera, ocurre una mayor variabilidad genética. En la monogamia humana, con el correr del tiempo y la mayor familiaridad, la relación de pareja toma cierto matiz endogámico y, por tanto, de menor interés sexual.

**Curiosidad sexual.** Los humanos son primates abiertos a los estímulos nuevos, en todo orden de cosas. Necesitan aprender más y más. Cuando se produce un incendio, los demás animales huyen; en cambio, el hombre se detiene a observar primero. También necesita renovarse; un ejemplo es la moda en el vestir.

En ese sentido, la curiosidad por el sexo opuesto se da todo el tiempo. Ratas macho saciadas sexualmente cesan la cópula con la hembra; pero si se les pone una hembra nueva, con esta retoman la actividad sexual con vigor. Algo similar ocurre con el varón: saciado sexualmente con su esposa, retoma la excitación sexual, si se le ofrece una mujer nueva de su agrado.

**Disposición sexual permanente.** El humano es el único mamífero predispuesto a la cópula todo el año. Mientras los otros tienen épocas de apareamiento nupcial, el hombre está listo de modo permanente. La mujer puede embarazarse en cualquier mes del año; el varón, para ello, está disponible todos los días con sus noches.

Una trabajadora del hospital Hermilio Valdizán tenía dificultades para embarazarse. El ginecólogo indicó el método del termómetro. El problema era que la temperatura le subía siempre que ella estaba trabajando y no en casa. Felizmente, su esposo trabajaba en el mismo hospital. De manera que, cuando el termómetro indicaba ovulación en el centro laboral, ella simplemente le pasaba la voz y ambos se escapaban a un hotel de la zona. Así, ella salió felizmente embarazada.

## 4. ANTROPOLOGÍA DEL ADULTERIO

---

*El pensamiento del hombre del Neolítico tuvo la misma estructura que la del hombre moderno*  
(Levi-Strauss)

¿El hombre primitivo sentía el amor de la misma manera que el hombre moderno? ¿O su naturaleza afectivo-sexual era distinta? Se señala que la respuesta a la pregunta de si el hombre es polígamo por naturaleza debe buscarse en la conducta sexual de los primeros humanos, los salvajes, y no tanto en los civilizados, cuyas necesidades modernas habrían inhibido o deformado sus tendencias instintivas.

El etólogo Desmond Morris <sup>38</sup> (Reino Unido, 1928) advierte que colegir la sexualidad humana primaria a partir de la conducta observada en tribus atrasadas es un error.

En 18 meses de trabajo médico comunitario, de 1983 a 1985, entre los ashánincas de los ríos Tambo, Urubamba y Ucayali, pude observar: matrimonio de varones jóvenes con niñas, adulterio furtivo y, eventualmente, prostitución. Es decir, ¿esas serían las conductas sexuales primarias del humano?

La investigación antropológica evolutiva señala que los primeros humanos fueron promiscuos y que la monogamia es el resultado de una adaptación histórico-social. De acuerdo con el antropólogo funcionalista social Bronislaw Malinowski <sup>39</sup> (1884-1942), la cultura se da en función de las demandas biológicas, psicológicas y sociales. En este sentido, para algunos marxistas, la monogamia responde a la necesidad histórica de mantener la propiedad privada y el Estado.

El humano (*Homo sapiens*) es especie única del género hominos, familia de los homínidos, orden de los *primates*, según la taxonomía del sueco Carl Linneo (1707-1778). El hombre moderno, originario del África, existe hace 200 mil años. Su desarrollo cultural abarca tres grandes periodos: salvajismo, barbarie y civilización.

Los salvajes andaban en grupos en busca de alimento y seguridad. Luego, vino el periodo de la Barbarie con la agricultura y la domesticación de animales que se inicia entre 8000 a 4000 años a. C., según se trate de África, Europa o Asia. La civilización se considera a partir del siglo XV con los grandes descubrimientos, como la imprenta.

Si bien nuestros antecesores homínidos, los grandes simios, son promiscuos, también hay indicios de monogamia en nuestros antepasados antropoides, como el *Australopithecus afarensis* (3,5 millones de años). Asimismo, en nuestro ADN tenemos un gen que codifica conductas monógamas. En ese sentido, cabe pensar que los primeros humanos tuvieron uniones monógamas sucesivas, en función de la crianza del niño. De hecho, la inmadurez del humano al nacer obliga a una prolongada crianza, la que conviene realizar entre dos personas y no solo por la mujer. <sup>12</sup>

## 4.1 DE LA PROMISCUIDAD A LA MONOGAMIA

Para los antropólogos evolucionistas, los primeros humanos fueron promiscuos. En el periodo Salvaje Inferior no existió familia. Las relaciones sexuales eran absolutamente libres entre hombres y mujeres. La familia surge con posterioridad. Según el antropólogo estadounidense Lewis Morgan, aparecen cinco tipos de familia: Consanguínea (incestuosa). Punalúa (tipo raptó de las sabinas). Sindiásmica (hombre y mujer promiscuos). Patriarcal (polígama) y Monógama.<sup>40</sup>

Después de Morgan, se descubrieron otras formas de familia por grupos. Por ejemplo, las descritas por el antropólogo inglés Lorimer Fison en australianos primitivos.

Principales antropólogos evolucionistas:

- El suizo Johann Jacob Bachofen (1815-1887): El matriarcado, 1861.
- El estadounidense Lewis Henry Morgan (1818-1881): Sistemas de consanguinidad y afinidad de la familia humana, 1864; La sociedad primitiva, 1877.
- El escocés John Ferguson McLennan (1827-1881): El matrimonio primitivo, 1865.
- El inglés Robert Briffault (1876-1948): Las madres: Un estudio del origen de los sentimientos y las instituciones, 1927.

**Matriarcado.** Es una larga etapa de predominio de la familia matriarcal. La mujer ocupa un lugar de privilegio y alto reconocimiento en la comunidad primitiva. La poliandria era tomada de manera natural. Los hijos únicamente reconocían a la madre.

Morgan describió la pauta matrilineal como regla primaria de descendencia en la historia de la familia. A partir del estudio de 139 grupos sociales vio, en 1871, que la pauta patrilineal fue posterior. En otras palabras, el matriarcado fue lo primario en la humanidad, a base de lo biológico. Advirtió que los pueblos primitivos eran superiores en algunos aspectos a la sociedad moderna, en relación a colectivismo, fraternidad, colaboración, etcétera. Pensó que la humanidad podría alcanzar en el futuro una forma de organización similar en valores, aunque moderna. Morgan también encontró que el sistema matriarcal precedió al patriarcal entre los indios norteamericanos, lo mismo que ocurrió en Asia, África y Australia. Briffault confirmó los hallazgos de Bachofen con nuevos hallazgos antropológicos.<sup>40</sup>

**Poliginia.** Es un proceso posterior al matriarcado en el que los varones predominan sobre las mujeres. El sistema patriarcal impuesto se caracterizó por la monogamia; pero, en la Antigüedad, con los imperios esclavistas y la mayor concentración de la riqueza, predominó la poliginia solo en las clases dominantes. Las demás clases sociales solo tenían una mujer. Por otra parte, los esclavos tomados como sementales de reproducción de la fuerza laboral no constituían familia.

Hoy, la poligamia es reducida. Puede encontrarse en Arabia Saudita y Emiratos Árabes. No en Túnez, Líbano ni en países musulmanes no árabes como Turquía y Malasia. En la India, la poliginia fue ancestral; hoy está prohibida, con excepción de Bután. Además, en algunas tribus, varios hermanos tienen por esposa a una misma mujer; la razón radica en el régimen de propiedad de la tierra.<sup>41</sup>

En el siglo XIX, en Estados Unidos, los mormones practicaron la poliginia. Recibieron críticas y condenas. Joseph Smith (1805-1844), creador de la Iglesia de Jesucristo de los Santos de

los Últimos Días, tuvo 40 esposas. Fue asesinado en la cárcel a balazos por una turba de más de 200 personas. Muchos renunciaron al mormonismo y siguieron practicando el llamado matrimonio plural. Otros huyeron a Canadá y México. Al entrar el siglo XX, la propia iglesia prohibió la poligamia. Entonces, hubo más disidencias. En 2005, sobre todo en Utah, había 37 000 disidentes; menos de la mitad eran polígamos.<sup>42</sup>

Ricardo Badani Badani (1951) es un peruano que saltó a la fama cuando fue expulsado de Chile, en 1996, acusado de practicar costumbres contra la moral: tenía cuatro esposas. Ya en el Perú, se sumaron dos esposas más. Le dieron un programa en la televisión. Dirigió, con sus mujeres, emprendimientos como venta de lencería y una revista de sexualidad. Viven en Chosica en armonía, según diferentes entrevistadores.

**Monogamia.** Constituye la última etapa de la evolución de la familia y lleva unos tres milenios. Nace en el periodo medio y superior de la barbarie. Su emergencia constituyó la caída del derecho materno. La sociedad patriarcal, la poliginia y el poder de clase se asociaron a la esclavitud y la servidumbre. Los hombres pobres -la inmensa mayoría- debían conformarse con una sola mujer. Fue la primera forma de matrimonio basada en motivos económicos y no en el amor sexual. Más adelante, vendría el matrimonio basado en el amor romántico.

*Monogamia transitoria.* Helen Fischer encuentra que, en 58 culturas, la separación de la pareja se produce al 4º año de matrimonio, cuando tienen 25 años de edad y un hijo. Es monogamia transitoria. Al cabo, pueden formar una nueva pareja. Coincidentemente, en muchas culturas los hijos vienen cada cuatro años. De esta manera, hay variabilidad genética en la reproducción.<sup>12</sup>

**¿Volver a la libertad afectivo-sexual?** Los estudios antropológicos inspiraron en Karl Marx y Federico Engels la idea de una futura comunidad matrimonial libre y moderna. Este pensamiento fue distorsionado por ideólogos burgueses que criticaron la supuesta "comunidad de mujeres". Marx y Engels<sup>43</sup> dieron una respuesta irónica y dura:

«¡Pero es que vosotros, los comunistas, queréis establecer la comunidad de las mujeres! —nos grita a coro toda la burguesía. Para el burgués, su mujer no es otra cosa que un instrumento de producción. Oye decir que los instrumentos de producción deben ser de utilización común, y, naturalmente, no puede por menos de pensar que .las mujeres correrán la misma suerte con la socialización. No sospecha que se trata precisamente de acabar con esa situación de la mujer como simple instrumento de producción».

«Nada más grotesco, por otra parte, que el horror ultra moral que inspira a nuestros burgueses la pretendida comunidad oficial de las mujeres que atribuyen a los comunistas. Los comunistas no tienen necesidad de introducir la comunidad de las mujeres: casi siempre ha existido».

«Nuestros burgueses, no satisfechos con tener a su disposición las mujeres y las hijas de sus obreros, sin hablar de la prostitución oficial, encuentran un placer singular en seducir mutuamente las esposas».

«El matrimonio burgués es, en realidad, la comunidad de las esposas. A lo sumo, se podría acusar a los comunistas de querer sustituir una comunidad de las mujeres hipócritamente disimulada, por una comunidad franca y oficial. Es evidente, por otra parte, que con la abolición de las relaciones de producción actuales desaparecerá la comunidad de las mujeres que de ellas se deriva, es decir, la prostitución oficial y no oficial».

## 4.2 EL AMOR LIBRE

Muchos intelectuales afirman que se puede amar a más de una persona. El verdadero amor es universal, una capacidad amplia que no puede limitarse a una sola persona; una prueba es justamente la promiscuidad en la historia, enfatizan.

¿Pero aquella promiscuidad fue salvajismo? Claude Levi-Strauss <sup>44</sup> ha propuesto que el pensamiento del hombre del Neolítico tuvo la misma estructura que la del hombre moderno. En este sentido, Erich Fromm <sup>45</sup> señala que tanto los hombres primitivos como modernos enfrentan el mismo problema trascendental: cómo superar la separación y lograr la unión:

El problema es el mismo para el hombre primitivo que habita en cavernas, el nómada que cuida de sus rebaños, el pastor egipcio, el mercader fenicio, el soldado romano, el monje medieval, el samurai japonés, el empleado y el obrero modernos. El problema es el mismo, puesto que surge del mismo terreno: la situación humana, las condiciones de la existencia humana.

**Controversia.** Por otra parte, hay investigadores que creen que solo puede amarse a una sola persona en un momento dado. Ya en el siglo XX, las concepciones de Morgan fueron criticadas. Principalmente, Franz Boas atacó el enfoque evolucionista y generalizador.

Sea lo que fuere, la antropología enriqueció la discusión sobre el origen de la familia con los aportes de Émile Durkheim (El suicidio, 1897) y Claude Levi-Strauss (Mitológicas, 1968). Así, Bronislaw Malinowski criticó la teoría freudiana del complejo de Edipo, basada exclusivamente en la familia monógama (Los argonautas del Pacífico Sur, 1972).

**Matrimonio homosexual.** Una de las pruebas finales de la evolución histórica del matrimonio es el reciente surgimiento del matrimonio gay. Verdad que existió en Roma y China antiguas, pero no con el carácter internacional que ha tomado en el siglo XXI. En el 2021, ya eran 30 países que habían aprobado el matrimonio igualitario. El primero fue Países Bajos (2001); el último, Costa Rica (2020). <sup>46</sup> Perú, país conservador y educativamente atrasado (en los últimos lugares de evaluación por el programa PISA: Programme for International Student Assessment), ha rechazado toda pretensión de matrimonio igualitario.

No se comenta aquí la fenomenología del matrimonio homosexual, porque los psiquiatras nacionales no tenemos experiencia clínica de este campo. No hay comunicaciones sustantivas de los expertos en psicoterapia de pareja y familia. Verdad que, a veces, los psiquiatras privados atendemos convivientes y parejas homosexuales en conflicto; pero hasta hoy no se ha realizado un encuentro académico importante de este fenómeno moderno.

## 5. NEUROLOGÍA DEL ENAMORAMIENTO

---

*El amor eterno dura seis meses*  
(ironía popular)

Un hombre se enamora y se casa; luego, ese enamoramiento pasa; entonces, ya casado queda listo para volverse a enamorar de otra mujer. La neurología del enamoramiento incluye neurotransmisores y hormonas que crecen y decrecen, al margen de la voluntad. De allí las ironías sobre la duración del enamoramiento. He aquí una reseña sobre su asiento cerebral y su química.

### 5.1 NEUROANATOMÍA

La investigación del cerebro de las personas locamente enamoradas revela que el núcleo caudado se activa mucho ante el pensamiento, visión o recuerdo de la persona amada. Para ello se han utilizado imágenes por resonancia magnética funcional. El núcleo caudado es una formación cercana al centro del cerebro. Está relacionado con la motilidad corporal. Ahora, se sabe que también se vincula con las funciones de recompensa: excitación sexual y placer, atención y aprendizaje. En las personas enamoradas, muestra reacciones de actividad en proporción directa a la pasión amorosa.<sup>12</sup>

### 5.2 NEUROQUÍMICA

El amor romántico está relacionado con los neurotransmisores dopamina, norepinefrina y serotonina; también con la testosterona y los estrógenos. La dopamina se encuentra vinculada a la atención, motivación, aprendizaje de lo novedoso y la euforia. Su aumento incrementa la testosterona y el deseo sexual. Se produce en el área ventral tegmental y se distribuye en diferentes partes del cerebro. En el amor romántico, el núcleo caudado es el gran receptor. La norepinefrina, derivada de la dopamina, produce euforia, energía, insomnio, pérdida del apetito y la capacidad de recordar estímulos nuevos. La serotonina, neurotransmisor del estado de ánimo, se encuentra disminuida en las personas enamoradas. El aumento de dopamina y norepinefrina disminuyen los niveles de serotonina cerebral y ocasionan obsesión.<sup>12</sup>

**Sistema límbico.** El coito produce en la mujer y el varón cambios neuroquímicos que estimulan la vinculación emocional. El sistema límbico (cerebro emocional) de la mujer es más grande que el del hombre. «Quizás, esto explique por qué ellas se sienten más heridas cuando acaba una relación informal».<sup>47</sup>

**Antidepresivos contra la obsesión.** El enamoramiento tiene un fuerte componente obsesivo, hace pensar todo el día en la persona amada de modo repetido y hasta perturbador. Pues bien, resulta que los antidepresivos mitigan ese amor romántico. Pueden indicarse tricíclicos o inhibidores de la recaptación de la serotonina. *A contrario sensu*, los antidepresivos, como el bupropion, que aumentan la dopamina pueden hasta incrementar el deseo sexual.

Un hombre (30) acudió a la consulta porque estaba tenazmente enamorado de una excompañera de la maestría, quien lo había rechazado. No cesaba de pensar en ella.

La descripción de sus pensamientos y sentimientos de enamorado eran de tipo trastorno obsesivo compulsivo. Le receté el antidepresivo clomipramina (Anafranil®). Al cabo de cuatro semanas, volvió para agradecer que el medicamento había mitigado ese enamoramiento fastidioso y ya podía dedicar su mente a asuntos más productivos.

Un extranjero (34), en el Perú, acudió por síntomas de depresión, ansiedad y obsesión por una limeña que había terminado con él. El paciente refirió que siempre que se enamoraba era de una manera intensa y que terminaba en gran sufrimiento. Reconoció ser afectivamente muy dependiente. Se le prescribió sertralina, un ISRS, en dosis creciente hasta 150 mg. A las semanas se sintió bien y el recuerdo de la mujer era ya sin dolor. La sertralina se disminuyó a 100 mg. Comenzó a salir con otra chica. Esta vez no experimentó la vieja necesidad imperiosa de ser correspondido. Pudo terminar esta última relación sin experimentar angustia, por primera vez en su vida. Se le prescribió 50 mg para el mantenimiento.



## 6. PSICOLOGÍA DEL AMOR

---

*En la vida de un hombre hay tres tipos de mujer:  
La que amamos, la que nos amó y la mujer con la que nos casamos*  
(Alexander Lowen)

Muchos señalan que el amor romántico muere con el matrimonio. Aquí se examinan las características del amor romántico (enamoramiento), conyugal (apego) y excelso (amor).

### 6.1 AMOR ROMÁNTICO

Del enamoramiento se ha dicho que es un estado de «estupidez transitoria» o «imbecilidad pasajera». Ortega y Gasset, en *Amor en Stendhal*, enfatiza que se trata de «pseudoamor», de una desesperante monotonía: «Todos los que se enamoran, se enamoran lo mismo -el listo y el tonto, el joven y el viejo, el burgués y el artista-». <sup>48</sup>

El amor romántico parece haber estado siempre en hombres y mujeres, aunque con los matices propios de cada etapa histórico-social. En la cuna de la civilización, Iraq, hace 4000 años, la reina de Sumeria, Inanna, dejó poemas románticos en tablillas cuneiformes sobre su amor apasionado por el joven pastor Dumuzi. Los antropólogos encuentran vestigios de amor romántico en 147 culturas no literarias, en todas partes del mundo. <sup>12</sup>

**Amor carnal.** Publio Ovidio (43 aC–17 dC), poeta romano, enseñó el arte de amar, a través de sus obras, principalmente en su *Ars Amatoria*, tres libros de consejos para hombres y mujeres sobre cómo conseguir y mantener el amor. Su didáctica era la búsqueda triunfal y gozosa del amor carnal.

**Amor platónico.** En los siglos XI al XIII, surgió un tipo de amor cortés y sufrido. No buscaba la conquista de la mujer, sino la sola declaración de los sentimientos, sin esperar nada. Era un amor desinteresado, humilde y frustrado. Una obra literaria representativa es *Lancelot* (1181), de Chrétien de Troyes: Ginebra, esposa del rey Arturo, es la señora y Lanzarote el vasallo que pasa mil penurias para únicamente demostrarle su devoción incondicional.

**Amor apasionado.** Este tipo privilegia lo sentimental sobre lo sexual, pero se diferencia del amor platónico puramente espiritual. Le caracteriza la eternidad («Te amaré siempre»); la incondicionalidad («pase lo que pase»); la exclusividad («solo tú») y el altruismo («más que a mí mismo»). El amor romántico puede ser inmediato («a primera vista»); complementario («predestinados el uno para el otro»); simbiótico («una sola carne»).

El amor romántico creció a través de los siglos para que la persona se casara con el ser amado, aunque este fuera pobre, marginal o sufriera la oposición de las familias. En el siglo XX, cristaliza el matrimonio basado en el enamoramiento que deja en segundo plano aspectos racionales, tal como la consideración económica y cultural de la pareja. Ya que el amor romántico es un mito personal y pasajero, tarde o temprano sobrevendrá la desilusión.

Helen Fischer <sup>12</sup> (1945) estudió por años el amor romántico. Desde 1996, analizó el escáner cerebral de 49 personas muy enamoradas y encuestó a 839 estadounidenses y japoneses. Ha establecido tres etapas del proceso amoroso:

- 1° Deseo sexual
- 2° Amor romántico
- 3° Amor conyugal

Fischer *et al.* encontraron que el enamoramiento era, prácticamente, idéntico para hombres y mujeres, estadounidenses y japoneses, blancos y negros, católicos y protestantes, jóvenes y adultos, heterosexuales y gay. Solo hubo algunas diferencias de matiz cultural. Fischer sentencia que «la capacidad de amor romántico se encuentra firmemente enraizado en el tejido cerebral humano» y, agrega, «es más fuerte que la libido». Ciertamente, los suicidios son por falta de amor, no de sexo. Concluyeron que el amor romántico es universal. También, página tras página, se describen *in extenso* las características psicológicas del enamoramiento. He aquí una lista:

- Cobra gran importancia en la vida de la persona.
- Se dirige exclusivamente a una sola persona.
- Se centra en la persona amada, en detrimento de todo lo demás.
- Da importancia significativa a detalles baladí.
- Magnifica al ser amado.
- Los defectos del otro no interesan o, incluso, los ve adorables.
- Es ciego, obsesivo, sufrido, insaciable, empático, celoso.
- Con el ser amado, se pierde la noción del tiempo.
- La presencia del ser amado perturba.
- Produce insomnio y anorexia, pero hay energía.
- Gusta de lo que le gusta al otro.
- Afectivamente, es dependiente e involuntario.
- Resulta apasionado ante la adversidad.

A continuación, señalo algunas características del amor romántico:

*Fascinación inconsciente.* Los psicoanalistas señalan que todo hombre busca en la mujer amada a su madre. Hay una regresión y, por eso, en el enamoramiento se dan expresiones infantiles de cariño: vocécitas dulzotas, besitos mil, arrumacos tiernos, etcétera; es decir, los enamorados se prodigan cariño de la misma forma que a un bebé. En ese sentido, el psicoanálisis aporta que el enamoramiento es una fascinación inconsciente, donde concurren tres imágenes: el de la madre arcaica, el de la mujer soñada y el de la mujer real. Esta mezcla subjetiva/objetiva -al final ilusoria- evoluciona hacia la desilusión madura, es decir, en favor del predominio de la mujer real. Será la oportunidad de amarla tal como es.

*Amor a primera vista.* Una investigación en Estados Unidos, en la década de los sesenta, realizada sobre 669 personas, reveló que el 30 % se habían enamorado a primera vista. Esto sugiere que el enamoramiento es un proceso interior independiente del conocimiento sobre la otra persona. <sup>12</sup>

*Transitoriedad.* Muchas sátiras se han escrito sobre la duración del enamoramiento. Es que toda la exaltación afectiva sobre la persona que nos flechó -dizque para siempre-, en realidad, se desvanece tarde o temprano. El amor romántico es pasajero. Con el tiempo, se diluye.

La media es seis meses; el rango, dos años. Por eso, los poetas observan que, mientras la amistad crece con los años, el amor es una lucha contra el tiempo. Muchas personas dan testimonio de haberse citado con un viejo amor y ya no sentir nada.

*Nostalgia.* Verdad que hay quienes se quedan prendados de un pasado amor, pero ese hecho ya no es enamoramiento, sino una idea fija ligada a la nostalgia. Para ellas es el verso de Neruda: «Es tan corto el amor y tan largo el olvido...».

Una mujer (34) recordaba de manera constante a alguien que había sido su amor platónico adolescente. A pesar del paso del tiempo y de estar ya casada, la imagen del hombre no se borraba. Fantaseaba encontrarse con él alguna vez. Eventualmente, soñaba con él. Sin embargo, refería esa persistencia de su mente como algo que deseaba borrar.

Soñarle como era. En esa idea fija, y a pesar de los años transcurridos, la persona sueña con la otra con la imagen juvenil y fresca que tuvo.

Entrevisté por separado a los padres de una quinceañera con anorexia nervosa, hija única. El padre (46) era un ingeniero atildado y de buenos modales, pero frío. La madre (45) tenía un aspecto rígido y resultó de una moral severa. Esta se quejó de no ser feliz, de vivir con los suegros desde el inicio del matrimonio y que el esposo no era cariñoso. Relató que en su adolescencia estuvo de amores con Alejandro, un chico alegre y cariñoso; pero rompió la relación cuando este le propuso tener relaciones sexuales. Su moral se impuso a su cariño. Allende los años soñó periódicamente con él. Aun así, se casó con el ingeniero, «porque era un joven que me respetó en etapa de enamorados». Ya casada -y decepcionada- la fabricación onírica sobre su amor adolescente creció. Un día en la oficina, después de decenas de años, apareció Alejandro. La saludó alegre como siempre. A ella le costó reconocerle. «Ya no era el joven con el que soñaba». Cuando lo volvió a soñar siempre fue con la imagen juvenil.

*Frecuencia.* Tengo pacientes enamoradizos. Se enamoran, ora de una mujer, ora de otra. Son cambiantes. Se trata de personas que no recibieron amor en la infancia. La investigación psicológica señala que las personas con poca autoestima tienden a enamorarse con facilidad. En cambio, las personas con buena autoestima no se enamoran así nomás, incluso les resulta difícil reconocer si alguna vez les ocurrió. En todo caso, se enamoran en una sola oportunidad.<sup>49</sup> Para ellas, es la canción de Agustín Lara: «Una vez, nada más, se entrega el alma/con la dulce y total renunciación...».

*Ilusión.* El enamoramiento es una percepción distorsionada del otro. Se le ve con cualidades maravillosas que, quizás, no posea. Incluso, podría tratarse de defectos percibidos como dotes. La gentileza bien podría ser pura apariencia conquistadora; la generosidad, despilfarro fanfarrón; la prudencia, cobardía; el ahorro, tacañería; la puntualidad, obsesión; etcétera.

Una mujer (39) refirió que se había fascinado de quien sería su esposo (40), porque «él era un hombre enigmático, circunspecto, de pocas palabras». Tuvieron dos hijos. En la evolución del matrimonio, la mujer cayó en cuenta que su marido, en verdad, si bien nunca conversaba de asuntos baladí, tampoco lo hacía de temas trascendentes. Tardó en percatarse que se había enlazado con alguien intelectual y espiritualmente pobre. Mucho más tarde, el hombre hizo una psicosis. En realidad, su vieja manera de ser había correspondido a una personalidad premórbida de tipo esquizoide. Ella comentó que se había equivocado, que ese enigma había sido solamente vacuidad, lo cual ahora rechazaba. Luego de intentar inútilmente que su esposo tomara un tratamiento, se divorció.

En psicoterapia familiar, se constata que el motivo que une a las parejas puede ser el mismo que las desune (Maurizio Andolfi). Mujeres que se sintieron atraídas por el carácter chispeante y divertido de un hombre, luego de casadas, se desilusionan porque el marido sigue viviendo de modo juguetón e irresponsable; aún peor si ya hay hijos por quienes responder.

*La desilusión.* «Hace dos años no te habrías olvidado de nuestro aniversario», le reprocha una mujer decepcionada al marido que ya no le trae flores ni se acuerda de las fechas importantes del matrimonio. Es más, ese hombre ya habla lisuras en su vida cotidiana e, incluso, suelta gases delante de ella. Ya no es el gentil caballero que la conquistó. Ella está desilusionada. Pero es que la verdad se ha abierto paso. Él siempre fue así, solo que, para enamorarla, mostró, de modo temporal, una forma de ser que no le era habitual. Sin embargo, él también tiene cualidades permanentes: es trabajador, responsable proveedor de los seres queridos, no tiene vicios, etcétera; pero estos aspectos ya son menos valorados.

La desilusión es un proceso que deja atrás, precisamente, las mentiras y permite la emergencia de las reales virtudes y defectos del otro. Manuel Gonzales Prada recita: «Oh ilusiones, mentiras del pasado, oh esperanzas, mentiras venideras». El amor es un proceso de aceptar al otro tal como es y no como uno quisiera. Si mi cónyuge es cariñoso, pero desordenado, lo amo por completo y no en parte. Así que el amor solo es posible en el conocimiento de la pareja. Y, justo, la desilusión –no la ilusión– permite ese conocimiento saludable.

*La separación como acicate.* Carlos Alberto Seguí destaca que el estímulo del amor romántico es la separación de la pareja. Ejemplos son *Romeo y Julieta*, *Tristán e Isolda*. El destino no les permite unirse (*Amor, sexo y matrimonio*, 1979). Los enamorados viven separados, cada uno en su casa. Por eso hay romance. Esto termina durante la convivencia.

*Amor clasista.* Modelos de amor romántico se dan en las telenovelas tipo *Natasha y Simplemente María*, donde la sirvienta y el señorito rico de la casa viven una heroica relación, separados por las convenciones sociales. Lo mismo pasa en la canción *El plebeyo*, de Felipe Pinglo Alva (Lima, 1899-1936): «Luis Enrique el plebeyo, el hijo del pueblo, el hombre que supo amar, y que sufriendo está esa infamante ley de amar a una aristócrata siendo un plebeyo él». Mao Tse Tung subraya que en una sociedad de clases solo puede haber amor de clase.

*Corazones rotos.* ¿Quién no ha sido rechazado en las lides del amor? Una encuesta entre los estudiantes universitarios del Case Western Reserve arrojó que el 93 % había sido rechazado alguna vez y que el 99 % había rechazado a alguien enamorado.<sup>12</sup> Así, pues, sufrimos y hacemos sufrir.

Hace unos años, fundé el Club de los Corazones Rotos, para terapia de grupo. La cantidad de personas que llamó al teléfono superó ampliamente el tamaño de mi pequeña oficina. Tuve que implementar varios grupos por separado. Todos sufrían: hombres y mujeres, jóvenes y viejos, casados y solteros, heterosexuales y homosexuales, enamorados en persona o por internet. Incluso, algunos acudieron, equivocadamente, en busca de nueva pareja y consuelo. Una joven médica, enamorada por internet, decidió viajar a Europa para aclarar su situación amorosa. El grupo le dijo que no lo hiciera, pues podría recibir un fiasco. Pero ella desoyó la voz del grupo y viajó. En efecto, sufrió una gran decepción: su hombre idealizado tenía pareja y no se lo había dicho.

*La habilidad de enamorar.* Cuando alguien se interesa en nosotros, tendemos a interesarnos en esa persona. Pero el interés recíproco solo crece, si se tiene la habilidad de enamorar en la forma y el tiempo adecuados. Eventualmente, recibo personas frustradas de no tener pareja. Todos sus intentos amorosos terminan mal, por inexperiencia y no comprender los códigos sociales. Las causas de fondo están en la timidez, fobia social, personalidad inmadura, personalidad esquizotípica o esquizofrenia.

Leandro (47) entró tarde a la vida. Se graduó en su profesión a los 43. Inexperto, se enamoró a los 45 de una jovencita de 19. Fue torpe en pretenderla, al mostrarse obsesivo e invasor. Resultado: fue rechazado. Cayó en depresión y, además, con miedo a la vejez. Más adelante, conoció a Leslie (33), pero una vez más se mostró obsesivo e invasor. Un mal día, se embriagó y fue a la puerta de la casa de ella a expresarle su amor a gritos. Por cierto, otra vez fue rechazado y se deprimió. Lo mismo le ocurrió con una tercera. No aprendía. Finalmente, acudió a la consulta por un cuadro de depresión reactiva. Esta vez estaba prendado de Doris (33), compañera de trabajo. Refirió que almorzaba con ella todos los días, en la hora del refrigerio, desde hacía 10 meses. Le pregunté por qué en tanto tiempo no le había propuesto salir. Su respuesta fue una paradoja: «No la invité, por miedo a perderla». Ahora, ella estaba saliendo con otro. Recién, entonces, intentó invitarla, pero fue rechazado.

## 6.2 AMOR CONYUGAL

Es el apego, el cariño desarrollado en la costumbre de vivir juntos. Tiende a ser duradero, máxime si hay hijos. Muchos dicen que el matrimonio es la muerte del amor. Se refieren a la muerte del amor romántico. Pero el matrimonio da ocasión al surgimiento del amor conyugal. Este requiere cultivación y respeto para que persista y crezca. También tiene su neuroquímica: la oxitocina y la vasopresina.

Algunos autores piensan que el verdadero amor solamente puede darse dentro del matrimonio. Fritz Kunkel <sup>50</sup> (1889-1956) cuenta en su libro «Consejo psicológico» que la señorita Fuentes le hizo la siguiente consulta: «¿Cómo puedo saber que esto es amor? He estado en relación con muchos hombres y creí varias veces estar enamorada. Pero esto me parece diferente. ¿Cómo puedo saberlo?». El terapeuta polaco comenta: «Nosotros sabemos que eso no es amor. No puede haber amor –en el completo e irrevocable sentido de la palabra- entre dos personas que no están todavía casadas, que no viven juntas y que no han soportado las crisis y conflictos diarios que ofrece una vida en común». De manera que, para el teórico del nosismo (el nosotros), el amor solo puede darse dentro del matrimonio.

Simón (38) y Sandra (38) tenían 16 años de relación y los dos últimos de convivencia. Tenían planes de casarse y tener hijos. Pero en esos dos años habían sufrido varias separaciones de un mes de duración promedio. En los últimos cinco meses estaban separados internamente. El problema era que peleaban demasiado, un día sí, un día no; había una mala comunicación y eran de caracteres incompatibles. Habían sido infieles de manera repetida. Se perdonaban, pero siempre surgían los celos y los reproches. Además, la familia de él conceptualizaba negativamente a la mujer. El hombre consultó si debía reconciliarse con ella o romper. «Nos queremos y estamos bien en el sexo»..

Este es un caso de tenaz falta de respeto repetido. Hay apego y deseo, pero la relación está muy lejos del auténtico amor conyugal.

### 6.3 AMOR EXCELSO

Es la expresión más alta de amor, en sentido griego: «Desear el bien del otro». También en sentido cristiano: «Ama a tu prójimo como a ti mismo». Este tipo de amor es raro en una sociedad caracterizada por el egoísmo, la competencia y la neurosis. Bien dice el psiquiatra alemán Kurt Schneider: «De amar pocos, de enamorarse, cualquier bribón».

Erich Fromm <sup>44</sup> señala las características de este tipo de amor: respeto, cuidado, interés. Como indica su título, es un arte que debe cultivarse para alcanzar la madurez.

### 6.4 COMPARACIÓN DE LOS TRES TIPOS DE AMOR

Hay una confusión muy extendida acerca de los conceptos amor romántico, conyugal y excelso. Se cree que son facultades idénticas. No son lo mismo. El amor excelso es una cualidad superior y no un puro sentimentalismo. Empieza con la mejora personal, es permanente y lleva a ser generoso. En cambio, el enamoramiento es un fenómeno emocional, mágico y hasta egoísta. Por su parte, el amor conyugal es apego, cariño familiar, costumbre. Veamos las diferencias entre estos tres tipos de amor.

	Enamoramiento	Apego	Amor
<b>Esencia</b>	Pasión	Cariño	Racional
<b>Base</b>	Ilusión	Costumbre	Conocimiento
<b>Actitud</b>	Extremista	Protección	Equilibrio
<b>Orientación</b>	Egoísta	Grupal	Generosa
<b>Actividad</b>	Celosa	Celosa	Confiada
<b>Temporalidad</b>	Pasajera	Permanente	Permanente
<b>Evolución</b>	Decreciente	Estable	Creciente
<b>Alcance</b>	Personal	Familiar	Universal

El enamoramiento constituye una etapa primera en la formación de la pareja. Como quiera que pasará, lo que realmente estabilizará la relación es el apego. Por otro lado, el amor excelso es un atributo forjado en uno mismo, mucho antes de conocer a la pareja. El amor a sí mismo significa respeto propio y autocuidado. Amar es una actividad difícil de lograr. Para Carlos Alberto Seguí: «Es un fenómeno raro en nuestra sociedad».

**Amor, sexo y matrimonio.** Marco Aurelio Denegri <sup>51</sup> (1938-2018) es enfático en señalar que las grandes historias de amor se refieren al de los solteros, no al de los cónyuges. No cree en la trilogía amor-sexo-matrimonio. Incluso, le parece irreal la norma de sexo con amor, porque el sexo en sí mismo es gratificante, sin amor y sin matrimonio. Finalmente, subraya que privilegiar la monogamia es presuponer -ilusoriamente- que una sola persona puede satisfacer todos nuestros deseos y expectativas.

**Confusión y agonía.** Helen Fischer <sup>12</sup> subraya que el deseo sexual, el romance y el apego evolucionaron en nuestros ancestros para permitir que hombres y mujeres mantuvieran varias relaciones a la vez. «Pero estos circuitos cerebrales han creado hoy en día una tremenda confusión, contribuyendo a los patrones mundialmente extendidos del adulterio y del divorcio, a la alta incidencia de los celos, el acoso, el maltrato conyugal y a la generalización de los homicidios, suicidios y depresiones clínicas asociadas con la pasión desdeñada».



# PARTE III: ADULTERIO Y SOCIEDAD

## 7. MONOGAMIA

---

*La monogamia es una esclavitud recíproca que, sin embargo,  
no logra anular el instinto polígamo*  
(José Ingenieros)

El régimen matrimonial monógamo es criticado por muchos autores en la historia. En 1511, el humanista Erasmo de Rotterdam señalaba en su libro «Elogio de la locura» que una pareja infeliz se mantiene unida gracias a Estulticia, la diosa de la estupidez. En 1884, Federico Engels observaba que la monogamia es el camino directo al adulterio.<sup>52</sup> En 1955, el filósofo alemán Herbert Marcuse<sup>53</sup> toma de Sigmund Freud la idea de que la civilización es el resultado de la represión de los instintos y dice: «La felicidad debe ser subordinada a la disciplina del trabajo como una ocupación a tiempo completo, a la disciplina de la reproducción monogámica, al sistema establecido de la ley y el orden».

### 7.1 MATRIMONIO ARREGLADO

Desde que predominó la monogamia, la familia intervino para que los hijos tuvieran un buen matrimonio. Al amparo del carácter patriarcal de la sociedad, las familias arreglaban los casamientos. También la religión se unió a su formalización con la liturgia sagrada. Cabe mencionar que, en el alto Imperio Romano, lo frecuente era el concubinato. El matrimonio se daba por intereses económicos. Así, hasta el siglo XX, los matrimonios arreglados fueron estables. No hubo divorcios, estaban prohibidos desde el Concilio de Trento del siglo XVI. La estabilidad familiar se daba con el cuidado de los aspectos económicos y la pertenencia social de los contrayentes.

## 7.2 MATRIMONIO POR AMOR

En los tiempos actuales, las personas se casan por amor. Pero hay quienes lo hacen por embarazo. Otros, por cumplir con la vieja enamorada. «Para sentar cabeza», se justifican algunos. Un paciente mío lo hizo para evitar la cárcel, pues tuvo relaciones con una menor de edad.

Pero yendo al aspecto social, ¿el amor romántico debiera ser el motivo esencial para casarse? Deja dudas ya que, como hemos estudiado hasta aquí, se trata de un sentimiento intenso y hermoso, pero ciego. A continuación, se examina el ciclo vital del matrimonio monógamo y sus crisis.

**El ciclo vital familiar.** La familia, de acuerdo con la OMS, <sup>54</sup> pasa por seis etapas evolutivas. Cada paso, de una etapa a la otra, se da por crisis.

1. Desde que se forma la pareja hasta que nace el primer hijo.
  2. Desde que nace el primer hijo hasta que nace el último hijo.
  3. Desde que nace el último hijo hasta que el primero abandona el hogar.
  4. Desde que el primero abandona el hogar hasta que lo hace el último.
  5. Desde que el último hijo abandona el hogar hasta la muerte de uno de los cónyuges.
  6. Desde la muerte del primer cónyuge hasta la muerte del segundo.
1. Cuando nace el primer hijo. La pareja redirige su atención hacia el bebé. La madre, en especial, da máxima atención al crío y la disminuye hacia el esposo. El puerperio, la lactancia, la crianza son tareas agotadoras de 24 horas diarias. El bebé demanda leche a cualquier hora del día y la noche. Las mamás suelen padecer de insomnio por el irregular ritmo del sueño del bebé. Es en este periodo que se da la primera crisis. Es el varón quien cae en adulterio.
  2. Cuando los hijos llenan la casa. El varón, en particular, debe redoblar esfuerzos para mantener a la familia. Los sueños de adolescencia y los proyectos de realización personal quedan postergados por el trabajo. La vida social con los amigos mengua. La falta de deporte y el descuido en la alimentación conducen al sobrepeso. Muchas parejas con hijos escolares y universitarios dejan de ir al cine, teatro, piscina, salir a comer, viajar. Ruedan en una rutina de aburrimiento. Es más, la falta de dinero, las cuentas por pagar o la sombra de la hipoteca facilitan líos, preocupaciones, malos entendidos, incomunicación. Las relaciones sexuales disminuyen. Estas crisis favorecen que el varón -más que la mujer- busque el romance fuera del hogar.
  3. Cuando el primer hijo abandona el hogar. Generalmente, han pasado entre 25 a 30 años de vida conyugal. Un hijo de menos en casa alivia la carga económica, pero hay que apoyar aún a los otros en la universidad y/o el colegio secundario. Los padres se encuentran en una edad adulta plena.
  4. Cuando los hijos se van. Se produce lo que los psicólogos llaman «el nido vacío». La pareja tiene la oportunidad de reencontrarse, de volver a vivir como cuando no tenían hijos. Pero, ahora, están viejos. Si saben utilizar la experiencia que la vida les dio, disfrutarán. Pero si las heridas del pasado están abiertas y el rencor presente, sufrirán. Coincide esta etapa con la jubilación. Es una ocasión, para retomar los ideales de adolescencia, practicar



ese arte que duerme el sueño de los justos, cuidar la salud, jugar con los nietos, vivir la senectud con dignidad. Mas si no hubo enriquecimiento espiritual ni cultural, se caerá en la inopia, en la indigencia vital y el surgimiento de enfermedades mentales.

5. Soledad. La muerte del esposo o el divorcio tardío constituyen la oportunidad de encontrar un nuevo amor en la tercera edad. Según mis observaciones, las mujeres son conservadoras para iniciar esa búsqueda, los varones no tanto.

### 7.3 JURAMENTO DE FIDELIDAD

Ya que los sentimientos románticos son pasajeros, ¿es realista prometer amor eterno? Y más importante aún, ¿jurar fidelidad matrimonial? Algunos pensadores, psicólogos, sociólogos y filósofos ven ese juramento como un propósito irreal, puesto que el enamoramiento se extingue tarde o temprano, el matrimonio evoluciona por crisis y, por último, la incertidumbre rige el futuro.

Una psicoterapeuta de familia decía, mitad en serio y mitad en broma: «El contrato matrimonial debería ser por periodos anuales renovables. Si te va bien, sigues; si no, ya no firmas». En verdad, este hecho ocurrió en el alto Imperio Romano.

En el Perú, desde épocas preincaicas, existió el *servinacuy* o matrimonio de prueba. El novio solicitaba a la novia. Aceptado el pedido, ella iba a vivir a casa de los padres de él, por seis meses. Los padres del novio observaban la conducta de la novia, en especial sus habilidades laborales. Al cabo, se realizaba la boda; si no, la mujer era devuelta a casa de sus padres.

Pese a todos los factores sombríos mencionados sobre la monogamia, hay psicoterapeutas de familia que están a favor del juramento de fidelidad. Afirman que el matrimonio es como una empresa a la que se apuesta con fe en el éxito; nadie invierte en un emprendimiento, si tiene la idea pesimista del fracaso.

A todo eso -agrego yo- la profecía autorrealizada juega un papel importante. Esta teoría, de probada base experimental, sobre todo en el campo educativo, postula que la idea confiada de ganar o perder en un determinado proyecto conduce a resultados positivos o negativos, respectivamente. Las personas que se casan con la baza del divorcio bajo la manga van directo al fracaso, es decir, a una relación de pareja disfuncional.

Una bella señora (40) consultó en el hospital Hermilio Valdizán por miedo a deglutir líquidos (fagofobia). Refirió que no era feliz en su matrimonio: Su marido (41) era un hombre indiferente que prefería dormir aparte con la mascota, un perro. Ella se había casado sin quererlo y, lo peor, amando a alguien que le correspondía. El día de la boda, lloró en la iglesia cuando cruzó miradas con su enamorado. «Todos creían que yo derramaba lágrimas de alegría», subrayó. Ella le había prometido divorciarse, para luego casarse con él. Pero ese hecho nunca ocurrió. El hombre que ella amaba, finalmente, se casó con otra. Luego, sin amar ni ser amada, soñaba con el cariño de algún hombre. Así, tuvo por amante a un médico, amigo de la casa. Este también tenía problemas en su propio matrimonio, presentó disfunción eréctil con la paciente y, finalmente, resultó abandonado por su propia mujer. La paciente permaneció infeliz en su gris matrimonio hasta cuando se le atendió y abandonó la terapia.

## 7.4 ABURRIMIENTO CONYUGAL

Es frecuente que el matrimonio y sus rutinas –útiles al inicio- resbalen hacia la monotonía y el aburrimiento; que la llegada de los hijos obligue a trabajar duro, fuera y dentro de la casa; que los ideales adolescentes y juveniles queden enterrados en la cotidiana búsqueda del sustento material.

Por todas partes se ve que, con el paso de los años, los matrimonios caen en tedio y hastío. ¿Qué pasó con esas uniones felices reflejadas en las fotografías del día de la boda? Cayeron poco a poco en inopia espiritual. El amor romántico se fue y no se dio oportunidad a que surgiera el amor conyugal.

Carlos Castilla del Pino <sup>55</sup> (1922-2009) ve el problema del desamor en el matrimonio en función de la alienación social, «la cosificación» de la mujer y su dependencia al varón. Así, la relación hombre-mujer está destinada al fracaso. El número de divorcios crece; y los que no se divorcian viven una relación destructiva. «La convivencia forzada conlleva un tremendo dispendio energético que fuerza, a cada cual, a la adopción de formas de vida aberrantes, psicológicamente improductivas», sentencia el neurólogo y psiquiatra español.

## 7.5 DIVORCIO

Los matrimonios basados en el amor romántico dieron al traste con la estabilidad de los matrimonios arreglados. La inevitable desaparición del enamoramiento y el posterior aburrimiento produjeron crisis en los contrayentes. En 1804, el Código Civil de Francia estableció por primera vez el divorcio. Luego, cada década del siglo XX vio incrementarse la tasa de matrimonios rotos.

En el siglo XXI, Europa Oriental, Estados Unidos y Europa Occidental lideran las cifras. En Latinoamérica, las tasas de divorcio son mucho menores. Se invoca que las altas tasas de divorcio en Europa, se deben a que las mujeres poseen una mayor capacidad económica, un nivel educativo más alto y, por ende, una mayor libertad de decisión.

En cambio, las cifras de divorcio en Asia, África y Oriente Medio son mucho menores, no existen o son controversiales, porque los factores económicos, educativos y culturales están en contra de la mujer. Aquí se requiere un análisis sociológico amplio.

### Perú

En 2018, la tasa de matrimonios era de 3/1000, con predominio de solteros (93,5%). Más del 95% de los divorciados y viudos no se vuelven a casar. <sup>56</sup>

De 1937 a 2019, el número de divorcios mantuvo una curva creciente. El mayor ascenso se ha dado en el siglo XXI. En 2018, la tasa fue 5/10,000. La Ley del Divorcio Rápido N° 29277, promulgado en 2008, facilitó el trámite en las notarías y municipios. Antes, el divorcio se tramitaba exclusivamente en el Poder Judicial. <sup>57</sup>

Excepcionalmente, en 2020, los divorcios cayeron de modo significativo, debido al encierro por la pandemia del Covid-19. Pero también la tasa de matrimonios.

## 8. EL ADULTERIO ANTE LA LEY

---

*El adulterio es la primera causal de divorcio, pero difícil de probar.*

Hasta hace pocas décadas, el adulterio constituía un delito. Hoy, ha dejado de serlo en todos los países civilizados. En la mayoría de América ha sido despenalizado:

- 1936: Colombia
- 1994: Chile
- 1995: Argentina
- 2005: Brasil
- 2011: México

«En España, antes de 1977, el adulterio era un delito penal, aunque hacía 10 años al menos no se perseguía» (Miguel Andrés Polaino Orts, doctor en Derecho por la Universidad de Sevilla. Conferencia pronunciada en la Academia de la Magistratura, transmitida por Justicia TV el 16.2.2017).

Solo países atrasados mantienen leyes penales espantosas contra el adulterio. En abril de 2019, Brunéi puso en vigor la pena de muerte para adúlteros y gay. Pero, a las semanas, debido a la crítica internacional, retrocedió.<sup>58</sup>

### 8.1 CAUSALES DE DIVORCIO

Estudios etnográficos señalan que la principal causa de divorcio es el adulterio; le siguen el alcoholismo y la esterilidad. En el Perú, el adulterio es la primera causal de divorcio, según el Código Civil DL 295, 2008; no así la infidelidad, concepto más amplio y difuso. Las causales de divorcio son:

1. Adulterio
2. Violencia física o psicológica
3. Atentado contra la vida del cónyuge
4. Injuria grave que haga insoportable la vida en común.
5. El abandono injustificado de la casa conyugal por más de dos años continuos o cuando la duración sumada de los periodos de abandono exceda a este plazo.
6. La conducta deshonrosa que haga insoportable la vida en común.
7. El uso injustificado de drogas alucinógenas o de sustancias que puedan generar toxicomanías, salvo lo dispuesto en el artículo 347°.
8. La enfermedad grave de transmisión sexual contraída después del matrimonio.
9. La homosexualidad que sobreviene al matrimonio.
10. La condena por delito doloso a pena privativa de la libertad mayor de dos años impuesta después de dos años de la celebración del matrimonio.
11. La imposibilidad de hacer vida en común, debidamente probada en proceso judicial.
12. La separación de hecho de los cónyuges durante un periodo ininterrumpido de dos años. Dicho plazo será de cuatro años si tuviesen hijos menores de edad. En estos casos, será de aplicación lo dispuesto en el artículo 335°.
13. La separación convencional, después de transcurridos dos años de la celebración del matrimonio.

**Pruebas legales.** Probar el comercio carnal ilegítimo es harto difícil. Los correos electrónicos, cartas románticas, fotografías, videos o el dicho de testigos, pueden ser indicios de infidelidad, pero no pruebas de adulterio. La partida de nacimiento del hijo adulterino sí constituye prueba. En última instancia, el demandante puede valerse de la prueba de paternidad ADN.

Para la validez de la demanda, debe presentarse pruebas de la relación sexual extramarital. El plazo es seis meses de conocida la falta o máximo cinco años en situaciones especiales. En principio, todos los hijos nacidos en el matrimonio son de la pareja contrayente (presunción legal de filiación). No es permitido solicitar divorcio, cuando se consintió o perdonó el adulterio o se cohabitó con el cónyuge culpable. La reconciliación borra toda falta. Tampoco procede un divorcio cuando se contrató a un seductor para hacer caer a la pareja en una trampa.

Hay países en que la solicitud de divorcio no precisa invocar causa alguna y es unilateral: basta el pedido de una de las partes. Pero tiene límites. En México, por ejemplo, el adulterio es impedimento para contraer nuevo matrimonio; las donaciones prenupciales son revocables; el adúltero no puede heredar bienes del ofendido. Para la polémica.

**Índice de conflicto marital.** En La Paz, Bolivia, a base de 85 casos judiciales, se ha construido una escala para medir el grado de conflicto en la pareja matrimonial. Puede apreciarse que el adulterio es menos conflictivo que el maltrato y la separación reciente, y que el divorcio ocupa el punto más alto: <sup>59</sup>

1. Separación de mutuo acuerdo = ausencia de conflicto
2. Problemas económicos = conflicto medio
3. Adulterio o infidelidad = conflicto alto
4. Maltrato físico y/o mental = conflicto muy alto
5. Separación reciente = estado crítico
6. Proceso de divorcio = crisis muy alta

**Indemnización.** La ley prevé que el cónyuge perjudicado por la separación de hecho, así como los hijos, tengan estabilidad económica. El juez deberá señalar la indemnización, que incluye el daño personal u ordenar la adjudicación preferente de bienes de la sociedad conyugal, con independencia de la pensión de alimentos que le pudiera corresponder. Además, son aplicables al cónyuge más perjudicado por la separación de hecho las disposiciones contenidas en diversos artículos.

Cabe enfatizar que la ley reconoce en los adulterinos los mismos derechos que en los hijos matrimoniales, tanto alimentarios como hereditarios. Se entiende como derecho alimentario lo concerniente a nutrición, salud, educación, etcétera. El abogado podrá presentar querrela por los conceptos de daño personal (a la salud física y/o mental, por ejemplo), daño moral (al prestigio), daño emergente (empobrecimiento) o lucro cesante (haber dejado de ganar).

En la doctrina internacional, se discute que la indemnización de perjuicios debiera corresponder a los daños ocasionados por las causas de la separación, y no por los efectos del divorcio mismo. Por ejemplo, en el caso de violencia con lesiones graves que constituya causa de separación, cabría indemnización; pero no en el caso de estrés con depresión ocasionado por el divorcio mismo. Por el contrario, algunos autores proponen que la indemnización debería corresponder al consorte más perjudicado, sea cual fuera la causa o el efecto del divorcio. Otros autores

proponen que cualquier indemnización en el derecho de familia es inadmisibile, porque ya existen normas de otros campos que la prevén.<sup>60</sup>

## 8.2 SEPARACIÓN DE CUERPOS

Es una figura jurídica cuyas causales son las trece mencionadas arriba. La primera es el adulterio. Algunas veces, luego de la falta, uno de los cónyuges sale del hogar y se refugia en casa de los padres, con lo que la familia se entera del agravio. Conviene que quien sale del domicilio conyugal deje constancia del motivo en la comisaría del sector; si no, podría ser acusado del delito de abandono de hogar.

**Cisma.** Significa división, escisión, desavenencia. En la mayoría de casos de adulterio, se produce un cisma interno. Suele ocurrir que, pese a la tempestad de odio, la pareja sigue en el domicilio conyugal. Puede ser que ya no duerman juntos, sino en habitaciones distintas; pero también que continúen compartiendo la misma cama. Acá encaja bien el chiste: «El matrimonio es la única guerra en que los enemigos duermen juntos». Posteriormente, cuando los ánimos bajan, la pareja ya puede dialogar. Entonces, caminará al perdón y la reconciliación o bien a la separación formal.

## 8.3 CERTIFICACIÓN MÉDICA

Respecto a documentos para una querrela legal, el psiquiatra que atendió al paciente afectado por la infidelidad del cónyuge debe ser cauto al expedir el certificado destinado al Poder Judicial. Podrá escribir algo prudente como esto:

«El médico que suscribe, CMP 16061, Certifica:

Que MM ZS (nombres y apellidos completos) DNI (número) ha sido atendida por un cuadro de reacción a estrés agudo, con depresión y ansiedad graves, debido a problemas de pareja [F43.0, CIE 10°], según declara la paciente. Se expide el presente documento para fines judiciales». Fecha. Sello y firma.

No escribirá «debido a adulterio», pues al galeno no le consta el comercio carnal. Y convendrá anotar la frase «según declara la paciente».

En cambio, *el psiquiatra de parte* sí tiene la potestad de dar fe del dicho de la agraviada sobre infidelidad. Se trata del derecho médico de la anamnesis. En este caso, hay que confeccionar un informe psiquiátrico detallado (de varias páginas), a base de la historia clínica. Se recomienda que el documento se sustente en hechos y/o citas bibliográficas, como ocurre con las sentencias que emiten los jueces.

De todos modos, la declaración del paciente ante un psiquiatra o psicólogo no tiene valor judicial probatorio. La Corte Suprema ha señalado que una declaración solamente es válida cuando se presta a una autoridad policial y/o judicial.

## 9. ADULTERIO Y RELIGIÓN

---

*El que de ustedes esté sin pecado sea el primero en arrojar la piedra contra ella*  
(Jesucristo)

Para el cristianismo, islamismo y judaísmo, el adulterio es un pecado grave. Las prescripciones bíblicas son numerosas: «No cometerás adulterio» (Éxodo, 20:14; Deuteronomio 5:18). «Guardaos, pues, en vuestro espíritu, y no seáis desleales para con la mujer de vuestra juventud» (Malaquías 2:16). «La mujer no es dueña de su cuerpo, sino el marido; tampoco el marido es dueño de su cuerpo, sino la mujer» (Corintios 7:4). Ni siquiera es lícito mirar a una mujer ajena: «No desearás a la mujer de tu prójimo» («Diez mandamientos»).

El quinto libro de Moisés establece las leyes de conducta moral. El capítulo 22 señala el castigo a los adúlteros y fornicadores con la muerte. Nada menos. «Si se sorprende a alguno acostado con una mujer casada con marido, ambos morirán, el hombre que se acostó con la mujer, y la mujer. Así quitarás el mal de Israel» (Deuteronomio, 22:22).

### 9.1 JESÚS Y LA ADÚLTERA

La Biblia consigna el caso de una mujer sorprendida en adulterio que fue conducida por escribas y fariseos ante Jesús, a fin de interpellarle si debía o no ser lapidada.

«**8:3** Entonces los escribas y los fariseos le trajeron una mujer sorprendida en adulterio; y poniéndola en medio,

**8:4** le dijeron: Maestro, esta mujer ha sido sorprendida en el acto mismo de adulterio.

**8:5** Y en la ley nos mandó Moisés apedrear a tales mujeres. Tú, pues, ¿qué dices?

**8:6** Mas esto decían tentándole, para poder acusarle. Pero Jesús, inclinado hacia el suelo, escribía en tierra con el dedo.

**8:7** Y como insistieran en preguntarle, se enderezó y le dijo: El que de ustedes esté sin pecado sea el primero en arrojar la piedra contra ella.

**8:8** E inclinándose de nuevo hacia el suelo, siguió escribiendo en tierra.

**8:9** Pero ellos, al oír esto, acusados por su conciencia, salían uno a uno, comenzando por los ancianos; y quedó solo Jesús, y la mujer que estaba en medio.

**8:10** Enderezándose Jesús, y no viendo a nadie sino a la mujer, le dijo: Mujer, ¿dónde están los que te acusaban? ¿Ninguno te condenó?

**8:11** Ella dijo: Ninguno, Señor. Entonces Jesús le dijo: Ni yo te condeno; vete, y no peques más».

En este pasaje, puede comprobarse la crueldad de la Ley Mosaica: apedrear a la pecadora, pero también un nuevo mensaje: la piedad. Jesús no la condena, solo le indica que no peque más. Por otra parte, es de resaltar la hipocresía de los acusadores, comenzando por los ancianos. Claro, quien ha vivido más, ha pecado más. He observado que algunos hijos condenatorios del padre adúltero, cuando mayores ya casados, también caen en adulterio.

## 9.2 DERECHO AL DIVORCIO RELIGIOSO

Existe una polémica entre católicos y testigos de Jehová sobre si el adulterio da derecho al ofendido a divorciarse. Según los católicos, no. El matrimonio es un sacramento, es decir, algo sagrado, señalan. Invocan el precepto «No deshacer en la Tierra lo que Dios ha unido en el Cielo». El matrimonio católico es indisoluble desde el Concilio de Trento de 1563. Antes, el divorcio era admitido.

En cambio, los testigos de Jehová afirman que el ofendido obtiene el derecho de divorciarse. Apelan a ciertas afirmaciones de la Biblia. Puede leerse lo que Cristo señala en Mateo 5:31-32:

«Cualquiera que repudie a su mujer, dele carta de divorcio. Pero yo os digo que el que repudia a su mujer, a no ser por causa de fornicación, hace que ella adultere; y el que se casa con la repudiada, comete adulterio».

## 9.3 EL PERDÓN

El perdón es parte fundamental del Evangelio. La Buena Nueva es que debes perdonar 70 veces 7; si te golpean en una mejilla, presenta la otra; si te roban el manto, entrega la túnica. Todo ello, en contraposición a la ley de talión: «Ojo por ojo, diente por diente»; o a la indicación: «Ama a tu amigo, odia a tu enemigo». Es más, debes perdonar, aunque el ofensor no pida disculpas ni se encuentre arrepentido, según el Viejo Testamento. Para Erich Fromm, la Biblia es un libro extraordinario; con el Talmud, insiste en el perdón, la misericordia y el arrepentimiento.

Además, el perdón es una de las cualidades del Decálogo de la Salud Mental. Vivir con odio es contraproducente. Ya la vida es bastante corta y dura, para desperdiciarla en cultivar rencores. Aunque resulte difícil perdonar el adulterio, el buen cristiano tiene como punto de partida el principio del perdón. El perdón psicológico se busca en la psicoterapia o, eventualmente, en el autoanálisis. Su diferencia con el perdón cristiano es que constituye un proceso de entendimiento de uno mismo, de la pareja y del juego matrimonial.

Cabe aclarar que el perdón no obliga a vivir, necesariamente, con quien te ofendió, desilusionó, mató el cariño, enfrió e indispuso la relación para siempre. Algunos, en su decisión de divorcio, no dan segunda oportunidad, creen en los adagios: «Gallina que come huevo, aunque le quemén el pico» y «Genio y figura hasta la sepultura». Perdonan, pero no vuelven a vivir con el adúltero. Algunos lo hacen por orgullo; otros, en razón de la desconfianza instaurada.

## 9.4 RELIGIOSOS INCONSECuentes

Una incoherencia que encuentro en algunos pastores de iglesias cristianas es que predicán la fidelidad y practican el adulterio.

Un pastor (40) de iglesia protestante acudió a Emergencia del hospital Hermilio Valdizán, debido a un súbito cuadro psicótico con ataque de pánico: «¡Apúrese, el demonio me está comiendo la sangre!», reclamaba atención a gritos. Se le aplicó un tranquilizante endovenoso de inmediato. Ya calmado, se le prescribió un antipsicótico y un tranquilizante para la casa. Se le citó por consulta externa. A los tres días, el paciente ya estaba sin psicosis, aunque con ansiedad intensa persistente. Diagnosticué *psicosis breve*, según el CIE 9°. La esposa (38) y la familia me pidieron que lo siguiera atendiendo en forma privada. Así lo hice. Al inicio, la psicoterapia no dio resultados: el paciente seguía ansioso. Fue, entonces, que apelé a un recurso terapéutico: «Pastor, usted ya lleva semanas de medicación, varias sesiones de relajación y no mejora más. Yo creo que usted no me está comunicando algo importante». Sorprendido, el religioso balbuceó: «¿Es que tengo que contarle todo?». «Eureka», me dije, y a él, «Cuénteme lo que pueda soportar». Este diálogo abrió una compuerta de sentimientos vergonzosos. Comentó contrito que era adúltero, tenía sexo con diferentes mujeres, pese a predicar la fidelidad y la castidad en su Iglesia, juntamente con su esposa. En verdad, se sentía insatisfecho en lo sexual. Le gustaban las relaciones anales; a su esposa, no. Ella tenía en cuenta lo que señala la Biblia: «Por esta razón Dios los entregó a pasiones degradantes; porque sus mujeres cambiaron la función natural por la que es contra la naturaleza» (Romanos I, 26). De manera que este hombre buscaba en cada mujer lo que no encontraba en su cónyuge. Fue la conducta pecadora y su conciencia moral las que les estuvieron comiendo la sangre. Después de esa confesión, la ansiedad descendió de modo significativo y la psicoterapia pudo avanzar.

Otra inconsecuencia que encuentro en algunas católicas practicantes es que no se permiten la ira santa. La consideran uno de los siete pecados capitales. Olvidan el pasaje de Cristo expulsando con látigo a los mercaderes del templo. En ese sentido, son desproporcionadas en sus reacciones ante el abuso familiar. Por años, toleran estoicas un brutal maltrato sistemático contra ella y los niños; sin embargo, se derrumban ante el descubrimiento de un adulterio.

Una profesora (56) tenía por esposo (59) a un militar autoritario y maltratador de los hijos. A tal punto era de abusivo que, un día, el hijo mayor (27), abrumado por los insultos y rebajamientos, tomó la pistola del padre y disparó a diestra y siniestra en la casa. Ante la gravedad del hecho, la policía tuvo que intervenir. Luego, yo hube de informar a la Fiscalía que ese hijo era mi paciente y sufría de esquizofrenia. La mujer había sentido, por años, el deseo de divorciarse del abusivo, pero sus ideas religiosas no se lo permitían. Para mayor alienación, unas monjas amigas le predicaban la paciencia y la resignación. Cuando ella comentó que no sentía odio contra el marido, aquellas la alabaron: «Tienes un don». Cuando los hijos crecieron, le reprocharon no haberlos defendido ni haberse separado. Pero ella permaneció fiel a su idea de que el matrimonio es para siempre. Solo cayó en depresión, de nivel clínico grave con ideas de suicidio, cuando descubrió que el marido tenía una aventura. Recibió medicamentos antidepresivos y psicoterapia de apoyo. Continuó con el hombre, aunque ya dormían en cuartos separados.

Los sacerdotes son inexpertos en asuntos del corazón. No obstante, a base de sentido común y estudios, pueden dar buenos consejos a los casados. De hecho, muchas personas, antes de asistir al psicólogo, buscan el consejo de un religioso. Pero cuando un cura se enamora, sufre como cualquiera o peor.

Un sacerdote (42), en tratamiento por ansiedad, me confiaba sus cuitas de amor platónico por la joven secretaria (22) de la sacristía. Refería sus ilusiones y frustración con el tono de un adolescente. Su experiencia amorosa, antes de asumir los hábitos, había sido muy poca; y su experiencia sexual, nula.



Un aspirante a sacerdote (37), desilusionado de la vida religiosa, dejó el monasterio en definitiva y regresó a casa de sus padres. Mientras vistió los hábitos, observó castidad. Ya libre de órdenes clericales, pudo aspirar al amor de una mujer. Pero, hete aquí que, en vez de buscar a una soltera libre, empezó a enamorar a la esposa de uno de los empleados del negocio paterno. Ello ocasionó un escándalo familiar-laboral. Le pregunté por qué había pretendido a una casada. Inexperto e inocente, explicó que la pobre mujer era desdichada en su matrimonio y él quería salvarla.

Los votos de castidad. La castidad sacerdotal es un requisito católico que no rige para otras iglesias cristianas. No obstante, muchos sostienen relaciones al margen de sus votos. Incluso, algunos tienen hijos y viven esa situación bochornosa de manera supuestamente secreta. De hecho, es un insulto decirle a alguien: «Hijo de cura».

El padre Alberto (Puerto Rico, 1969), famoso por su prédica en la cadena TV Telemundo, fue sacerdote católico durante 15 años. La publicación de unas fotografías abrazando a una mujer, terminaron con su catolicismo, en 2009. Entonces, realizó algo coherente: se pasó a la Iglesia Anglicana y se casó con la mujer que amaba.

## 9.5 LAPIDACIÓN DE ADÚLTERAS

La suerte de las acusadas de adulterio ha sido trágica desde la Antigüedad. En la época de Cristo, regía la ley Mosaica para lapidar adúlteras. Este castigo pasó de la ley judía a la musulmana.

De la época de la Reforma religiosa, el caso de Ana Bolena (1507-1536) es histórico. Fue acusada falsamente de adulterio, incesto y alta traición, por Enrique VIII, fundador de la Iglesia Anglicana, para mandarla decapitar.

Aún en el siglo XXI, el adulterio se pena con la muerte por lapidación en algunos países islámicos. El asunto es que la mayoría de ajusticiamientos son contra mujeres. Incluso, la violación es sinónimo de adulterio (Amnistía Internacional). Los principales países bárbaros son: Irán, Nigeria, Somalia, Indonesia y Afganistán. También están Mali, Sudán e Irak. El diario El Comercio de Lima ha publicado las siguientes noticias:

2011. La afgana Guinaz debía escoger entre quedarse en prisión o casarse con su violador. Ella purgaba una pena de 12 años, ya que, en Afganistán, el ultraje sexual es considerado adulterio y la víctima debe contraer nupcias, si quiere ser «perdonada». La mujer tiene una hija, producto de la violación.

2010. En agosto, talibanes mataron a pedradas a una pareja no casada en Afganistán.

2007, Soaa Aswad Dekhil (17) fue apedreada hasta morir, por nueve personas, en Nakisha, Irak. Se había cambiado de religión, para poder casarse con un joven musulmán. Fue acusada de dejar la secta yazidí. El video de la lapidación fue colgado en internet.

2006. La iraní Sakineh Mohamammdi Ashtianí esperaba sentencia de muerte, por la acusación de adulterio. Fue torturada con 99 latigazos y obligada a confesar su delito ante la televisión de Irán. En 2010, debido a la presión internacional, se suspendió la lapidación. El Gobierno de Irán culpó a los EE. UU. de realizar una «guerra blanda», en momentos que desarrollaba

energía nuclear. Amnistía Internacional aclaró que el país de los ayatolas secunda a China en las sentencias de muerte; solo en 2008 ejecutó a 346 personas.

2002. Amnistía Internacional logró 9,6 millones de firmas, para salvar la vida de la nigeriana Lamina Lawal, acusada de adulterio.

«Crímenes de honor». Aparte de la pena de muerte por adulterio, en Pakistán, sobre todo rural, se dan los llamados «crímenes de honor». Según la Comisión de Derechos Humanos del país asiático, en 2011, perdieron la vida 943 mujeres de ese modo; en 2012, hubo 80 ataques con ácido a la cara.

2014. El 17 y 18 de julio, dos mujeres del norte de Siria, Shamseh Abdula (26) y Faddah Ahmad, acusadas de adulterio, fueron lapidadas públicamente por fuerzas yihadistas.

2014. En mayo, Farzana Parveen (25), embarazada, fue muerta a pedradas por miembros de su propia familia, por haberse casado con el hombre que ella eligió. El viudo confesó que había matado a su primera esposa para casarse con Farzana.

En 2012, Anusha, una chica pakistaní (14), fue golpeada y asesinada con ácido por sus padres, debido a que sospechaban tuvo relaciones sexuales. Murió por las quemaduras.

# 10. CASOS DE ESCÁNDALO

---

*Dios perdona el pecado, pero no el escándalo.*

Ciertos adulterios han sido casos de escándalo político que sacudieron los intereses del Estado. Ocurrió en Profumo-Keeler, Inglaterra (1963), y Clinton-Lewinsky, Estados Unidos (1998). En Perú, dos casos de gran interés público fueron el de Ingrid Oliveira (1963) y el de Segisfredo Luza (1966) que terminaron en sendos asesinatos del amante.

## 10.1 CASO PROFUMO

En 1963, el ministro británico John Denis Profumo (1915-2006) hubo de comparecer ante la Cámara de los Comunes, por haber sostenido una relación adúltera con Christine Keeler, joven de 19 años, quien también se acostaba con un espía ruso, Yevyeni Ivanov. Era la época de la Guerra Fría y el macartismo. En 1962, se había producido la crisis de los misiles soviéticos en Cuba. Era posible que el ministro hubiera deslizado secretos de Estado.

El periodismo vinculó a la alta sociedad británica con las orgías, bacanales y prostitución de lujo. Se desacreditó el partido Conservador y Unionista (Tory). El premier Macmillan renunció a su cargo; Sthephen Ward, el médico proxeneta, se suicidó, Keeler fue a prisión por nueve meses.

Profumo fue expulsado del Consejo Real y, luego, dedicó su vida a la organización de caridad East End. La esposa y actriz Valerie Hobson, casada con él desde 1954, permaneció a su lado hasta la muerte de este, en 1998.

## 10.2 CASO CLINTON

En 1998, ocurrió el escándalo político sexual del adulterio del entonces presidente de los Estados Unidos, Bill Clinton de 49 años, y la empleada de la Casa Blanca, Mónica Lewinsky de 22 años.

El partido Republicano llevó a juicio a Clinton por perjurio ante la Cámara de Representantes de EUA. El proceso duró 21 días en el Senado. Hubo una sobreexposición mediática de la figura presidencial. En internet, se publicaron detalles escabrosos de las relaciones sexuales.

Se le encontró culpable de desacato y se le impuso una suspensión de cinco años para el ejercicio de las leyes más una multa de \$90.000 por falso testimonio. Pero fue absuelto del cargo de obstrucción a la justicia y pudo permanecer en la Casa Blanca.

El escándalo afectó la postulación de Al Gore, demócrata en férrea lucha contra el calentamiento global, a la presidencia de Estados Unidos, en 2000. Se denunció la hipocresía de los republicanos adúlteros y hasta con segundo hogar.

La esposa, Hillary, comentó en su libro que al inicio sintió rechazo por Bill; pero, luego, al ver cómo lo atacaban sin piedad, se puso de su lado. Mónica Lewinsky vendió sus memorias a una empresa editorial por el precio de 20 millones de dólares.

### 10.3 CASO OLIVEIRA

En Lima, la noche del 12 de diciembre de 1963, una joven alemana (24), Ingrid Schwend, hija de un exnazi, se presentó a la Policía, para confesar haber matado a un hombre en defensa propia. Según ella, el «conde» español José Manuel Sartorius, a quien ella dijo no conocer, detuvo su carro para ayudarla en un desperfecto mecánico, pero en verdad quiso violarla. «Me introdujo una mano por el escote desgarrándome el vestido», señaló. Para defenderse, sacó el revólver Smith & Wesson calibre 38 que llevaba en su cartera y disparó.

El proceso fue de escándalo. Se hizo público que, a base de un pacto marital con el millonario José Oliveira (40), Ingrid estaba «autorizada a completar su vida erótica fuera de casa». Luego, surgió la versión de que Sartorius había sido un amante enamorado de Ingrid, no consentido por Oliveira. Este sería el autor de los cinco balazos. Ingrid fue condenada a cinco años de prisión que, por buena conducta, fueron disminuidos a tres. Al salir de la prisión, se divorció.

### 10.4 CASO LUZA

En Lima, en octubre de 1966, el psiquiatra Segisfredo Luza Bouroncle (1928-2012), que tenía como paciente y amante a Marta Vértiz, en un arrebatado de celos, mató a su rival Fare Wanus, de 20 años de edad, de 15 balazos. El proceso judicial duró cuatro años y fue cubierto con amplitud por los medios. Fue condenado a ocho años de prisión. Cumplió cuatro años.

Se dijo que Wanus era gay; que el «romance» entre la víctima y Marta Vértiz, amigos en el mundo artístico, había sido solo una maniobra para despertar los celos de Luza y apremiarlo a cumplir su promesa de divorcio.

Al salir en libertad, inició su carrera de estratega psicosocial al servicio de la Oficina de Control Interno (OCI) de Juan Velazco Alvarado; luego, del Sistema de Inteligencia Nacional (SIN) de Alberto Fujimori y Vladimiro Montesinos, aunque él siempre lo negó. Fue autor de los psicosociales del SIN: La virgen que llora, Amenaza de los platillos voladores, etcétera. Eran para distraer a la población de los delitos del gobierno de Alberto Fujimori.

Luza dejó los siguientes libros:

- 2009: La experiencia humana
- 2008: El poder psicosocial
- 1990: Siete retratos interiores
- 1968: La tragedia de Atahualpa
- 1976: Homo captivus

# 11. EL DRAMA EN LA LITERATURA

---

*La literatura universal narra ficciones  
para reflejar la realidad  
(Mao Tse Tung).*

La literatura separa los detalles intrascendentes de la vida, para concentrarse en la esencia del drama humano. El padre de la pedagogía soviética, el ucranio Antón Semiónovich Makárenko (1888-1939), destacó en su tiempo que la narrativa occidental ofrece de manera primordial historias de sufrimiento, donde la traición constituye elemento frecuente; además que, cuando empieza la felicidad, acaba el relato.

Dice Freud que una obra artística resulta trascendente cuando la gente se identifica con el drama de los personajes. Ese mecanismo de defensa del yo explica, por ejemplo, la inmortalidad de Edipo rey (Sófocles) y de Los hermanos Karamazov (Fiódor Dostoyevski) en los impulsos inconscientes de atracción por la madre y el rechazo al padre en el drama infantil.

## 11.1 MADAME BOVARY

La novela del francés Gustave Flaubert (1821-1880) es una historia de adulterios y desdichas de la soñadora Emma, en el marco de un matrimonio gris. Dice Mario Vargas Llosa que «El drama de Emma es el abismo entre ilusión y realidad». Refleja el problema de millones de mujeres, atrapadas en la inercia de un matrimonio mediocre, que el cine ha representado en diez filmes de reflexión.

Incluso, el adulterio civilizado, referido en la novela de escándalo *El amante de Lady Chatterley*, del inglés David Herbert Lawrence (1885-1930), no deja de mostrar infelicidad. Constanza cuenta con la licencia de su esposo –parapléjico de guerra e impotente– para agenciarse un amante; pero no puede escoger al hombre que le agrada, porque este pertenece a una clase social supuestamente inferior.

La mujer insatisfecha: El adulterio en la novela realista (1984), ensayo de la lituana Biruté Ciplijauskaitė (1927-2017), propone que las adúlteras: *Madame Bovary* (Flaubert, 1857), *Ana Karenina* (Tolstoi, 1877), *La Regenta* (Clarín, 1884) y *Effi Briest* (Fontane, 1895) son vencidas, no tanto por sus maridos como por el ambiente social represivo e hipócrita. Las respectivas novelas han sido llevadas al cine en varias versiones de éxito.

## 11.2 DON JUAN TENORIO

El personaje central de la obra del español José Zorrilla y Moral (1817-1893) representa la patología del mujeriego. Antes estuvo en la obra teatral *El burlador de Sevilla* y convidado de piedra, del religioso español Tirso de Molina (1579-1648). Por otra parte, *Memorias* del italiano Giacomo Casanova (1725-1798), con un récord de 132 conquistas amorosas, es un autorretrato psicopatológico.

### 11.3 OTELO

Respecto a los celos, el psiquiatra argentino José Ingenieros (1877-1925), en su obra póstuma *Tratado de amor*, enfatiza que la duda atormenta más que la certeza. Analiza al personaje principal de William Shakespeare como a un neurótico. Por su parte, el psiquiatra estadounidense David Swanson, en *El mundo paranoide*, más bien advierte que el Moro de Venecia ya era un psicótico en la parte final de la obra, cuando da muerte a Desdémona.

Otelo es una obra teatral que ha recibido incontables puestas en escena. Con el nombre de *Otello* (en italiano), también es una ópera, de Giuseppe Verdi con libreto de Arrigo Boito, estrenada en 1887. Asimismo, ha sido llevada al cine como *Othello* (inglés), por Oliver Parker, en 1995, con escenas agregadas al texto original. Antes, fue rodada por otros directores.

José Ingenieros también clasifica *los celos del corazón*. Son los que experimenta el mujeriego Tullio Hermil por su esposa Giuliana, embarazada de un poeta ya fallecido. Ocurren el nacimiento de la criatura y el planeamiento de su asesinato, en la obra *El inocente*, del italiano Gabriele D'Annunzio (1863-1938). También fue llevada al cine.

### 11.4 LA INSOPORTABLE LEVEDAD DEL SER

En la novela del checo Milan Kundera (1929), publicada en 1984, el personaje Tomás ama a su esposa, pero no puede eludir estar con otras mujeres. La consorte sabedora del adulterio de su marido, lo consiente por miedo a perderlo. Por su parte, la amante, Sabina, vive la ligereza (levedad) de relacionarse con hombres comprometidos; no da importancia a la fidelidad, su actitud es amoral. Esta obra filosófica presenta los actuales problemas existenciales del varón, la esposa y la amante.

### 11.5 MOTIVOS DE LOS PERSONAJES

Un análisis de 149 relatos de la literatura universal encontró que los motivos de infidelidad en las mujeres eran 16 y en varones 26.<sup>61</sup>

Los principales de la mujer eran:

1. Mayor excitación sexual o, simplemente, más sexo (16,7%).
2. Sentirse especial, admirada, deseada, hermosa, atendida (15,3%).
3. Una relación más íntima, emocional y romántica (13,9%).
4. Venganza por múltiples razones (9,7%).

Respecto al varón, los principales motivos eran:

1. Mayor excitación (7,8%).
2. Necesidad biológica (6,5%).
3. Poseer con furia (6,5%).
4. Novedad (6,5%).

## 12. FEMINICIDIO

---

*Así como hay amor ciego,  
hay odio ciego*  
(Helen Fischer)

### 12.1 FEMINICIDIO EN AMÉRICA

La violencia contra la mujer y el feminicidio es sistemática en la región. En 2019, el asesinato de mujeres aumentó en más del 30%, respecto a 2018. Los peores países son de Centroamérica: El Salvador y Honduras. Perú tiene, de manera comparativa, una baja tasa de tales homicidios.<sup>62</sup>

### 12.2 FEMINICIDIO EN EL PERÚ

De acuerdo con el Observatorio de la Criminalidad del Ministerio Público, de enero de 2009 a diciembre de 2019, fueron asesinadas 1361 mujeres en un contexto de feminicidio.

Hubo marchas reclamando medidas al Gobierno. En 2018, se promulgaron penas más severas contra ese tipo de homicidio: se elevó de 15 a 20 años la prisión; a 30, en los casos con agravantes.

En Lima, los peores distritos fueron los más pobres: San Juan de Lurigancho, Ate, Comas, La Victoria y San Juan de Miraflores. El 90 % de los homicidas son la pareja o la expareja; el resto, familiares o desconocidos. Los crímenes suelen ocurrir en el hogar. Se utiliza el cuchillo o las manos para ahorcar. Pero si el individuo tiene pistola, se facilita la ejecución.

Feminicidio en el Perú

Año	Número de víctimas
2009	154
2010	139
2011	123
2012	122
2013	111
2014	100
2015	103
2016	105
2017	116
2018	120
2019	168

Fuente: Observatorio de la criminalidad del Ministerio Público

**Motivos.** Los celos entrañan un sentimiento de propiedad y/o superioridad sobre la mujer (33 %) para el homicidio, el varón no acepta que ella lo deje. Otra motivación es la violación (15 %).

**Factores de riesgo.** Para las peruanas son:

- Tener entre 18 a 34 años (62,7 %).
- Estar sola: separada, divorciada o viuda (58 %).
- Ser dependiente: ama de casa o estudiante (55 %).
- No tener educación superior (70 %).
- Las ciudades son más peligrosas que el campo.
- Lima es el peor departamento.
- Los crímenes ocurren más en la casa.
- El homicida estrangula (31,4 %) o acuchilla (25 %).

Ignacio (31), miembro de las Fuerzas Armadas, sufría de la idea obsesiva de que su conviviente Marcia (31) no le quería y que, más bien, lo engañaba. «Llega a las 11 de la noche del trabajo. Cansada, no quiere tener relaciones. Me agredo. La llamo muchas veces por teléfono. He agarrado mi arma, pero no la mataría, por mis hijos». También comentó que él era infiel con Pamela (25). Desapareció luego de esa primera consulta. Reapareció a los tres meses. Confesó no haber cumplido con la terapia. Seguía tomando alcohol. Había empeorado. Dijo que había un hombre que enamoraba a su consorte. «A ese lo busqué con mi arma en mano. Se disculpó. Más bien, su mujer me dijo que la mía era quien enviaba fotos». Agregó: «Mi esposa me rechaza. Llega oliendo a alcohol. La ahorqué por tres segundos. Salgo con Pamela, por distracción. Me atormentan los celos. No me imagino estar sin Marcia». Retomó el tratamiento: fluoxetina 40 mg, suprimió el alcohol y decidió abrir su corazón a la esposa. En las dos siguientes sesiones finales, el paciente comentó que tuvo una conversación profunda con su mujer, se disculpó. Veía a Pamela menos. «Ya no llamo a Marcia como antes, aunque el tipo sigue llamando». No regresó más.

**Pensión a los hijos del feminicidio.** En enero de 2020, el Gobierno Peruano dio el Decreto de Urgencia titulado Programa de Protección General a los Hijos Víctimas de Feminicidio. Aprobó otorgar una pensión de 180 dólares bimestrales a cada hijo, seguro integral de salud, educación y otros beneficios.

## 12.3 VIOLENCIA INTERNACIONAL

Es un fenómeno mundial. De acuerdo con la OMS, las formas de violencia contra la mujer son:

- Violencia familiar
- Violencia sexual
- Feminicidio
- Mutilación genital femenina
- Tráfico de personas y prostitución
- Violencia en situaciones de emergencia humanitaria y conflictos.

## 12.4 PERUANAS GOLPEADAS

La cifra estadística de violencia contra las mujeres, casadas o convivientes, es dantesca: 14,5 % de prevalencia. Eso significa cinco millones de féminas golpeadas cada año, según



la Encuesta demográfica y de salud familiar (ENDES), conducida por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), en 2006. En la sierra urbana, hay más violencia (18.9 %) que en la costa rural (9,7 %). Está relacionada con el grado de educación y oportunidades de trabajo.

**Alcohol y machismo.** De acuerdo con Blitchtein-Winicki y Reyes-Solari,<sup>63</sup> dos son los factores más importantes asociados a la violencia contra la mujer. Las que viven con hombres que liban se encuentran en un riesgo de violencia siete veces mayor que las mujeres que viven con hombres sobrios. El otro gran factor es el machismo controlista que no permite que la mujer visite a sus familiares o tenga una vida social.

Hay otros factores más contra la mujer: el modelo de haber tenido un padre golpeador de la madre; ser conviviente; que la mujer tuviera relaciones anteriores; un mayor nivel educativo sobre el hombre; tomar las decisiones del hogar.

En cambio, son factores protectores: la buena comunicación, el respeto en las diferentes áreas de la vida conyugal, que la mujer sea mayor que el hombre y que tenga un seguro de salud.

El mayor factor de riesgo de los celos es el uxoricidio, un crimen de odio de alta complejidad. Concurren factores diversos como falta de control de impulsos, machismo, alcohol y bajo nivel socioeconómico.

## 12.5 CANCIONERO DEL FEMINICIDIO

En Latinoamérica, la cultura violentista contra la mujer se refleja en sus canciones. El cancionero popular tiene muchos textos feminicidas. El asesino es presentado como víctima de la supuesta mala mujer.

### EL PRESO NÚMERO NUEVE

(Autor mejicano: Roberto Cantoral García)

«Al preso número nueve ya lo van a confesar. Está rezando en la celda con el cura del penal, porque, antes del amanecer, la vida le han de quitar, porque mató a su mujer y a un amigo desleal.

Dice así, al confesar: "Los maté, sí, señor,

Y si vuelvo a nacer, ¡yo los vuelvo a matar!".

"Padre, no me arrepiento ni me da miedo la eternidad. Yo sé que allá en el Cielo el Ser Supremo nos juzgará. Voy a seguir sus pasos, voy a buscarlos al más allá.

El preso número nueve era un hombre muy cabal" ...».

En esta canción, el homicida no solo no expresa arrepentimiento de su luctuoso acto, sino más bien afirma hambre de venganza en el más allá. Fácil es advertir que se trata de un personaje bastante trastornado, aunque el compositor señala que «era un hombre muy cabal». En un foro, los seguidores (varones casi todos) alaban la canción con las siguientes expresiones: «Linda canción inolvidable», «Excelente», «superbe musique», «belíssima música», «¡Linda

música!». Es de desear que se refieran a la tonada y no a la letra, porque sobre esta no expresan crítica. En otro foro -que pide una calificación de la letra- no hay respuestas.

#### EL INCULPADO

(Autor peruano: Román Isusqui)

«Al juzgado me han traído, señor juez, a juzgarme porque soy un criminal. He matado al ser que tanto amé, la madre de mis hijos, adúltera mujer.

Yo le di mi nombre y mi querer, un hogar con ella yo formé.

Pero la insana y pérfida mujer, mientras yo la adoraba, traicionaba mi querer. (...)

Señores magistrados, yo me hice un desgraciado, lo siento por mis hijos que sin madre los dejé (bis)».

En este vals, interpretado por Los Embajadores Criollos, el personaje se presenta a sí mismo como un excelente marido y a ella como la insana y pérfida. Es decir, extremos. ¿Así son las parejas en la realidad? La observación clínica revela, más bien, que el adulterio femenino suele darse por insatisfacción afectiva, debido a un marido poco cariñoso y torpe. De modo complementario, la investigación muestra que el uxoricida ya era violento antes de cometer el asesinato. Lo fue con parejas anteriores. Llegó al crimen, luego de un rosario de actos de violencia y amenazas horribles.

**Insultos a la mujer.** El psiquiatra Sergio Zapata Agurto (fallecido en 2014), en un viejo análisis, mostró que los personajes del cancionero criollo, con frecuencia insultan a la mujer y son quejosos de engaño y abandono. Un ejemplo icónico es el vals que dice: «Víbora, ese nombre te han puesto, porque en el alma llevas el veneno mortal de la calumnia y la maldad». Dos sustantivos y tres adjetivos calificativos negativos entre 20 palabras. A continuación, una muestra de títulos insultantes contra la mujer del cancionero *Criollos peruanos* (2017):

Ingrata, Mala mujer, Mentirosa y traicionera, Mujer interesada, Perdida, Tu culpa, Amor por interés, Amor traidor, Camino a la traición, Falsía, Falso amor, Olvídala, amigo, Rencor. También hay canciones despreciativas contra los varones que interpretan las mujeres, como Pedazo de idiota o Propiedad privada, pero son bastante menos.

En contra de lo que difunde el cancionero, las mujeres no suelen dejar al esposo e hijos. Más bien, son los varones los comprometidos, de modo mayoritario, en casos judiciales de abandono de hogar y pensión alimentaria. Esta dura realidad se refleja en la carga judicial peruana y en la de otros países latinoamericanos.

**Boleros ambivalentes.** En los boleros que siguen, un personaje presenta ambivalencia y depresión grave: deseos de morir, pero no expresa culpa ni arrepentimiento. En el otro, el personaje no mata a la mujer, más bien hasta perdona; sin embargo, le reprocha ser la causante de su desgracia.

#### SEÑOR ABOGADO

(Lucho Barrios)

«Déjeme tranquilo, señor abogado, no quiero defensa, prefiero morir.

Yo la he matado, porque se ha burlado de mi amor sincero, delante de Dios. Era noche fría cuando en el trabajo cambiaron de horario, tuve que volver. Entré muy despacio, para despertarla con suaves caricias y besos también. Lo que vi esa noche no es para decirlo, ella me engañaba con otro querer. Muy desesperado busqué en el ropero un arma de fuego y la acribillé.

Ella era mi vida, ella era mi todo, ahora que está muerta, para qué vivir. Por eso le ruego, señor abogado, no quiero defensa, prefiero morir...».

ME ENGAÑAS, MUJER

(Lucho Barrios)

«Me engañas mujer con el mejor de mis amigos que fue como un hermano y con él te encontré y a los dos perdoné

Un día te vi y el corazón y mi alma te di, ingrata mujer me enamore de ti.

El engaño fue la causa de mi desgracia, pero te quiero todavía a ti mujer».

**Tangos del feminicidio.** Tampoco los tangos se salvan de las intenciones uxoricidas. Por ejemplo, Tomo y obbligo, de Carlos Gardel y Romero (1931), dice:

«Y hoy al verla envilecida a otros brazos entregada.

Fue pa' mí una puñalada y de celos me cegué.

Y le juro todavía no consigo comprenderme cómo pude contenerme y ahí nomás no la maté».

Héctor Diomedes<sup>64</sup> realiza un amplio análisis acerca del contenido machista y feminicida del tango.

## 12.6 NEUROLOGÍA DE LA FURIA ASESINA

Los celos asesinos se dan porque del amor al odio no hay más que un paso. El sentimiento antagónico del amor no es la indiferencia, sino la ira. Ante el abandono, los circuitos anatómicos de la furia/agresión (amígdala, hipotálamo, ínsula, región prefrontal) son los mismos que los del amor romántico. Por eso la canción dice: «Te odio y te quiero con todas las fuerzas de mi corazón». Esa furia puede cruzar fronteras para asesinar a una mujer:

En octubre de 2018, el venezolano Geovanny López (45) vino a Lima siguiendo a su ex, la venezolana Carmen Victoria Velázquez Sánchez (38), para reconciliarse. Ella llevaba tres meses trabajando en el distrito de Ate. Lo había dejado porque él era violento y golpeador. El 8.10.2018, la mujer interpuso una denuncia en la Comisaría de Santa Clara por acoso. Como mantuvo el rechazo, López la asesinó con cuchillo de cocina. Enseguida, intentó suicidarse lanzándose de altura, pero no lo logró; fue internado en el hospital Hipólito Unanue con custodia policial. Dos menores de edad quedaron huérfanos en Venezuela.

El varón abandonado se ve envuelto en un torbellino de sentimientos arrolladores: desesperación, depresión, obsesión, furia. Nada le importa, tan solo recuperar a quien considera su mujer. La acecha, agrede. Si toma alcohol, está listo para cometer un crimen. Así como hay «amor ciego», hay «odio ciego». El abandonado no tiene en cuenta a los hijos, familia ni esperanzas de un futuro mejor. Así, algunos matan y se suicidan.

## 13. EL MIEDO AL MATRIMONIO

---

*Los varones temen casarse,  
las mujeres a quedarse solteras*

«Vengo porque me siento deprimido. Mi enamorada me ha dejado y la extraño mucho», consulta un hombre de 40 años que lleva con su pareja ocho años de relación. Demasiado tiempo. Ella ya cumplió 33 y le exige casarse, pero él no quiere. Han tenido varias rupturas y reconciliaciones en los últimos tres años.

El miedo al matrimonio es masculino. En consulta, recibo a hombres que sienten cariño por su enamorada, pero no desean contraer matrimonio. Por su parte, ellas consultan porque ya llevan demasiado tiempo con un enamorado que no quiere comprometerse.

Las consultas de los varones suelen darse por síntomas de depresión reactiva a una separación que la enamorada realiza. En verdad, tal brecha es una más en un juego cíclico de exigencias y reconciliaciones. Complementariamente, las mujeres se deprimen porque no logran que su querido hombre se case con ellas. Además, esa consulta la realizan damas que pasan los 30 años y desean embarazarse. Son conscientes de que el reloj biológico juega en su contra.

Este es un viejo tema. El psicoanalista austriaco Wilhelm Stekel escribía, en 1913, sobre el miedo al enlace en su libro *El matrimonio moderno*. Allí cuenta el caso de un novio que sufrió un ataque de pánico en la antesala de la boda.

En la zarzuela *La del Soto del Parral* (1927), de Luis Fernández de Sevilla y Anselmo Carreño, en la Ronda de Enamorados, ellas cantan:

«Siempre me dices lo mismo/ tus consejos no quiero escuchar/ porque sabes decir muchas cosas/ cariñosas, engañosas/ pero nunca te quieres casar».

El motivo que dan los varones para no casarse es el miedo a perder la libertad. ¿Y a qué tipo de libertad se refieren? Fundamentalmente a tres: económica, afectiva y sexual. El paciente mencionado en el primer párrafo señalaba que debía socorrer a su familia de origen que pasaba penurias materiales crónicas.

Otro paciente con depresión reactiva, al haberse separado de su enamorada, explicaba que después de siete años de relación ya no estaba enamorado, aunque la quería. Deseaba casarse, pero experimentando amor romántico. Además, no le interesaba tener hijos. «Dan mucha lata; para eso ya tengo sobrinos», subrayó.

Un tercero, que disfrutaba de las delicias del sexo con diferentes mujeres, veía limitado su futuro hedonista, de casarse con la vieja enamorada. Aunque le tenía cariño, no deseaba enlazarse, porque eso significaba renunciar a las demás féminas.

# 14. ALTERNATIVAS A LA MONOGAMIA

---

*La mejor solución al adulterio es la monogamia sucesiva*  
(Jesús Palacios)

Ya que la monogamia limita la libertad afectivo-sexual, se han realizado diversos ensayos alternativos, en especial, en los Estados Unidos.

## 14.1 MATRIMONIO ABIERTO

Se trata de un acuerdo que establecen cónyuges monógamos para permitir relaciones extramatrimoniales. Se le llama adulterio civilizado. Cada miembro puede tener aventuras, pero su juramento es la lealtad a la pareja legítima. Los antecedentes de este ensayo se encuentran en los años sesenta en Estados Unidos.

El matrimonio abierto debe su nombre a la publicación, en 1972, del best-seller *Open Marriage*, de Nena O'Neill y George O'Neill, en contraposición al tradicional *closed marriage* (matrimonio cerrado). La pareja acuerda la libertad de tener relaciones extramaritales. No hay engaño *sensu stricto*. Sin embargo, la experiencia clínica muestra que, con frecuencia, se producen reacciones emocionales intensas en los participantes.

De todos modos, hay autores que sostienen que el matrimonio abierto funciona bien en personas muy maduras. Los riesgos son las enfermedades venéreas y el enamoramiento que pueden llevar al divorcio. Hogaño, entre 1 % y 6 % de los matrimonios estadounidenses ensayan el matrimonio abierto. Pero muchas parejas retornan a la monogamia.

Aclaración. Existe el caso de matrimonios convencionales donde la infidelidad de uno provocó el adulterio del otro. Luego, cada miembro fue tomando libertades sexuales en una escalada de venganza mutua. Eso no es matrimonio abierto, porque su base no reposa en la confianza y la racionalidad, sino en puras pasiones vindicativas.

**Intercambio de pareja.** Es una variante de matrimonio abierto, donde tres o cuatro parejas -amigas o buscadas a propósito- se reúnen para intercambios sexuales. Cada matrimonio conserva su identidad. Las reuniones se dan en casa de alguno de ellos. Las dificultades son los hijos como testigos ocasionales, un eventual embarazo no deseado y los celos irracionales.

Carl Rogers cometa el caso de un trío de matrimonios en el que una de las mujeres realizó intento de suicidio.

**Poliamor.** Consiste en tener más de una relación afectivo-sexual con el conocimiento y consentimiento de todas las personas involucradas. A diferencia del matrimonio abierto típico o el *swing*, los participantes no se focalizan en una pareja central.

**Fiestas *swing*.** Otra variante del matrimonio abierto es la participación de la pareja en fiestas privadas organizadas en locales *ad hoc*. Un estudio realizado en Río de Janeiro, entre 2003 y 2007, detectó las siguientes características: Se trataba de matrimonios juveniles y adultos,

de clase media, con algunas personas casadas por segunda vez. Los encuestados hacían una clara separación del sexo y el amor. Eran polígamos sexuales y monógamos amorosos, es decir, satisfacían sus necesidades sexuales, pero eran fieles en sus afectos a su cónyuge. Aseguraban que la libertad sexual producía más complicidad e intimidad con la pareja matrimonial; asimismo, que el *swing* solo es para personas maduras y estables. Pero también se encontraron voveristas, exhibicionistas y tríos. Se trataba de satisfacer fantasías. Sin embargo, hubo parejas que se aburrieron de dichas fiestas, porque pasó la novedad y cayeron en rutina y tedio.

## 14.2 MATRIMONIO GRUPAL

Es un tipo matrimonial *de facto* donde varios hombres y mujeres conviven en poligamia. El carácter cerrado es clave en la lealtad del grupo. Los eventuales hijos son de todos, como habría ocurrido con la humanidad al principio de los tiempos. Este tipo de ensayo fue practicado entre los hippies de Estados Unidos, en los años de 1960. La dificultad fue su integración a la vida social convencional. Por ejemplo, ¿quiénes se identificaban como padres cuando los niños iban a la escuela o al centro de salud?, ¿cuál era el desarrollo psicológico de los pequeños que vivían en un ambiente de poliandria y poliginia?

## 14.3 BEATNIK

Fue un movimiento contracultural que se dio en Estados Unidos, en la década de los cincuenta, caracterizado por un estilo peculiar de vagancia, vandalismo, libertinaje sexual de grupo y en el vestir. El psiquiatra Francis Rigney se hizo pasar por uno de ellos entre 150 jóvenes. Publicó 100 noches con los beats, donde destacó la vida de violencia y promiscuidad entre ellos. Los consideró neuróticos.

Por su parte, Castilla del Pino señala que tal «liberación» es una forma negativa de protestar contra la represión. Lo mismo dice del movimiento sucedáneo, el hipismo y su pretendida libertad sexual de los años sesenta.<sup>65</sup>



# PARTE IV: ASPECTOS CLÍNICOS

## 15. MOTIVOS DEL ADULTERIO

---

*La conducta humana no obedece a una sola razón, sino a la concurrencia de varios factores causales*

Son diversos los factores que se reúnen para que una persona sea infiel. Se ha invocado que los varones buscan excitación, pasión y sexo; las mujeres, atención, admiración, romance. Analicemos algunos de los principales factores.

### 15.1 INSATISFACCIÓN AMOROSA

Una de las causas más importantes de adulterio es el hambre de afecto. Suele provenir del deterioro del matrimonio o de haberse casado uno sin amor. Muchas personas se enlazan por embarazo, cumplimiento con la novia y con las familias de origen, conveniencia social, económica o moral. Un noviazgo demasiado largo mató la ilusión, mas no el compromiso; entonces, la boda se dio por cumplir. Ya casadas, las personas viven con la nostalgia de que con otra hubieran sido felices. Se resignan, pero tarde o temprano, emerge la necesidad de amar y ser amada. Como dice la canción: «Una boda sin cariño es camino a la traición». Esta suele venir de quien no ama, pero también de quien amando no se siente correspondido.

Siendo adolescente, Ángela salió de su provincia a trabajar de obrera en Lima. Uno de los obreros tuvo relaciones sexuales con ella. La tía de la muchacha denunció al obrero ante la policía por tener relaciones con una menor de edad. Se arregló el lío mediante el matrimonio. El dueño de la fábrica los botó. Él pasó a trabajar en otra fábrica; ella, a vender comida en carretilla. Tuvieron dos hijos. El marido era frío e indiferente. Lo habían obligado a casarse bajo amenaza de cárcel.

En cambio, Ángela sí le tenía cariño. Una vez le preguntó: «¿Tú me quieres?». La respuesta fue gélida: «Vivo contigo». En esas circunstancias de no ser correspondida, ella conoció a un vendedor que empezó a enamorarla. Sabiendo que hacía mal, tuvo relaciones con el galán y salió embarazada. Se sometió a un aborto clandestino. En el postoperatorio, presentó un cuadro de psicosis donde veía al demonio. Luego comenzó a sufrir ataques de pánico. Fue así que buscó ayuda en el hospital Hermilio Valdizán. Era una mujer (30) agraciada y tímida. Estaba asustada y llena de culpa. Pidió ser atendida en forma particular, porque necesitaba hablar mucho, de su infancia, de sus padres...

En general, la persona flechada no piensa en engañar. Una encuesta en EUA y Japón, en personas locamente enamoradas mostró que el 80 % de varones y el 88 % de mujeres no piensan en acostarse con quien no sea su amado.<sup>12</sup>

Algunos se casan enamorados, pero no cultivan el amor conyugal. Las crisis normales de la vida marital no se resuelven y, más bien, se acumulan. Al final, surge la apatía, si acaso no la hostilidad. Una vida de pleitos, muchas veces por el dinero y/o por la diferencia de caracteres, es el escenario preparatorio para el adulterio.

Con frecuencia, la frialdad afectiva de la mujer surge del trato áspero del marido, tosco con las palabras y hasta con los puños. A la mujer se le van las ganas de tener relaciones. Algunas veces, ese trato agresivo se debe a una enfermedad mental, como la depresión crónica, que afina en una infancia de desdichas y heridas emocionales nunca cerradas. Así, la frialdad reactiva de la esposa da pie a buscar el amor fuera del hogar. Se trata de un círculo vicioso.

Armando es un paciente que atendí por años, debido a un trastorno depresivo recurrente grave, caracterizado por ideas suicidas y agresividad destructiva. Su niñez transcurrió en un ambiente rural provinciano. Fue espectador de los abusos físicos y psíquicos de su padre, un policía alcohólico, contra su madre. Esta soportaba de manera estoica los maltratos. Este drama sistemático hirió el alma del niño y el de sus hermanitos de modo trascendente. Al iniciar su adolescencia, se fugó a Lima. Se convirtió en vendedor ambulante para sobrevivir. Pero también empezó a tomar alcohol. A los 17 años enfermó seriamente. Una joven, Rosaura, dos años mayor que él, lo atendió y ayudó a salir del pozo en que se encontraba. Surgió una amistad. Tiempo después se casaron. «Lo hice por gratitud; no porque la amara», comentó. Trabajaron duro y lograron montar un negocio próspero. Tuvieron cuatro hijos. Pero la enfermedad depresiva se cruzó en el hogar. Había maltrato verbal y físico contra la mujer y los hijos. La esposa era estoica y permitía el abuso. Allende los años, los hijos serían atendidos por mí: uno por trastorno depresivo; otro, por ataque de pánico; un tercero, por depresión reactiva. Un día, golpeó a uno de sus hijos ya mayor, y este le respondió con golpes. Fueron a parar al Poder Judicial. La esposa se había enfriado por completo y participaba del acto sexual de manera pasiva, hacía muchos años. El hombre manifestó eyaculación precoz y, más adelante, desinterés por su mujer ya marchita. Comenzó a experimentar nostalgia por chicas que no se atrevió a enamorar en su adolescencia. «Fui muy tímido», explicó. Se enamoraba de manera platónica de mujeres diversas, como las vecinas. El peor enamoramiento fue por su cuñada, quien era casada y tenía hijos. Por años, estuvo prendado de ella, le hacía regalos y le daba atenciones primorosas. La cuñada aprovechaba para sacarle dinero, pero nunca soltó prenda. Este enamoramiento duró hasta que la cuñada falleció de una enfermedad fulminante. Después, pasó a enamorarse de una prostituta juvenil. Hasta la última vez que lo vi, se había convertido en un asiduo concurrente a los prostíbulos.



Otras veces hay paz en el matrimonio, pero no felicidad. El hombre y la mujer se llevan bien en apariencia; reciben visitas de la familia; tienen sexo, mas no dicha. No hay pleitos, pero tampoco de qué conversar. Los diálogos giran en torno a cuestiones triviales, tales como las cuentas que pagar. No obstante, no quieren divorciarse, por miedo a repetir en los hijos los propios traumas infantiles. La conciencia moral los frena. También, la comodidad de la rutina. Entonces, surge la necesidad de la excitación y el romance que falta en el hogar.

Mi colega José Galindo Tipacti, terapeuta de familia, aconseja casarse enamorado, pero no tanto. Un grado importante de racionalidad es necesario en la elección de pareja, subraya.

De todos modos, no se piense que una boda sin cariño lleva inevitablemente a un páramo yermo matrimonial. Carlos Alberto Segúin <sup>66</sup> refiere el caso de un matrimonio sin amor que, en el momento de enfrentar una enfermedad grave del hijo, reaccionó con fuertes sentimientos de amor hacia el hijo y de uno hacia el otro. El autor de *Amor, sexo y matrimonio* plantea que los tres factores del epígrafe suelen no darse juntos. Pueden concurrir amor y sexo, sin matrimonio; amor y matrimonio, sin sexo; sexo y matrimonio, sin amor. Pero los tres juntos, no. Agrega que el orden de presentación de los tres aspectos puede ser cualquiera. Primero amor, luego matrimonio y, finalmente, sexo, según el ideal católico. En el caso que comenta, primero fue el sexo, luego el matrimonio y, finalmente, el amor.

## 15.2 INSATISFACCIÓN SEXUAL

Es posible que la humanidad padezca insatisfacción afectivo-sexual desde su civilización. Obras literarias de la Edad Media, como *Decamerón* (1353) de Giovanni Boccaccio, así lo denuncian. La represión sexual y los celos constituyen el denominador común de las historias. Debido a la represión, los cuentos con contenido pecaminoso fueron eliminados o mutilados en ciertas obras literarias medievales.

La primera traducción de *Las mil y una noches*, realizada al idioma francés, por Antoine Galland, en 1704, eliminó las abundantes historias de adulterio de la versión original correspondiente al siglo IX.

Sigmund Freud (1856-1939), el más importante estudioso del carácter represivo sexual de la moderna sociedad occidental, señaló que la represión crea cultura y que toda neurosis es sexual. Uno de sus más radicales seguidores, el psicoanalista alemán Wilhelm Reich (1897-1957), publicó *La revolución sexual* (1936), para denunciar el carácter represivo de la sociedad europea. «La juventud alemana padece de miseria sexual», enfatizaba.

En los cincuenta, empezaron las investigaciones cuantitativas de campo sobre la sexualidad humana. El biólogo estadounidense Alfred Kinsey (1894-1965) publicó *El comportamiento sexual en el hombre* (1948). Aunque con algunos errores metodológicos de muestreo, tuvo la virtud de despertar la investigación sobre sexualidad en otros estados y países. Además, muchos de sus resultados fueron coincidentes con los de otros investigadores.

En los setenta, los libros de medicina interna señalaban que el 30% de los pacientes respondían tener problemas sexuales, cuando se les preguntaba al respecto. William Masters (1915-2001) y Virginia Johnson (1925-2013) revelaron que un tercio de los matrimonios presentaban

problemas sexuales y que el varón estaba más inclinado que la mujer al adulterio. En 1976, la alemana estadounidense Shere Hite publicó el *Informe Hite*, una investigación sobre la sexualidad femenina que derribó mitos respecto al orgasmo femenino. Criticó los trabajos de Masters y Johnson, y de Kinsey.

Diferentes investigadores señalan que la satisfacción sexual disminuye con la edad. Es polémico si se da más en varones o en mujeres. Unos encuentran que los caballeros están más satisfechos; otros, que las damas.

A esta altura, cabe formular una atingencia teórica. ¿Es posible que la miseria sexual de la juventud alemana, denunciada por Reich, correspondiera a la humanidad civilizada y no, en cambio, a las comunidades primitivas? La antropóloga estadounidense Margaret Mead (1901-1978) reveló que en la tribu de los samoanos no se presentaban trastornos sexuales ni neuróticos, merced a su natural cultura de libertad general.<sup>67</sup>

Volviendo a mis observaciones clínicas, ¿cuáles son los factores que producen insatisfacción sexual en los matrimonios? Los siguientes:

**Discrepancia en las necesidades sexuales.** Ya mencionamos que, en general, el varón desea más relaciones que la esposa, algunas mujeres más que el marido y en menor porcentaje ambos las desean por igual. También se señaló la recomendación médica de que, en la discrepancia, cada cónyuge haga un esfuerzo para satisfacer al otro. Por ejemplo, él se inhibiría un poco y ella daría un poco más; de este modo, ambos se acercarían al ideal de la armonía. Lo que he observado es que ese ideal de paridad no se alcanza, siempre queda una diferencia importante.

Celeste (48) consultó por humor alternante y obsesiones. En el examen de fuentes de estrés, señaló que después que nació su hijo, a sus 41 años, disminuyó su libido de manera drástica. «Mi esposo es fogoso. Conversamos y acordamos inhibirse él un tanto y yo ceder otro tanto. Aun así, lo sexual me da ansiedad».

Cuando los esfuerzos para acortar la brecha no son suficientes, la desdicha en la cama suele extenderse a toda la casa. Los pleitos se hacen frecuentes por motivos baladí, las ideas de adulterio aparecen y surgen amenazas de divorcio.

Fabricio (29) consultó por ansiedad y, a los pocos meses, se casó con Sandra (23). Estaban enamorados y bien apoyados económicamente por sus familias. La boda fue suntuosa y bien concurrida. De solteros, mientras vivían cada uno en casa de sus respectivos padres, tuvieron relaciones íntimas esporádicas, las que resultaron muy satisfactorias para ambos. Sin embargo, ya casados, viviendo en su propio hogar, rápido se reveló la diferencia en las necesidades sexuales. Él quería hacer el amor todos los días; ella, solo dos veces a la semana. Fabricio se quejaba de quedarse hambriento de sexo; Sandra, de estar saturada con tanta demanda. Surgieron los pleitos por quítame esta paja. Él comentó en privado que había comenzado a pensar en otras mujeres; ella, a su turno, en regresar a casa de su mamá. Surgieron las amenazas de divorcio por parte de él. Finalmente, ella viajó al extranjero para completar unos estudios. De esta manera, pusieron una pausa en un problema sin aparente viso de solución. Después de seis meses, seguían separados, aunque se querían y extrañaban. Ella alcanzó a decirle: «Esa presión que tú me hacías, me enfriaba más». Ahora, él estaba dispuesto a

cambiar de actitud. Sin embargo, la separación se prolongó por un año más. Entonces, hubo enfriamiento y él me comunicó que deseaba divorciarse. Terminaron separándose.

**El bebé en cama de los padres.** Algunas parejas cesan sus relaciones sexuales después que nace el primer hijo. Esta abstinencia suele prolongarse cuando al bebé se le hace dormir en la cama de los padres todo el tiempo, lo que puede durar años.

Natalia y Rubén se casaron a los 40 años de edad cada uno, luego de un noviazgo de seis meses. Solo tuvieron un hijo. El bebé durmió con la madre desde el principio. El marido dormía en otro dormitorio. Las relaciones íntimas fueron apagándose. Esa distancia marital se incrementó porque vivían en casa de la familia de origen de él, la que hostilizaba a Natalia. También porque Rubén era vendedor, ganaba poco y debía extender su jornada de trabajo hasta la noche. El contacto físico y afectivo de los esposos fue haciéndose cada vez más lejano, al punto que empezó el resentimiento de ella contra él. Acudieron al psiquiatra por el niño, cuando este ya tenía nueve años y presentaba un trastorno obsesivo compulsivo. A este se le prescribió un medicamento y se le envió a una psicóloga de niños. Después de dos años, la evolución clínica del hijo era irregular. A Natalia se le veía depresiva, acusaba a Rubén de no querer comunicarse. Cuando se les señaló que dicha depresión podía estar interfiriendo con la mejoría del hijo, se reveló que el chico a los 11 años de edad seguía durmiendo con la madre. De inmediato, se les indicó que esa situación no era saludable para nadie. Cumplieron con hacer que el chico durmiera en un cuarto aparte; los esposos volvieron a dormir juntos. A partir de ese momento la relación de los esposos comenzó a mejorar... y la salud del hijo también.

**Mal amante.** La insatisfacción sexual se refiere también a la baja calidad del encuentro íntimo. Una sistemática falta de prolegómeno amoroso, un marido que desea la penetración inmediata, enfría a cualquier mujer. Por su parte, una fémina llena de prejuicios y conservadurismo pondrá trabas al interludio amoroso. Tales torpezas están relacionadas con la ignorancia y la falta de consideración hacia la pareja. Más allá de la técnica en la cama, lo que más importa es la buena calidad de la relación global de la pareja.

**Gustos diferentes.** También la discrepancia en los gustos sexuales crea insatisfacción. Un ejemplo es el caso de un varón que pide a la esposa participar en determinados juegos eróticos, muy excitantes para él, pero que a ella no le gustan o hasta le disgustan. O el caso de un varón que le agrada que su esposa se luzca en lencería, pero a ella no. Así, ambos se quedan con esa área sexual pendiente.

**Frigidez primaria.** Este problema también suele conducir al adulterio. La inapetencia sexual femenina suele provenir de una experiencia traumática en la niñez, tal como la violación, según mis escasas observaciones clínicas. Una mujer puede dar sexo para complacer al marido. Pero si este hecho ocurre siempre, el varón resentirá la poca participación de ella en la cama. Como dicen Novak et al., «No produce placer llevar a un sordo a un concierto».<sup>68</sup>

**Ni sexo ni interés.** Si a la falta de relaciones sexuales, se une el desinterés afectivo, el resentimiento se apodera hasta del más santo. En este caso, pueden activarse carencias de la infancia y manifestarse enfermedades psicósomáticas.

Una bella extranjera (36), misionera adventista con su esposo (41), consultó porque experimentaba síntomas de ansiedad: hipersensibilidad, llanto, insomnio, taquicardias y aumento de la presión arterial. Asimismo, mala digestión, inapetencia y baja de peso. También episodios de falta de

aire, opresión al pecho, temor a perder el control con miedo a morir y temor persistente a sufrir otros episodios similares de angustia. Todo empezó en el posoperatorio de una segunda cirugía a la rodilla, porque había tenido fractura de la tibia y meniscos. Despertó con gran ahogo; mucho hormigueo de manos, pies y corazón; cuello rojo morado. Los médicos diagnosticaron alergia al ketoprofeno (antiinflamatorio no esteroide, AINES). [Nota: ketoprofeno puede ocasionar acortamiento del aliento, disturbios de la respiración, tensión pectoral y jadeo, en menos del 1 % de los pacientes. Además, se desaconseja mezclarlo con otro AINES]. Pero, en realidad, se trataba de un claro ataque de pánico. Recibió atenciones del cardiólogo, nutricionista, psiquiatra y gastroenterólogo. Cada uno la llenó de pastillas. Por fin, pasó a ser vista por un psicoterapeuta cognitivo-conductual. A este le confió, entre otras cosas, que se sentía desolada porque no tenía relaciones sexuales ni atenciones amorosas de su esposo. Me consultó. En la primera entrevista me pidió que le disminuyera las dosis de todos los medicamentos. Procedí con gran cautela, porque cada disminución le provocaba gran ansiedad. Pero se logró retirar la mayoría de los medicamentos. El marido explicó que él no tenía apetito sexual, por lo que se encontraba en estudio diagnóstico ante un endocrinólogo. En verdad, su testosterona y todo el perfil endocrinológico eran normales. El psicólogo y yo -cada uno en su set- advertimos que el hombre no se comprometía con la esposa. La paciente reconocía que la psicoterapia le había servido, pero que no la ayudaba más. Se masturbaba con el auxilio de pornografía. En una de las sesiones, le dijo a su cónyuge: «Si no tengo relaciones íntimas, pueden pasar tres cosas: 1. Que me enferme, ¡Me está pasando!; 2. Que cambie de marido; 3. Que me busque un amante». Después de esa sesión, desaparecieron.

### 15.3 PLEITOS PERMANENTES

Una relación matrimonial de conflictos continuos lleva al desgaste. Las descalificaciones, insultos y maltratos propician el adulterio. Los pleitos maritales son naturales como proceso de ajuste; pero si se exceden en número y sobrepasan los límites del respeto, el matrimonio cae en disfuncionalidad. La persona echará de menos una relación pacífica y amorosa con alguien.

Una guapa mujer (30) peleaba siempre con su esposo (40) y lo vejaba llamándole «poco hombre». Las relaciones sexuales cesaron y el hombre llegó a pensar si acaso era impotente. Esa duda, señaló, lo indujo a probar su hombría con otra mujer. Así, conoció a una joven que -siendo mucho menos atractiva que la esposa- era cariñosa con él. Con esta sí tuvo firme erección y buen desempeño sexual. Más adelante, conoció a otra fémina, ya adulta e igualmente cariñosa, que se convirtió en su amante.

### 15.4 ENAMORAMIENTO

Se trata de una pasión poderosa que, cuando se da hacia una tercera persona, produce crisis en el matrimonio. La razón y la moral ceden ante la necesidad imperiosa de vivir el nuevo amor. La mayoría de los infieles racionaliza, es decir, se dan a sí mismos razones convenientes para mantener la relación adúltera. A veces los varones abandonan el hogar dejando a su suerte a esposa e hijos, lo que ya configura delito. Las personas suelen enamorarse de aquellas que están en el entorno. En cambio, solo he visto dos casos de enamoramiento por prostituta. Cuando los varones se enamoran, suelen hacerlo de compañeras de trabajo o estudio; también de la mejor amiga o de la prima de la esposa. He visto dos casos de enamoramiento con la cuñada. Ese amor ilícito y correspondido da lugar a triángulos insólitos.

Una mujer (50) llevó a su esposo (55) con depresión grave al hospital Hermilio Valdizán. Relató, con tranquilidad, que su hermana y su marido habían estado entendiéndose en casa, mientras ella trabajaba fuera. Cuando descubrió la traición, la hermana pidió perdón sentidamente. La esposa aceptó, pero con una condición:

«Desapareces y que él no te pueda ubicar». Ocurrió así. Entonces, el hombre se dio a la búsqueda desesperada de la cuñada. Como sus esfuerzos fueron inútiles, cayó en depresión suicida.

## 15.5 LA CRISIS DE LOS CUARENTA AÑOS

Es un periodo de cuestionamiento personal, al contemplar que la juventud ha pasado y se ha entrado en la adultez. La muerte de un ser querido, la premenopausia, un fracaso laboral o los primeros signos de envejecimiento pueden disparar la crisis. Entonces, se intenta mejorar aspectos sustanciales de la vida como son la carrera profesional y el matrimonio. Con inusitada frecuencia, se da el adulterio. Es un momento en que el matrimonio lleva más o menos una década y los hijos tienen unos diez años de edad. La persona lleva trabajando algo así como quince años. Varias metas personales se han postergado y los ideales de la adolescencia duermen el sueño de los justos. La persona revisa su vida y se pregunta si valió la pena sacrificarse. Experimenta la necesidad de oxigenar su existencia. Los deseos de adulterio resultan más grandes, cuanto más inerte es el matrimonio. La tentación de una aventura resulta tanto mayor cuanto menos satisfechas se encuentran las necesidades afectivo-sexuales. La verdad, solo una minoría experimenta la crisis de los cuarenta, donde el culto a la juventud es uno de los factores facilitadores. Se trata más bien de una reflexión que de un trastorno psíquico. El periodo de crisis dura entre tres a diez años en los varones; y de uno a tres años en las mujeres. Ellos suelen buscar mujeres más jóvenes. Hay quienes niegan la existencia de esta crisis, encuentran que en toda edad se presentan crisis de reevaluación de la existencia.

Un hombre (39), casado con una mujer de su misma edad y con hijos de 9 y 8 años, experimentó agotamiento en su sistema de vida laboral. Trabajaba en dos lugares y estudiaba un posgrado. Echó de menos no haber desarrollado su sueño adolescente: ser un gran artista. Con este motivo, abandonó uno de los trabajos, a fin de retomar su arte. En esas circunstancias, conoció a una mujer (38) casada, también insatisfecha. Iniciaron una relación romántica que llevó rápido al divorcio de ella, pero nunca a la de él. El romance duró tres años. Finalmente, ella lo despidió, porque él no se separaba de su mujer. El hombre culminó sus estudios y retomó sus trabajos; se reconcilió con su esposa y permaneció fiel a lo largo de los años. Antes de la tercera edad, dejó uno de sus nuevos trabajos y retomó, en definitiva, su arte postergado medio siglo; pero esta vez ya no quiso ninguna aventura romántica fuera.

## 15.6 MACHISMO

El adulterio es motivo de prestigio social en varones de las clases bajas. En cambio, la mujer infiel es condenada en todas partes. A menor educación, mayor machismo. Se trata de una ideología que afecta a varones y mujeres. Las propias madres hacen distinción entre hijos e hijas, respecto al tipo de tareas domésticas y privilegios. Mis pacientes varones me comentan sus infidelidades de manera más liberal. En cambio, las pacientes tienden a ocultarlas.

Una mujer [47] con depresión me fue enviada por su psicoterapeuta para tratamiento medicamentoso. Se encontraba en un penoso proceso de separación y divorcio. Contó que su marido la odiaba. Pregunté por qué. Dijo no saber. Al proponerle si ella lo habría herido, se encogió de hombros. Entonces, fui directo a preguntarle si ella había sido infiel. Negó. Cuando hablé con su terapeuta, me dijo: «Sí, ella fue adúltera. Pero ese tema solo lo habla conmigo».

## 15.7 DONJUANISMO

Se trata de una compulsión a conquistar mujeres. Su instrumento es la seducción. Para el psicoanálisis, se trata de inseguridad en la propia orientación sexual: el donjuán necesita afirmar su masculinidad en muchas mujeres; es un homosexual latente. Hace sufrir a las que abandona, pero al mismo tiempo carece de relaciones estables.

## 15.8 HIPERSEXUALIDAD

Es el deseo sexual exagerado. Afecta a 6 % de la población mundial. En el varón se llama satiriasis; en la mujer, ninfomanía. Se la considera una adicción. El sexo se ha convertido en el eje fundamental de la vida, con obsesión sexual, pornografía y masturbación.

El hipersexual presenta problemas laborales, familiares, económicos y sociales. Visita prostíbulos y páginas porno en internet, llama a líneas eróticas, se procura citas a ciegas, tiene sexo ocasional con personas desconocidas. Puede tener parafilias como la paidofilia o el voyeurismo. El psicoanalista austriaco Wilhelm Stekel (1868-1940) ve anorgasmia en la ninfomanía, insatisfacción sexual permanente y, en consecuencia, una búsqueda incesante de varones.

Ritmo sexual promedio. En mis pacientes varones entre los 25 y 40 años, la necesidad sexual varía. Hay quienes necesitan un coito cada 15 días y quienes necesitan tres al día.

**Confusión psicofisiológica.** Erich Fromm <sup>69</sup> (1900-1980), señala que «Un apetito sexual exagerado puede ser causado por una necesidad psíquica y no fisiológica. Una persona insegura de su personalidad, que siente una intensa necesidad de probar a sí misma su valer, de mostrar a otros cuán irresistible es o de dominar a otros “excitándolos” sexualmente, experimentará fácilmente apetitos sexuales intensos y, de no ser satisfechos estos deseos, una tensión penosa. Tal persona estará inclinada a pensar que la intensidad de sus apetitos es debida a las exigencias de su cuerpo cuando en realidad estas exigencias son determinadas por sus necesidades psíquicas»

**Enfermedades.** Hay enfermedades que pueden aumentar la libido, como el trastorno bipolar en fase eufórica o los trastornos endocrinos con incremento de testosterona o estradiol. Los trastornos neurocognitivos mayores, antiguamente llamados «demencias», tal como el causado por la enfermedad de Alzheimer, en sus inicios pueden provocar hipersexualidad, debido a la disminución de los controles cerebrales inhibitorios. En los varones, lesiones en la amígdala del sistema límbico o en los lóbulos temporales, aumentan la libido.

**Medicamentos.** Hay sustancias que aumentan la dopamina y ocasionan hipersexualidad. Pacientes con párkinson, al tomar medicamentos que convierten L-dopa en dopamina, aumentan su libido y trastornan su conducta.

En 2003, un caso de hipersexualidad secundaria al tratamiento de la enfermedad de Parkinson fue el del francés Didier Jambart. Este demandó a la empresa farmacéutica GlaxoSmithKline, por transformación de su conducta sexual como consecuencia del consumo de Requip® (anti-párkinson a base de ropinirol). Jambart era un digno hombre de familia. Requip lo convirtió en adicto a las apuestas y al sexo homosexual. La corte francesa sentenció a su favor con una indemnización de 197,000 euros.<sup>70</sup>

**¿Afrodisíacos?** No existen. Lo que funciona es el efecto placebo. Algunos utilizan alcohol para un buen encuentro sexual. Pero lo que se produce es desinhibición, mas no aumento de la libido. Incluso, el exceso de alcohol tiende a llevar a la impotencia. Así, un viejo adagio reza: «El alcohol es amigo de Baco, pero enemigo de Eros».

La testosterona y sus parientes hormonales son las únicas sustancias relacionadas con el deseo sexual. Los varones jóvenes, que tienen mayor producción de testosterona, tienen una libido alta. Muchas mujeres, en los días de ovulación, sienten un mayor deseo, porque se incrementó dicha hormona. Atletas varones que se inyectan testosterona, para aumentar su rendimiento deportivo, aumentan su deseo sexual. Mujeres maduras que, por equis razones, toman testosterona se tornan eróticas. Fémimas poco eróticas podrían aumentar su libido recibiendo testosterona; sin embargo, su uso sistemático ocasiona virilidad: bigotes, voz ronca, etcétera.

**¿Testosterona para aumentar la libido?** En Estados Unidos, desde 2010, la venta de testosterona se incrementó con fines de aumentar la libido, en especial en mayores de 60 años, edad en la que declina claramente el deseo sexual. Sin embargo, la indicación de testosterona fuera del diagnóstico hipogonadismo no es recomendable. Estudios señalan riesgo cardiovascular. En pacientes con antecedentes familiares de cáncer de próstata o con una proteína prostática específica incrementada, la testosterona está contraindicada.

## 15.9 SEDUCCIÓN

Un varón puede estar enamorado de su pareja y, sin embargo, caer en la red de seducción que le tiende otra mujer. En el enamoramiento, se suele desear solo a la persona amada. Sin embargo, el amor conyugal, el enamoramiento y el deseo sexual son tres dimensiones diferentes. Así, no necesariamente estas concurren sobre una sola persona. Se puede amar a la esposa, enamorarse de otra y desear a una tercera. De todos modos, el sexo es más cómodo con la esposa amada.

Un hombre (30) enamorado de su conviviente no supo explicar en la sesión terapéutica por qué cedió a la insistencia de una mujer encaprichada de estar con él. Además, el coito no fue tan placentero como con su cónyuge. Se sintió moralmente mal.

## 15.10 VENGANZA

La pareja enterada de la traición adquiere derecho de revancha. La mujer puede tomarla o no. Pero la amenaza genera celos de tormento en el marido.

Una mujer, en medio de una agitada discusión, debido a la infidelidad del marido, le gritó llorando y dolida: «Te voy a hacer lo mismo». Pasada la crisis, el hombre entró en la duda de si ella realmente lo haría. Cayó en celos crecientes, al punto que lo obsesionaron, por lo que acudió a consulta. La venganza de esa mujer era una espada de Damocles.

## 15.11 EL VIEJO VERDE

Es el presentil muy atraído por mujeres jóvenes. Las piropea, coquetea, persigue, aborda y enamora. Le agradan las reuniones, películas, chistes y pornografía donde haya jovencitas. En general, es un hombre saludable, bien conservado, con energía. A algunos siempre les gustó las mujeres jóvenes; pero hay quienes experimentan esa atracción solo al pasar los 60 años.

Un abuelo (65) abandonó a su esposa (60), para fugarse sorpresivamente con la empleada del hogar (22) y vivir con ella en una provincia. Los cuatro hijos -de mediana edad, casados y que vivían aparte- estaban apenados por su madre, la que no salía de su consternación y tristeza, debido a la pérdida de un nido que de por sí ya estaba vacío.

## 15.12 EL PODER ECONÓMICO

El hombre adinerado puede tener varias mujeres, el pobre solo una. Mantener una querida es costoso. Los adúlteros sin dinero se conforman con el prostíbulo o las aventuras furtivas. El caso de mayor gasto es el del varón con un segundo hogar e hijos adulterinos.

Un adolescente preguntó a su madre cómo es que ella estaba segura de que papá, taxista, no tenía una novia fuera. Ella respondió muy segura: «Es que tu papá es pobre».

Un colega que ganaba el bajo sueldo del Estado me comunicó -como amigo- que había tenido que abandonar a su querida, pues el dinero no le alcanzaba.

Cuando el nivel educativo es bajo, los nuevos recursos económicos no suelen ser bien usados. Entonces, empieza o se incrementa la disfunción marital.

Valeria y Rogelio, dos provincianos de bajo nivel educativo y pobres, iniciaron su vida matrimonial en Lima desde cero. Trabajaron duro en oficios menores. Tuvieron cuatro hijos. Luego, él se arriesgó en un negocio que le fue muy bien. Justo, cuando entró buen dinero a sus bolsillos, empezó una vida licenciosa de alcohol, mujeres y tardanzas en el hogar. Un mal día, la hija mayor, que tenía 19 años, al llegar a la oficina del padre, lo vio en plena acción con otra mujer. Le chocó y se le desmoronó la imagen paterna. Lo acusó ante la madre, quien en realidad ya sabía de las andanzas del marido y, por eso, la relación andaba mal. Días después, la hija inició un cuadro de esquizofrenia. La madre culpó al hombre de la enfermedad de la hija y se resintió *ad infinitum*, con lo que empeoró la relación matrimonial.



El adúltero suele tener un manejo económico independiente. Da dinero a la esposa para que administre, pero mantiene en secreto sus ingresos. Muchas agraviadas se quejan de no conocer con exactitud los ingresos y egresos del marido. Hombres con un segundo hogar deben trabajar duro para sostener sus obligaciones. Al final, su ausencia, tanto en uno como en el otro hogar, los convierte en maridos mediocres y padres ausentes.

Un médico casado y con varios hijos se metió con una guapa auxiliar de enfermería de la clínica donde laboraba. Con esta tuvo una hija. La esposa, enterada de la traición, se separó yéndose a vivir con la hija mayor que residía en el extranjero. El hombre nunca dejó de pernoctar en casa de los hijos matrimoniales. Un día, una de las hijas matrimoniales desarrolló síntomas de esquizofrenia. A él le resultó difícil trabajar y cuidar de esa hija. En el otro hogar, la adúltera también enfermó, desarrolló enuresis y conductas disociales que requirieron atención especializada. Como la madre de esta trabajaba, también le resultó difícil dar los cuidados apropiados de un hogar bien constituido. En resumen, este hombre tenía dos hogares incompletos, con hijas enfermas y una vida de estrés.

El arzobispo del Perú, Juan Luis Cipriani, fue invitado a un CADE (Congreso Anual de Ejecutivos) titulado *Excelencia Empresarial*. ¿Qué podía decir un prelado de la Iglesia Católica acerca de la gestión empresarial? Sorprendió a todos cuando empezó su alocución con un: «Ser excelente es tener un solo hogar».

Hay mujeres que no aman al marido ni les atrae sexualmente, pero siguen con él por dependencia económica e imagen social. Así encuentren a un amante que les dé satisfacción afectiva sexual, mantendrán el engaño *ad infinitum* sin procurar su libertad.

Perla (40), una bella mujer, consultó por ansiedad e insomnio crónicos, abuso de hipnóticos, sobrepeso y bulimia. Su madre murió cuando ella tenía tres años. En la infancia padeció de obesidad y fue víctima de *bullying*. A los 30, se casó con un hombre de su misma edad y de una magnífica posición económica y social. Ella disfrutaba de todas esas ventajas, no trabajaba. Vivía en una magnífica casa en un barrio distinguido, manejaba el carro del año, asistía a reuniones sociales *high life* y su familia de origen estaba muy satisfecha de su buena posición. Sin embargo, no era feliz. No pudo embarazarse, pese a los tratamientos especializados; no amaba a su esposo y no disfrutaba de las relaciones sexuales. A los 35, sufrió un pequeño accidente cerebrovascular por exceso de grasa corporal. Superó la crisis, pero la ansiedad aumentó: sufrió ataques de pánico y tenía miedo a todo. En esas circunstancias, empezó una relación adúltera con un vecino, casado y amigo del esposo. Asistió por años a un psicoanalista que la ayudó poco, según relató. Interrogada acerca de por qué no aspiraba a una vida libre y satisfactoria, respondió francota que no podía renunciar a las ventajas que le daba tener un marido pudiente.

## 15.13 PSICOPATOLOGÍA

Algunas condiciones psiquiátricas como el trastorno bipolar, la psicopatía, el estrés y la histeria predisponen al adulterio. En cambio, la esquizofrenia y la parafrenia tienden al aislamiento, la improductividad y la soledad. En la etapa eufórica del trastorno bipolar, la persona aumenta la alegría y el erotismo; al mismo tiempo, disminuye la censura y el autocontrol. El hipomaniaco desinhibido aborda a las mujeres con encanto y arrojo de película.

Una mujer (50), en duelo por el suicidio de su esposo (56) militar con arma de fuego, refirió que, en el pasado, él había sido infiel; entonces, ella cayó en gran tristeza y buscó la ayuda de un

psiquiatra. Este pidió entrevistarse con el marido. Después de examinar al hombre, el galeno le comunicó que el esposo padecía de trastorno bipolar. Le explicó que, en fase eufórica, el paciente había tenido ese amorío y lo que necesitaba, en realidad, era un tratamiento para el trastorno afectivo.

**Psicopatía.** El antisocial carece de conciencia moral, vivencias de culpa y remordimiento. No es fiel a nadie. Lobo solitario, suele meterse en problemas delincuenciales. Simula amistad para explotar a los demás. Cambiar de pareja varias veces al año es un parámetro en el diagnóstico de ese trastorno de personalidad.

**Estrés.** Algunos neuróticos casados buscan discotecas como salida a los problemas que les abruma, para libar y tener encuentros sexuales fortuitos. Otros asisten de manera directa a los prostíbulos como consuelo. El resultado es que quedan más desconsolados y solitarios que nunca. Sus problemas económicos, laborales y maritales empeoran. Se trata de personas que no saben lidiar con los problemas normales de la vida.

**Neurosis.** El psicoanalista vienés Alfred Adler <sup>71</sup> (1870-1937) habla, en 1912, de «infidelidad neurótica»: miedo a entregarse a una sola pareja. Y la neurosis de la mujer afina en la exagerada apercepción de la masculinidad, temor al hombre, venganza ante su opresión real o imaginaria, y de protección ante el amor.

## 15.14 FACTORES MÚLTIPLES

Cada motivo de adulterio señalado en este capítulo no viene solo. Normalmente, se asocian varios: económicos, sociales, culturales, familiares, psicológicos. El adulterio -como otras conductas humanas- es multifactorial.

He aquí un caso de histeria, pobreza, dependencia emocional y prostitución, que me tocó atender en el Hospital Hermilio Valdizán, en 1987. En esos años, los casos de histeria ya se veían poco. En cambio, fueron comunes en el siglo XIX. Freud inauguró la comprensión dinámica de ese trastorno con la publicación de Estudios sobre la histeria [1895] en coautoría con Joseph Breuer. Siguió Análisis fragmentario de un caso de histeria [1901, 1905].

Una mujer [27] ingresó por el servicio de Emergencia, presa de un aparatoso ataque de histeria conversiva: *opistótonos* (tensar el cuerpo en arco contra el piso) con cefalea intensa. Se le internó, porque, además, presentaba ansiedad y depresión graves. Refirió que su conviviente (30) había viajado a la selva a trabajar por un mejor ingreso económico, pues lo que ganaba no alcanzaba. Ella, emocionalmente muy dependiente de él, decidió seguirlo; dejó a su hija (7), producto de una relación anterior, al cuidado de la abuela. Como no contaba con dinero suficiente para el viaje, en el camino se prostituyó, a fin de dar alcance al marido. Grande fue la sorpresa del hombre al verla aparecer en el campamento. Finalmente, se acomodaron a compartir el espacio destinado por la empresa para él. Poco tiempo después, él se enteró de que su mujer había estado prostituyéndose. Entonces, la repudió y echó. Ya en Lima, ella decayó en su salud mental. En la Emergencia, el cuadro de verla ponerse en arco, solo cabeza y pies contra la camilla, impresionaba al personal de salud. Ya internada, la mujer lucía descuidada, muy delgada, con la piel llena de acné en brazos y piernas. Después, desarrolló sordera y mutismo histéricos. Ya no pudimos comunicarnos de manera normal; hubimos de utilizar hojas y lapiceros, a fin de escribir mis preguntas y ella sus respuestas. Mas, hete aquí, que una tarde aparece el marido de visita.

Desde la estación de enfermeras, mi paciente escuchó su voz y escribió en una hoja: «Que pase mi visita». Después de ese encuentro, la paciente mejoró. Se le dio de alta y la cité por Consulta Externa. Acudió varias veces, para referir que, al final, no hubo verdadera reconciliación marital. Abandonada, se vio más sola y pobre que nunca. Empezó a trabajar de prostituta. Curiosamente, el ex la visitaba de vez en cuando en el lupanar, para tener relaciones sexuales, las que eran muy gozosas y que pagaba de manera cumplida. Con el dinero que ganaba, pudo dar a su hija y a su madre una vida mucho más holgada. Dejó de asistir al hospital cuando se sintió mejor. Después de unos años, nos encontramos de casualidad en la calle. Vestía ropa fina, lucía guapa, saludable y su expresión personal era afirmativa. Dijo que le iba bien a ella y a su familia, seguía ejerciendo la prostitución, no tenía pareja y pagaba sesiones a un psicoanalista privado que la ayudaba mucho.

Este caso lleva a varias reflexiones. Una es la facilidad con que algunos moralistas condenan a las prostitutas, cuando acaso lo más inmoral sea, en realidad, la pobreza y la pobreza extrema. ¿Y qué de la dependencia emocional? Como dicen Philip Solomon y Vernon Patch,<sup>72</sup> el interés del clínico es averiguar qué hace diferente a un paciente de otro. En el siglo XVII, la monja y poetisa mexicana Sor Juana Inés de la Cruz recitaba:

«¿O quién es más de culpar, aunque mismo mal haga,  
la que peca por la paga o el que paga por pecar?».

## 15.15 FIDELIDAD A ULTRANZA

Pese a todos los factores de infidelidad señalados aquí, no se piense que toda relación disfuncional lleva necesariamente al adulterio. Hay personas estoicas, moralistas, religiosas o muy ocupadas que permanecen fieles y ni se les ocurre un desliz.

Un profesional [50] consultó a regañadientes, porque su esposa [50] le había presionado a tomar un tratamiento psiquiátrico. Lo acusaba de ser mal esposo y mal padre. Cuando ella, una ama de casa dominante, vino a la consulta confirmó que él no se comunicaba, no hablaba de temas trascendentes, no atendía a los hijos y solo vivía para la oficina. No quiso un tratamiento de pareja, «porque el enfermo es él». Como quiera que, en la primera consulta con él, hubo empatía, se acordó una asistencia quincenal flexible. Ella también asistió de manera individual, algunas veces. De ese modo, me fui enterando que, con demasiada frecuencia, ella –molesta– dejaba de hablarle por semanas y de tener sexo; no para castigarlo, sino porque se enfriaba, se aclaró. El hombre reconoció tener algunos problemas psicológicos: dejar para mañana lo que podía hacer hoy (procrastinación), estrés laboral por desorden en las tareas, sobrecarga por ser buena gente con los colegas y llevarse trabajo a la casa. Así, no tenía tiempo para el goce de la vida hogareña. También advertí que él era un excelente proveedor del hogar: pagaba todas las cuentas, los hijos iban a buenos colegios y gozaban de atenciones médicas diferenciadas; además, la familia viajaba de vacaciones al extranjero periódicamente. Pero esta parte buena de él no era apreciada por la mujer, quien reconoció ser crítica y exigente. El paciente fue mejorando de manera significativa su *performance* laboral y a tener más tiempo para él y su familia. Pero la esposa tampoco reconoció estos avances. Un día el esposo me dijo que su mujer reaccionaba con demasiada cólera, cuando él cometía un error o dejaba de cumplir un acuerdo doméstico. «Se llena de ira, como si yo le hubiese sacado la vuelta». Este hombre tenía motivos y, en particular, los recursos materiales como para ser infiel; pero nunca comunicó deseos ni fantasías sobre otra mujer.

**Orgullo de fidelidad.** Muchas personas sienten orgullo de ser fieles. Tal galardón puede ser religioso, moral, convencional o afincar en una vida matrimonial satisfactoria. No obstante, la fidelidad también puede tener motivos sórdidos: timidez, cobardía, complejo de inferioridad, baja autoestima, moral rígida, falta de dinero, enfermedad, defecto físico, impotencia sexual, fobia social, etcétera.

**Arrepentimiento de la fidelidad.** También hay personas que se arrepienten de haber sido leales. Algunos hombres, en especial de la tercera edad, deploran haber sido fieles toda su vida, cuando contemplan su declinación sexual y a su ya marchita y vieja compañera.

Un anciano comentó que siempre fue leal a su mujer; pero al cumplir los 70 años, advirtió que ya no tenía el vigor de juventud y, sobre todo, que ya no era atractivo. Experimentó arrepentimiento de haber sido fiel toda la vida. Explicó que su actitud conservadora fue producto de limitaciones morales y económicas. «Ahora que estoy viejo, me pregunto: ¿Por qué diablos no me permití conocer a otras mujeres?», se lamentaba.

En otros casos, algunas personas casadas se quejan de no haber disfrutado de una aventura servida en bandeja de plata.

Una ejecutiva (45) exitosa fue premiada por su empresa con un viaje a un balneario en el extranjero. Viajó con otras ejecutivas también premiadas. En el balneario, las amigas se dedicaron a la *dolce vita*. A ella la cortejó un buen mozo seductor y disfrutó del galanteo, pero se negó a más, porque era casada y madre de cuatro niños. No obstante, las amigas la animaron a completar el coqueteo, diciéndole que era una oportunidad única en el extranjero, pero ella se mantuvo incólume. Recuerda que, en la última noche, su insistente galán se presentó guapo en el hotel con un ramo de rosas. Ella recibió las flores y conversó con él en el *lobby*, mas no lo invitó a subir a su *suite*, aunque deseos no le faltaron. Al final, se retiró apenada y sobre la cama se echó a llorar aferrada a las rosas. De regreso a Lima, al tiempo, descubrió que su marido (50) tenía un segundo hogar secreto. Se sintió muy mal, burlada por tantos años. Tuvo una gran crisis con su esposo. Fue en medio de ese dolor que recordó su fidelidad en el extranjero y, entonces, se arrepintió de no haberse acostado con aquel galán.

# 16. SEÑALES DE INFIDELIDAD

---

*Tienen ojos y no ven, tienen oídos y no escuchan, tienen nariz y no huelen*  
(Salmos 115)

Muchas personas tienen ante sus ojos conductas sugestivas de traición por parte de su pareja, pero no las toman en cuenta. Todo el mundo lo sabe, menos ellas. Como dice el adagio, el último en enterarse es el cónyuge.

## 16.1 CONDUCTAS SOSPECHOSAS

Varios son los cambios en el comportamiento de la pareja que despiertan sospecha de infidelidad: Tardanzas mal explicadas, secretismo, renovación en la vestimenta, hostilidad contra el cónyuge, etcétera.

Victoria Milan, una web para citas extramatrimoniales, ha revelado conductas que delatan la infidelidad femenina en un estudio sobre 4350 usuarias:

- No actuar de manera natural con el celular (21 %).
- Preocuparse más por su aspecto físico (18 %).
- Hacer planes con amistades que él nunca escuchó hablar (16 %).
- Estar exageradamente feliz (15 %).
- Ser difícil de contactar y llegar tarde a casa (9 %).
- Ocultar sus sentimientos (7 %).
- Indiferencia con la relación (6 %).
- Pérdida de interés y afecto hacia la pareja (3 %).
- Coquetear con más varones (3 %).
- Pérdida del deseo sexual y rechazo a la pareja (2 %).

**Hostilidad.** Una reacción del infiel enamorado de otra mujer es el maltrato a la pareja legal. La menosprecia, insulta o rebaja. La culpa de no haberle permitido alcanzar metas importantes en la vida: «Por tu embarazo, dejé mis estudios profesionales». Las tardanzas en el hogar se explican como un derecho personal: «Necesito mi espacio». En algunos casos, hay violencia física.

Un odontólogo [38] comenzó a ser hostilizado por la esposa [34] de manera recurrente. Un día, ella lo atacó de manera insólita con las mechas sucias de la escoba. En ese instante, tuvo una revelación súbita tipo eureka: «Esta tiene un amante». Al día siguiente, por la mañana, salió a trabajar aparentemente como todos los días. Pero no. Se apostó vigilante en la esquina de la calle. Esperó más de una hora. Cuando ya estaba por irse, vio salir a su esposa muy bien arreglada. La siguió por varias cuadras. Al cabo, ella se encontró con el compadre de la familia. Grande fue su dolor cuando los vio entrar a un hotel. Luego, en casa, la confrontó. Como suele ocurrir con los adúlteros, al inicio, ella negó todo y lo trató de loco. Pero al cabo, reconoció los hechos, le pidió perdón y le suplicó que no se fuera de la casa. El hombre cayó en depresión y, es

así, cómo recurrió al hospital Hermilio Valdizán. La esposa no quiso entrevistarse con el médico. «Tan avergonzada está», señaló el paciente. La hostilidad femenina había cesado por completo.

## 16.2 INADVERTENCIA DE LAS SEÑALES

Un cambio importante en la conducta habitual de la pareja debiera llevar a la sospecha y la confrontación. Pero muchas veces no se da. Existen varios motivos psicológicos para no percibir los claros signos de infidelidad:

**Ingenuidad.** Personas criadas en un ambiente familiar de candor crecen, se casan y viven de manera carente de malicia. Es el opuesto de la celotipia.

**Inexperiencia.** Jóvenes que no han tenido un enamorado y se casan con el primero suelen entregarse al matrimonio de modo cándido.

**Idealización de la pareja.** Mujeres que endiosan al marido, le adjudican un dechado de virtudes morales y le creen incapaz de una infidelidad.

A raíz de realizar unos trámites notariales para la declaratoria de herederos, una mujer (71) descubrió que su esposo (74) tenía un segundo hogar desde hacía 35 años. Él había destinado propiedades y dinero a su amante y a la adúltera (35). La prueba fue un documento de Registros Públicos. La esposa cayó en depresión. En realidad, el marido le había dejado señales de adulterio a lo largo de los años. Cuando estaba ebrio, hablaba de que tenía una hija fuera; luego, disipado del alcohol, lo negaba todo... y la esposa le creía, pues lo tenía endiosado. Alguna vez le encontró boletos de viaje para tres personas; él le dio una cierta explicación y ella, sumisa, aceptó sin dudar. Incluso, la querida hizo sistemáticas llamadas telefónicas malévolas a ella y a los hijos y no se le ocurrió que se trataba de una rival. Tenía idealizado al marido.

Una ingeniera (33), a poco de casarse permitió que el flamante esposo (32) pasara las noches sistemáticamente en su centro laboral. Aseguraba que él se sacrificaba trabajando. Llegó a decir que su marido era un «ser hermoso». Cuando descubrió que, en realidad, su hombre dormía con otra mujer, cayó en depresión. En el tratamiento, no le costó reconocer que, en verdad, su marido no era ningún ser maravilloso. Abandonó la terapia después de separarse y plantear el divorcio.

**Negación.** Es un mecanismo inconsciente de no ver las necesidades afectivas y sexuales de la pareja.

Un ama de casa (30) que sufría de crisis de ansiedad entró en tratamiento con una psicóloga experimentada (63). En la indagación acerca de su relación de pareja, surgió que su primer bebé de nueve meses dormía entre ellos y no había relaciones sexuales desde hacía un año. Cuando la psicóloga preguntó si no le preocupaba que su marido pudiera mirar a otras mujeres, replicó sentenciosa: «Él sería incapaz de serme infiel».

Negación selectiva es la que tienen algunas mujeres con desconfianzas diversas sobre el marido, pero no sobre su fidelidad. Verbigracia, dudan sobre el monto del sueldo que él declara recibir o sobre el dinero que envía a los suegros; también sobre si realizará o no un proyecto de estudios o trabajo. En cambio, confían por completo en su fidelidad.

En una sesión de pareja, la mujer (30) reclamaba a su esposo (30) que la pusiera en primer lugar sobre las respectivas familias. «Eres más leal a tu hermano que a mí», le reprochaba, entre otras cosas. Al mismo tiempo, aseguró que su consorte nunca sería infiel: «En ese aspecto, confío ciegamente en él», sentenció con énfasis.

**Narcisismo.** Es creerse una adorable divinidad. «Soy tan bella que él nunca podría preferir a otra», se dice a sí misma.

**Rutina.** Algunas mujeres equiparan fidelidad con rutina, aunque esta incluya falta de sexo. Si el hombre no cambia su horario de vida, trabaja igual, es el mismo todo el tiempo y pernocta en casa siempre, creen que es fiel.

Del caso Marta (40) y Alfonso (40), ella se entera del segundo hogar al cabo de ocho años, por boca de una amiga. El hombre tenía una hija adulterina (7) a quien visitaba a diario, pues tenía la facilidad de vivir a ocho cuadras del domicilio matrimonial. En todo ese tiempo, él nunca cambió de rutina, era discreto en sus comunicaciones e, incluso, muy devoto en sus afectos hacia el hijo matrimonial. La esposa pasó por alto que en esos ocho años habían cesado las relaciones sexuales y nunca se preguntó cómo su esposo resolvía sus urgencias sexuales. Por cierto, él tampoco se preguntó por las de ella.

## 16.3 DESCUBRIMIENTO DE LA INFIDELIDAD

La infidelidad suele descubrirse por comunicación de un tercero. También por los medios digitales, el hallazgo casual de documentos y hasta por espionaje. Finalmente, por actos fallidos o propia confesión.

**Comunicación de un tercero.** Generalmente es un familiar o una amistad cercana quienes, de modo intencional o no, sugieren o atestiguan la infidelidad ante la agraviada.

Del caso José (48) y Rosaura (45), a ella le comentaron de manera casual que habían visto a su marido en el mall de un distrito lejano comprando pollo a la brasa y gaseosa gigante; le preguntaron si tenían familia por allá. De inmediato, la intuición le reveló la traición, aunque respondió «sí», para proteger el matrimonio. Esa noche, atormentó a José con preguntas inquisidoras. Finalmente, el marido aceptó la culpa.

**Medios digitales.** Las comunicaciones cariñosas para otra persona en la laptop o el celular también son pruebas de infidelidad.

Una bella abogada (24) entró en tratamiento por una reacción depresiva. Había descubierto el carácter donjuanescos de su flamante marido (30), un militar que viajaba de modo constante a provincias por razones de servicio. En la laptop de este, encontró numerosos correos románticos enviados a muchas mujeres de provincias durante el periodo de enamoramiento y noviazgo. Lo más grave fue descubrir que, a la semana siguiente de la boda, él había asistido a un lupanar. Hábilmente, logró que la patrocinadora del centro de masajes le diera copia del video de seguridad donde él aparecía como visitante. Lo confrontó. Él aceptó sus deslices ante la contundencia de las pruebas. Hubo separación. En la sesión de pareja, él pidió perdón mil veces. Pero ella no se lo dio. Más bien, solicitó un certificado e informe médicos, que utilizaría para una demanda de divorcio y daños psíquicos.

**Hallazgo de documentos.** En otras ocasiones, el encuentro de una factura de hotel, inicia el pleito y la revelación de la infidelidad.

**Espionaje.** Los celosos contratan detectives de agencias especializadas. También, aunque raro, el adulterio puede descubrirse por espionaje no intencional de terceros.

Un hombre (42) se incorporó a una red criminal y fue obligado a portar alfileres electrónicos de comunicación, a fin de ser vigilado en todas sus conversaciones con terceros. De esta manera, las charlas con su esposa (42) eran escuchadas por los delincuentes. El marido se enamoró e involucró con una de las criminales de la mafia. La delincuente, celosa e imprudente, empezó a publicar en el Facebook indirectas contra la esposa, a base de la escucha electrónica. Así, la agraviada entró en sospecha de infidelidad. Encaró al esposo. Este, finalmente, le reveló sus actividades ilícitas y terminó por aceptar su infidelidad. Ella planteó el divorcio.

**Actos fallidos.** Son fenómenos inconscientes constituidos por lapsus y equívocos. Los lapsus son errores al hablar (*lapsus lingue*), escribir (*lapsus calami*) o leer (*lapsus lexis*). Los equívocos son actos de hacer una cosa por otra, como sacar la llave de la casa para abrir la puerta de la oficina. También están los olvidos y omisiones, tal como dejar en casa el encargo académico en el que se trabajó toda la noche. De acuerdo con Sigmund Freud,<sup>73</sup> (1901) los actos fallidos son revelaciones de lo que se desea desde el fondo del alma. Pueden deberse a egoísmo (como cuando uno olvida pagar una cuenta), repudio al trabajo (dejar la tarea de la oficina olvidada en el taxi), necesidad de castigo (por haber cometido una falta), etcétera. Muchos adúlteros dejan olvidada la factura del hotel en su saco; la esposa la encuentra y se inicia el interrogatorio. Otros, de pronto, llaman a la esposa con el nombre de otra mujer y, entonces, se inicia el conflicto

**Propia confesión.** Personas acusadas por su conciencia moral confiesan *motu proprio* su desliz a la pareja, esperando ser perdonadas y hasta comprendidas.

Una joven esposa (21) se había acostado con el compañero de trabajo de su esposo (30). Atormentada por sus escrúpulos se confesó ante el marido. Este, avergonzado, abandonó el centro laboral... y también a ella.

## 16.4 EL ENGAÑO «PERFECTO»

Algunos hombres llevan la infidelidad a la «perfección», por años, sin dar motivos a la esposa para la sospecha. No cambian de rutina jamás, siguen expresando cariño en el hogar. Ordenan a la otra que nunca llame al celular, aunque pueda dejar mensajes en la laptop con seguro personal. Eliminan todo recibo o factura del hotel. No permiten que le dejen marcas, rouge o perfume de mujer. Sin embargo, no hay crimen perfecto. Este *modus vivendi* puede descubrirse al morir el hombre. Aparece la otra mujer en el entierro o en un proceso judicial por derechos de herencia para los hijos adúlterinos.

Giselle (40) quedó viuda a la muerte repentina de su esposo. Al romper la gaveta del escritorio del occiso halló documentos reveladores de que este había tenido una amante por años, además de otras aventuras. Al duelo, se agregó la cólera. Su pleito con la otra mujer fue judicial, por los derechos de herencia de los hijos adúlterinos. «No lloraré más por ese mal hombre», dijo. No obstante, era un hecho que superar el duelo, desde el antecedente de la traición, iba a ser



más difícil: La mezcla de pesar y odio fue un duro fardo que debió sobrellevar por mucho tiempo.

## 16.5 PRIMERA REACCIÓN DEL CÓNYUGE DESCUBIERTO

Una primera reacción del marido puesto en evidencia es negar, molestarse mucho con la confrontación y acusar a la esposa de «loca celosa». Pero, a la postre, el varón termina aceptando el amorío. En cambio, la mujer es mucho más tenaz en su negativa, aunque también llega a aceptar su desliz. No obstante, hay personas –son las menos- que niegan el adulterio al morir. Aunque les presenten pruebas, se mantienen incólumes en una postura cínica rayana con la psicopatía. En estos casos, es mejor considerar el divorcio.

Un médico (54) mantenía relaciones extramaritales evidentes: Mensajes en su celular, llamadas telefónicas de la amante a la mismísima esposa (49), publicaciones en el Facebook, tardanzas inexplicadas, huellas de besos en el cuello, rouge en la camisa y más. Pero no admitía tener algo con quien llamaba su «amiga». Él había sido un buen marido al inicio, pero su conducta se vio afectada por micro-hemorragias cerebrales debidas, en parte, al consumo crónico de polvo de hoja de coca. El matrimonio terminó en divorcio.

# 17. REACCIONES EMOCIONALES ANTE EL ADULTERIO

---

*Si el dolor no existiera, habría que inventarlo*  
(paráfrasis a Saviely Tartakower)

El descubrimiento del adulterio desarrolla en el ofendido una tempestad de emociones arrolladoras: odio, frustración, decepción, deseos de asesinar o suicidarse. Las reacciones clínicas son variadas, pero la mayoría desarrolla depresión, ansiedad y obsesiones; una minoría, histeria, fuga o psicosis.

Ya desde los indicios persistentes de infidelidad, se genera en el hogar un ambiente de angustia: interrogatorios mil, dudas sin resolver, pleitos todos los días. El infiel, al inicio, niega todo, hasta se pone cínico y más bien acusa a la esposa de insegura y celosa enferma. No obstante, los varones son menos difíciles de doblegarse ante un interrogatorio tenaz. En cambio, las mujeres son más duras en reconocer el adulterio. De todos modos, el acicate fundamental de la confesión es interior: la voz de la consciencia. La culpa hace hablar.

Cuando el adulterio es confirmado por el consorte, las reacciones del ofendido suelen ser de agitación con violencia destructiva, aunque el ofensor se muestre contrito y arrepentido. Y si pide perdón con un «yo te amo», esta frase inoportuna no hace más que encender la cólera y multiplicar las preguntas y reproches.

Menos son los casos en que la parte agraviada queda paralizada, sin reacción, ante la noticia del engaño. Personas que responden con serenidad y racionalidad casi no las hay. Hasta quien no ama se ve herido en su orgullo. Lo humano es el dolor, la decepción y el insulto; el indicarle que se vaya de la casa y que no verá a los hijos; amenazar con que hará lo mismo o que matará al rival, etcétera.

## 17.1 VIOLENCIA

En particular, los varones engañados experimentan agresividad destructiva. Quieren matar. A ella pueden golpearla con los puños o ahorcarla con las manos. Otros gritan, insultan, amenazan. Algunos desplazan su cólera y destrozan objetos. Aunque pocos, hay quienes dirigen la destructividad contra sí mismos: se hieren o se hacen cortes. El consorte ofendido quiere que el infiel se vaya de la casa; al mismo tiempo, que no lo haga. Es una ambivalencia que tortura a ambos. Preguntan y preguntan por qué lo hizo. La ofendida quiere saber los pormenores de la infidelidad, atormenta a su pareja para que diga si la otra es más joven o más bonita, dónde vive para agredir. Cuando la violencia se torna incontrolable, es aconsejable una separación temporal, por seguridad y para poner a los niños a buen recaudo. Si hay violencia física, conviene pensar en una separación temporal, por la seguridad de todos y para permitir que el tiempo amaine la crisis.

**Ideas homicidas.** Casi todos los varones ofendidos desarrollan ideas asesinas contra el rival. Los hombres de clase media piensan en utilizar algún medio contundente como arma de fuego o embestir con el auto. Pero quienes llegan al feminicidio en el Perú son personas de clase social baja: usan cuchillo o ahorcan con las manos.

Germán (30) un día, camino al trabajo, tuvo el sentimiento súbito de que su conviviente Maritza (29) le era infiel. Giró el auto presuroso y volvió a casa. De inmediato, acusó a la mujer de adúltera. Ella titubeó sorprendida. Esa vacilación fue prueba para él. La torturó con preguntas acusativas. Por fin, ella confesó el adulterio. Fue golpeada en la cara y el cuerpo, y terminó dando el nombre y señas del furtivo amante. Germán decidió matarlo con la pistola que tenía en casa. No creía que su rival había sido utilizado por ella en una noche de tragos y aventura. Por suerte, Maritza tuvo el tino de conducirlo a mi consulta. En el fondo, él también sabía que necesitaba un freno. Le receté un antipsicótico para el control de la furia. Pero su idea de matar al otro, quien en realidad era un inocente engañado por ella, era persistente. Como los consejos son débiles ante la ira asesina, hube de indicarle a ella que advirtiera al tercero del peligro en que se encontraba y que retirara la cacerina de la pistola. A él le indiqué que, de persistir en su deseo asesino, yo me vería obligado, por ley, a poner en conocimiento de las autoridades de Prevención del Delito, sus intenciones. Felizmente, la mujer cumplió debidamente los encargos. Entre otros consejos que le di a ella, uno fue que no cayera en *la trampa de los por qué*; dos, que hiciera el amor con él cuantas veces quisiera. A él se le había despertado una lujuria insaciable. Por cierto, lo cité seguido a la consulta. Poco a poco fue calmándose. Cuando ya fue seguro que no habría ningún hecho luctuoso, entraron en terapia de pareja. Años más tarde, en un encuentro casual en la calle, me comentó que había terminado por reconciliarse con Maritza y ya tenían un hijo. Me agradeció por haberle ayudado a no desgraciarse.

Las mujeres son menos destructivas, traman venganza más bien que homicidio. Intentan dañar a su rival, desprestigiarla en su centro laboral o ante su familia. También piensan en golpearla de manera personal o arruinarla por encargo.

Una paciente (47) pagó muy bien a tres mujeres lumpen para que vaciaran bolsas de heces a su rival en la calle. Relató su venganza con lujo de detalles y goce vindicativo.

A la muerte repentina de su esposo, una mujer (50) descubrió en los aparatos digitales de este que había tenido una amante. La pena dio espacio a la cólera. Entonces, la llamó para insultarla y hacerle amenazas horribles. La querida tuvo que dejar su trabajo e irse a vivir a una provincia.

## 17.2 DEPRESIÓN

Es la reacción más frecuente al descubrirse la infidelidad. Los casos que recibo en mi consulta privada son, en su mayoría, de nivel clínico grave. La persona cae en apatía más que en tristeza; pierde vitalidad, interés en trabajar y en toda actividad placentera; los instintos se trastornan: se va el sueño y el apetito. Algunas mujeres quieren suicidarse, pero no lo hacen por sus hijos. Desarrollan ideas fijas y, en casos extremos, verdaderas obsesiones. Algunas veces se debe medicar en dosis rápidamente ascendentes y otorgar descanso laboral absoluto. Curiosamente, el ofensor debe atender a la agraviada y las necesidades hogareñas. La depresión es más grave cuando el consorte no pide disculpas ni la reconciliación.

A Olga (28) le avisaron de urgencia que su esposo Rogelio (32) se encontraba en un hotel con una extranjera. De inmediato fue con su celular a esperar y filmarlo a la salida. Grande fue su

dolor cuando, en efecto, lo vio salir con la fémina. Esa misma noche, ella abandonó el domicilio conyugal y se recluyó en casa de su hermana. Toda su familia se enteró. La trajeron a mi consulta. Estaba muy deprimida. Señaló que su mayor dolor no era tanto la traición, sino que su esposo no le había pedido perdón ni reconciliación. Pedí que acudiera el marido. Cuando este asistió, comentó que, como él había fallado y ella se había ido de la casa, respetaba esa decisión. Es decir, nada estaba haciendo por recuperar su matrimonio, pese a asegurar que amaba a su esposa, deseaba una reconciliación y que la extranjera solo había sido una aventura. Entonces, le indiqué que hiciera lo que le dictaba su corazón y no que «respetara» la decisión de su esposa. Así lo hizo y, entonces, acudieron juntos, para iniciar una terapia de pareja.

**Ideas suicidas.** Cuando el ofendido desarrolla una reacción depresiva de nivel clínico grave, tiene ideas de morir y/o matar. Un paciente ofreció a su esposa infiel matarse con su hija de tres años. El pasar de la idea al intento suicida ocurre más bien en personas predispuestas o con alguna psicopatología mayor.

Un paciente (35) con esquizofrenia paranoica y consumo de pasta básica de cocaína intentó suicidarse mediante harakiri. Fue ingresado de emergencia al hospital Dos de Mayo. Luego del tratamiento quirúrgico y la primera recuperación, fue transferido al hospital psiquiátrico Hermilio Valdizán. Internado, refirió que tenía tres novias (imaginarias) a las que -mediante su poder *jedi*- traía a su dormitorio cada noche, para disfrutarlas sexualmente. Todo iba bien, hasta que una de ellas, la rubia, su favorita, le sacó la vuelta con el demonio. Cayó en depresión. Para empeorar su decepción, Satán se burlaba de él. Por eso, decidió matarse.

Algunas veces, el intento suicida deja secuelas físicas que empeoran la calidad de vida y la belleza personal.

Una mujer (33), al enterarse de la traición de su pareja, se lanzó del segundo piso de la casa y se produjo una fractura múltiple en el tobillo. La cirugía fue complicada, pero más su rehabilitación. Hubo de pasar meses en cama ortopédica en su casa. Luego de la recuperación, quedó con cojera, obesidad y un aspecto muy poco atractivo.

**La falta de culpa.** La culpa es un sentimiento central en el adulterio. Normalmente, el infiel la experimenta contrito. Pero a veces no. En este caso, se trata de personas con un matrimonio muy malogrado. Durante los pleitos, blanden la amenaza del divorcio, pero nunca dan un paso real en esa dirección. Los motivos que tienen para no separarse y divorciarse son económicos, los hijos y la rutina. Culpan a la pareja de no satisfacerle en sentido afectivo-sexual. Sin embargo, no aspiran a la libertad que les posibilite una vida plena.

Giselle (40) tenía una relación disfuncional crónica con su esposo (50). Había mutuos resentimientos y las relaciones sexuales habían cesado años atrás. Ella le propuso un «matrimonio abierto», pero él no quiso ni discutirlo. Al cabo de unos meses, luego de un duro pleito, ella le fue infiel por primera vez, y no experimentó culpa ninguna. Tiempo después, el amante le propuso vivir juntos, pero ella se negó.

Una empleada de banco (40), con una relación matrimonial disfuncional crónica, confesó que tenía un amigo cariñoso. «No siento culpa, porque hace ocho años no pasa nada con mi esposo», sentenció.

**Depresión del infiel.** No solo sufre el ofendido; también, el ofensor. Se ve acosado por vivencias de culpa que también le pueden llevar a la depresión. Si se suma el reproche de la familia de origen, la depresión puede resultar en un nivel clínico grave con intentos suicidas.

Una mujer (28) que cometió adulterio intentó suicidarse tres veces, debido a una depresión grave con fuertes sentimientos de culpa, debido al reproche de todos. Su conviviente (32) había estado increpando el desliz y torturándola con preguntas sobre cómo el otro hombre logró excitarla, cosa que él nunca había podido. Lo más atormentador fue el desprecio que le hizo su familia de origen. Tuve que indicar internamiento en una clínica psiquiátrica.

Las mujeres tienden a experimentar más sentimientos de culpa que los varones, por nuestra cultura machista. En ese sentido, muchos varones de las clases más bajas exhiben orgullo de sus aventuras.

**Depresión y ansiedad de la querida.** También se observa cuadros de depresión y angustia en las mujeres que se involucran con hombres casados.

Una mujer (40) consultó por depresión y ataques de pánico, pues se sentía sola y necesitada de amor. Era la querida de un empresario exitoso que la mantenía con holgura material, tanto a ella como a las dos hijas adulterinas. El hombre era casado y tenía su hogar matrimonial fuera de la ciudad. Visitaba el segundo hogar con muy poca frecuencia. De esta manera, ella se sentía abandonada en sus necesidades afectivas.

### 17.3 ALCOHOLISMO

Algunos adornados en la frente se entregan al alcohol en borracheras que duran días. Si el hombre ya es alcohólico, la libación dura semanas y meses. El consumo de drogas complica el cuadro. Un agraviado alcoholizado es muy peligroso interpelando a la pareja. Con bajo control de impulsos, puede atacar físicamente, herir dejando marcas e, incluso, asesinar.

### 17.4 PSICOSIS

Eventualmente, las reacciones emocionales ponen al agraviado fuera de la realidad. Desarrolla alucinaciones auditivas y conducta bizarra que alteran a toda la familia.

Una mujer descubrió, en la billetera de su esposo, una receta de tadalafil (Cialis®), fármaco para la disfunción eréctil. Este hecho abrió la puerta de la sospecha. Confrontó al marido, aseguró que tenía pruebas conseguidas a través de un servicio de detectives. El hombre terminó confesando su infidelidad. La reacción de ella, entonces, fue un dolor psíquico insoportable. Aparte de reproches mil, cayó en depresión grave con psicosis. Empezó a desorientarse en la calle. Luego, tuvo sonambulismo de riesgo: dormida caminaba a lanzarse de altura por la ventana de la casa; hubo que contenerla mediante vigilancia nocturna de los familiares por turnos. Más adelante, manifestó alucinaciones auditivas y visuales. Marido e hijos desarrollaron estrés intenso en el hogar. El esposo se tornó deficiente en el trabajo y los hijos disminuyeron su rendimiento académico.

### 17.5 HISTERIA

Si el infiel ya sufre de depresión, por las vivencias de culpa y, además, rompe con la querida amante, la ansiedad puede tomar la forma de histeria conversiva.

Un hombre (49) cuya infidelidad fue puesta al descubierto por la esposa (49) cayó en depresión grave con sentimientos de culpa e ideas suicidas; además, presentó reacción histérica: debilidad muscular extrema que le impedía caminar. Numerosos exámenes neurológicos, de sangre e imágenes, practicados durante su internamiento en una clínica, revelaron que orgánicamente estaba indemne. En las sesiones de pareja, hablaba siempre como víctima incomprendida, dispuesto al sacrificio de seguir en el matrimonio por los dos hijos adolescentes.

## 17.6 FUGA

La decepción puede dar lugar a conductas de fuga, viajes distantes o reclusión en una institución de salud. No se trata de un simple irse de la casa a la de un familiar, sino de un desaparecer.

Una mujer (52) descubrió la traición de su esposo (55) y, entonces, desapareció de la casa. Se entregó a despilfarrar los ahorros matrimoniales en un casino. Cuando la familia la ubicó, la internó en el hospital Hermilio Valdizán. Ella explicó que su marido, un militar retirado, acababa de ser diagnosticado de sida y estaba en tratamiento con antirretrovirales. A su gran decepción, se unió el miedo de haber sido contagiada. Se le hicieron las primeras pruebas de laboratorio para enfermedades venéreas y VIH: fueron negativas. Se llamó al esposo. Cuando los cónyuges se reencontraron en la sala de recibo, se abrazaron con un dramático cariño. En la reunión conmigo, el hombre pidió perdón de rodillas a su mujer. Luego de unos días de psicoterapia de pareja, los esposos se reconciliaron. Se dio el alta clínica.

## 17.7 REACCIÓN MASCULINA Y FEMENINA

Aunque las reacciones emocionales de hombres y mujeres son básicamente iguales, hay matices en cada género. Al respecto, copio a Alexander Lowen:<sup>74</sup>

«Una mujer puede aceptar con cierta dificultad la infidelidad ocasional de un hombre, pero no puede soportar que su marido empiece a querer a otra mujer. Lo mismo sucede, a la inversa, en el caso de un hombre. A este le hiere mucho más la infidelidad sexual de su esposa que el cariño que le pueda tener a otro hombre. Estas son generalizaciones, por supuesto, pero apuntan a una importante diferencia psicológica. La infidelidad sexual de una mujer amenaza la masculinidad del marido. Se la experimenta como un insulto a la virilidad, es decir, a la capacidad para sostener y satisfacer sexualmente a una mujer. El marido cornudo hace el ridículo; la mujer abandonada es motivo de piedad. Por otra parte, en tanto el marido sostenga a su mujer en la posición social habitual, la comunidad respeta a esa mujer a pesar de los devaneos del marido».

Hay dos motivos agregados a la diferencia de reacciones de hombres y mujeres. Uno es la moral machista; otro, la posibilidad de embarazo. En 1998, en Estados Unidos, una pesquisa sobre enfermedades genéticas encontró que el 10 % de los bebés no eran hijos de sus padres legales.

## 18. CONSECUENCIAS DEL ADULTERIO

---

*El dolor es inevitable en la vida,  
el seguir sufriendo depende de uno  
(Budismo Zen)*

Arriba hemos descrito el dolor del agraviado ante el adulterio, principalmente la violencia y la depresión. Ahora, examinamos la prolongación del dolor, es decir, el sufrimiento del matrimonio a lo largo del tiempo: el juego de reproches, justificaciones y amenazas; la revancha que agrava la disfunción; el odio perpetuo o la frialdad a lo largo de los años; finalmente, la separación y el divorcio que muchas veces no curan la herida. Hay tres tipos de consecuencias mediatas que trae el adulterio descubierto: en la pareja, en la familia y en la sociedad.

### 18.1 CONSECUENCIAS EN LA PAREJA

Las consecuencias de la crisis del adulterio suelen ser, de modo principal, la continuación de la depresión y la disfunción matrimonial.

**Depresión.** La reacción depresiva ante el descubrimiento del adulterio se prolonga por meses. También el infiel puede caer en depresión y, lo mismo, continuar sintomático por meses. Las ideas de morir caracterizan el nivel clínico grave. La intervención del psiquiatra es fundamental. Ocurre, con frecuencia, que este tipo de depresión reactiva es resistente a un solo antidepresivo. En este caso, es preciso asociar dos antidepresivos más un potenciador, para ayudar al paciente a salir de su estado. Cuando la depresión se acompaña de ansiedad, conviene agregar un ansiolítico; si hay insomnio, duplicar la dosis de tranquilizante para la noche. Ante la eventualidad de efectos secundarios de los medicamentos, cabe otorgar días de descanso laboral. Por cierto, la psicoterapia es fundamental.

**Matrimonio disfuncional.** Las reacciones posteriores al descubrimiento del adulterio suelen ser de amargura, desconfianza y hostilidad. El escenario hogareño suele ser tenso, de rencor y desprecio por semanas y meses. Si estos sentimientos se tornan permanentes, terminan por malograr la sociedad conyugal por mucho tiempo, si acaso no para siempre.

El dolor de la infidelidad deja al menos cicatrices. La persona herida perdona, pero no olvida. Algunas circunstancias pueden actuar como estímulos de mal recuerdo. Se trata de reflejos condicionados.

Un hombre (58) odiaba la música cumbia, porque le recordaba al colombiano que conquistó a su mujer 30 años atrás.

Pasada la crisis, la pareja puede entrar en un diálogo más racional, para restablecer el funcionamiento hogareño. Cuando se trata de una aventura, el perdón y la reconciliación resultan menos difíciles. Pero si el marido tuvo una amante fija, el perdón y la reconciliación tardan en producirse. Igualmente, si se descubre que resultó ser un donjuán.

En los casos que el marido no rompe con la amante, el perdón y la reconciliación auténticos no llegan. Entonces, la sexualidad se enfría y los esposos dejan de dormir juntos. Las mujeres dependientes entran en resignación y aceptan el doble vínculo. En cambio, las mujeres independientes -luego de tratar por todos los medios que el marido corte con la otra- están dispuestas a la ruptura.

El caso más difícil de resolver es el del segundo hogar. Cuando el hombre no renuncia a ninguno de los dos hogares, el sufrimiento de todos se prolonga de manera indefinida. En este caso, la resolución saludable depende más de la esposa legítima que de la amante, quien también desea una relación exclusiva. En el capítulo referente a Terapia de Pareja se examina este problema.

**Venganza.** La infidelidad descubierta es una carta de permiso para la revancha. Al inicio, la parte ofendida se deprime y, aunque exprese deseos de venganza, no tiene el deseo de procurarse una aventura de modo inmediato. Pero cuando pasa la crisis, queda en posición de desquitarse. Si esto ocurre, el matrimonio entra en una nueva crisis que, de no superarse debidamente, resbalará al deterioro.

Algunas mujeres, para vengarse del adúltero, le dan celos sin caer ellas mismas en infidelidad. Se arreglan y salen a la calle lindas, para que él las vea. Dicen que van a visitar amigas, pero en un halo de misterio castigador.

Una mujer (38), luego de descubrir la infidelidad de su esposo (39) y pelear con él duramente, se tomó por venganza dormir fuera de casa esa noche. El marido, que era celoso, la pasó en vela hasta el día siguiente. Pero la venganza se prolongó: Ella nunca le reveló que había dormido donde la vecina. El hombre se quedó atormentado con la duda para siempre. Terminaron divorciándose.

La venganza pondría a los cónyuges en simetría para una eventual psicoterapia que sirviera a la curación de las heridas no cerradas la primera vez. Pero en nuestra sociedad machista, el dolor es mucho más grande para el varón, por lo cual se da un desequilibrio que empeora la relación.

Una mujer (41) que sufría depresión por causa de la infidelidad y frialdad de su amado esposo (40), le confesó que durante un año ella también había sostenido una relación extramarital. La reacción del esposo fue violenta: «perra», «puta». Ella había intentado ser empática: «Yo comprendo que tengas una amante, porque yo también tuve uno». Pero lo único que logró fue empeorar el matrimonio. Él planteó el divorcio con un abogado; no quiso ninguna terapia de pareja, ni siquiera para un divorcio civilizado. La madre, confidente de la esposa, le dijo a esta: «No es lo mismo el adulterio de un varón que el de una mujer».

Separada la pareja por adulterio, la herida persistente del agraviado no le permite conceder el divorcio al cónyuge. No puede superar el dolor de la pérdida. Año tras año, pone mil trabas a la firma de la documentación legal. Quiere castigar o no permitir que se case con la otra persona.

Una mujer (47) independiente llevaba cuatro años de separación y de batalla por el divorcio. El marido (53) no firmaba los documentos, tampoco respondía las llamadas telefónicas ni los mensajes de texto. Había cortado la comunicación, excepto la que se refería a la custodia de



la hija y al régimen de visitas. Esta parálisis legal no les permitía a ambos realizar trámites patrimoniales y otros. Así, el marido se vengaba tenaz de la infidelidad que ella tuvo y que motivó la separación. El hombre no tomaba en cuenta que sus diez años de vida marital habían sido áridas, tanto en lo afectivo como en lo sexual; y que el divorcio sería una liberación para los dos.

**Triángulo de sufrimiento.** Cuando el hombre no deja a la amante, la crisis se prolonga indefinidamente. Aunque el adúltero busca satisfacción con la amante, lo cierto es que el estrés crece. Las dos mujeres le reclaman. La esposa le hace lío o frío, y la amante le demanda que se divorcie. Así, el hombre se ve jalonado de un lado y otro. Como dice el psicoanalista y teórico de la colusión Jürg Willi,<sup>75</sup> sufren los tres: esposa, amante y adúltero. No obstante, el sufrimiento y la emergencia de síntomas pueden servir para buscar la ayuda de un terapeuta o bien para un autoanálisis liberador.

Un médico (40) sufrió una crisis de claustrofobia al cerrarse la cabina del avión que lo llevaba a trabajar temporalmente en una provincia. Trató de entender el porqué de esa ansiedad. Al mismo tiempo, realizó en su asiento ejercicios de relajación: respiración, relax muscular y pensamientos tranquilizadores. Pero lo que realmente funcionó fue la emergencia de un fenómeno eureka: De súbito comprendió que estaba encerrado en la presión que le hacían su esposa (39) y su amante (38). Se dio cuenta de que su conciencia moral lo acusaba y le hacía sentirse culpable y ansioso. En ese instante revelador, experimentó alivio. Durante el vuelo reflexionó que debía tomar una decisión tajante. Fue allí que decidió romper con su amante y hablar con su esposa, para que lo perdonara y aceptara.

**Celos neuróticos.** El ofendido se vuelve celoso. Cuestiona las tardanzas del cónyuge a la casa; las llamadas telefónicas más inocentes dan pie a la sospecha. Puede aclararse bien el motivo de la impuntualidad o quién llamó, pero igual la duda y el fastidio se dan.

La joven abogada (24), que descubrió el donjuanismo de su flamante esposo (30), planteó el divorcio de manera irrevocable, porque no quería el tormento de una vida desconfiada.

**Enfermedades venéreas.** Algunas esposas engañadas se niegan a tener relaciones con su marido por miedo a las enfermedades de transmisión sexual. Hacen bien. El sida es tratable, pero tan incurable como el herpes genital. Las enfermedades venéreas más frecuentes son: gonorrea, clamidia, tricomoniasis y piojos del pubis. Raros son el chancroide, el linfogranuloma venéreo y el granuloma inguinal. No se curan solas y pueden no dar síntomas.

«¿Cómo le digo a mi pareja que tengo una enfermedad venérea?», es un problema moral. No contarle significa poner en riesgo al cónyuge. En algunos estados de EE. UU. constituye delito. El contagiado también debería comunicar a las parejas sexuales aleatorias que se tiene la enfermedad. En mi experiencia, los pacientes no asumen con valentía las consecuencias venéreas de sus infidelidades.

Un hombre, casado, fue diagnosticado de linfogranuloma venéreo en el hospital Dos de Mayo, a partir de bubones inguinales dolorosos. Había contraído la enfermedad en relaciones homosexuales. El dermatólogo le indicó que su esposa también debía ser examinada y, eventualmente, tratada. Pero el paciente se mostró muy resistente a tal comunicación.

Una joven periodista (28) no tuvo el cuidado de entrar en cuarentena sexual con su novio infiel y desarrolló herpes genital.

Una paciente [26] adicta a las drogas y con una vida disipada estaba con depresión grave reactiva, porque le habían diagnosticado VIH/sida. Quería vivir, pero al mismo tiempo quitarse la vida.

**Incremento del coito.** Las parejas que quieren persistir en su matrimonio y apuntan a una reconciliación, desde la crisis de la infidelidad incrementan su frecuencia en el coito de manera significativa. Es más, en algunos emergen pulsiones homosexuales y una morbosa excitación de pensar en cómo su pareja pudo estar con otra persona.

Una mujer (38) se sintió burlada al enterarse que la secretaria de su esposo (39) era la amante. Es que él, junto a sus colegas, la llevaba continuamente a la casa. «Hasta le serví comida y bebidas a la desgraciada», deploró. No obstante, confesó: «Pero a veces, me excita imaginar a mi marido haciendo el amor con esa». De todas maneras, ese matrimonio se malogró y terminó en divorcio.

**Impotencia sexual.** Contra lo que se imagina la gente, el coito infiel no es, necesariamente, más gozoso que el conyugal. La conciencia moral crea estrés. La casada infiel tiene muchos reparos para entrar con su amante a un hotel y, peor aún, registrarse. El varón no se queda atrás; el nerviosismo muchas veces opera como impotencia.

Un médico (40) llevaba a su amante, una mujer casada, a un hotel todos los sábados. Y todas las veces estuvo impotente. En cambio, sí era potente con la esposa.

Algunos estudios internacionales han revelado que los ataques cardíacos de los varones durante el acto sexual ocurren siempre con la amante y no con la esposa.

**La culpa.** Los adúlteros desarrollan vivencias de culpa. Para aliviarse de las acusaciones de su conciencia, descargan su pesar con algún amigo de su confianza. Otros recurren al confesor. Unos pocos se confiesan ante la mismísima pareja con la ilusión de ser comprendidos y perdonados; entonces, generan una crisis que puede acabar con malograr el matrimonio. La gran mayoría prefiere callar. Finalmente, hay quienes no saben qué hacer con la culpa.

Una joven (22) consultó por ansiedad: se había besado con el novio de su hermana (23). No sabía si confesarlo o cargar con la culpa. «Con confesarlo, descargaría mi conciencia; pero yo quedaría mal ante mi hermana para siempre. Por otra parte, con no confesárselo, no la libraría de un mal novio y yo deberé llevar esa culpa en adelante», reflexionó. Le dije que se encontraba en un dilema y que, en esos casos, conviene elegir el mal menor. Pensó durante una semana. Finalmente, decidió no hablar:

«Prefiero cargar yo sola con la culpa», subrayó.

**Crimen y castigo.** Algunas mujeres creen que haber caído en adulterio las hace merecedoras de castigo eterno. No se perdonan a sí mismas y soportan los agravios sin intentar ponerles fin.

Una paciente (49) toleraba estoica el reproche eterno de su esposo (54) por una infidelidad cometida hacía 25 años, a ocho años del matrimonio. Él la insultaba y rebajaba de manera sistemática, incluso delante de los hijos que se convirtieron en testigos dolidos de los agravios contra la madre. Las vejaciones y amenazas eran a veces de tal calibre que, por seguridad, ella debía dejar la casa y refugiarse en la de sus padres, por unos días. Luego, volvía a casa y había tranquilidad temporal. Al cabo, el ciclo de insultos se reanudaba. El hombre desarrolló

paranoia, desconfiaba de todos, creía que su mujer se acostaba con todos los conocidos. Ella era complementaria de ese juego de maltrato. Creía que su pecado era imperdonable y debía expiarlo *ad infinitum*.

**Reacción desproporcionada.** Hay mujeres que no pasan por alto una traición, pero sí algo más grave: los daños psíquicos que un padre maltratador ocasiona en los hijos a lo largo de los años.

Raquel [59] nada hizo durante todo su matrimonio por frenar al marido, Pablo [58], de su irritabilidad, groserías y descontrol sistemático de la ira contra ella y los niños. Allende los años, el hijo mayor desarrolló esquizofrenia y una de las hijas, ataques de pánico. Raquel trabajaba. El hombre no: lo habían botado del trabajo por iracundo. Conocí al matrimonio cuando trajeron a la hija para tratamiento. Por suerte, todos participaron en las sesiones. El hombre confesó que tenía «inteligencia emocional baja», en contraste con su inteligencia en otros campos. Aceptó tomar un antidepresivo. Entonces, sus arrebatos de ira disminuyeron de modo significativo; pero el rencor de los hijos, no. Cuando el hombre salió con otra mujer, a la esposa se le vino el mundo encima. Eso sí no podía tolerar.

**Mujeres que consienten el adulterio.** Hay esposas que, desde el principio, se hacen de la vista gorda ante un marido que anda con otras mujeres. Le disculpan todas las infidelidades, señalan que lo hacen por los hijos. Creen en el adagio de San Agustín: «Todo puede conducir al error, excepto el perdón». Se trata de mujeres dependientes, carentes de autoestima, sin sentido de la propia dignidad o con rasgos neuróticos y «hambre de afecto».

Otras, luego de la crisis, se allanan a que el marido siga con la amante. Hicieron lío y llanto para que la dejara; pero frente a la firme decisión del hombre de sostener la relación extramarital, se van resignando hasta terminar aceptando el triángulo. También son mujeres dependientes en lo económico y emocional, débiles de carácter, con pocos recursos personales y baja autoestima. Suelen ser madres de hijos menores de edad. Cuando trabajé en el hospital Hermilio Valdizán -que atiende clases sociales pobres-, vi mujeres que consentían el adulterio por razones económicas. En cambio, en la consulta privada, en que atiendo personas de clase media, las mujeres que aceptan el adulterio son minoría.

Guerra fría. En los casos que he observado del varón que se aferra de modo tenaz a la amante, la pelea abierta de la esposa se da solo al inicio. Luego, ella, que tampoco quiere perderlo, se va resignando y termina por aceptar el triángulo. Pero dicha aceptación se constituye, en realidad, en una prolongada guerra fría. Hay indiferencia, desatenciones, desplantes. Ellas dicen que no se separan por los hijos. Muchas de estas mujeres muestran amargura cada día, reniegan, pelean con terceros, agreden a los hijos y pueden desarrollar trastornos psíquicos. Estas tensiones ocasionan más daños psíquicos a los hijos que el posible divorcio.

**Perdón auténtico.** Hay casos, aunque pocos, en que el perdón y la reconciliación son sinceros.

Un obrero [50] maltrataba a su esposa [35] de hecho y palabra, delante de sus cuatro hijos menores. La familia era pobre y vivía en el cerro Siete de Octubre, El Agustino, Lima. La mujer decidió trabajar como obrera. En la fábrica conoció a un hombre de su edad. Se enamoró perdidamente. En su locura de amor, abandonó marido e hijos. Se fue a vivir con la nueva pareja. En tanto, el marido cayó en depresión, lloraba y no podía trabajar ni cuidar bien a su prole. La cuñada se hizo cargo de los niños. En su abatimiento, fue contactado por Testigos de Jehová

que lo consolaron e hicieron ver que su conducta violenta había alejado a la esposa del hogar. Poco a poco, cambió. Se volvió pacífico y real creyente de Dios. Un día, la esposa volvió al hogar: Había sido abandonada por el amante. El marido la acogió con cariño, aun cuando ella estaba embarazada del otro. El bebé adulterino nació y fue parte de ese hogar.

**Mejor relación.** Es menester señalar que en parejas que quieren persistir unidas se da la oportunidad de crecer. Eso sí, requieren madurez, capacidad de autocrítica y la decisión de dejar atrás el rencor. En verdad, tanto el agraviado como el ofensor han de sacar lo mejor de sí, a fin de reconocer sus falencias.

Después de una crisis matrimonial, ella (34), que había tenido una aventura pasajera, sostuvo varias conversaciones profundas con su esposo (35) ya sereno. En una, le dijo:

«Nunca dejé de quererte, aunque te fuiste convirtiendo en una persona cada vez más severa y distante. Trabajabas todo el tiempo y parabas con el ceño fruncido que espantaba. Sé que eras responsable en el mantenimiento del hogar y los niños, pero ya no eras divertido como lo fuiste de enamorados». El hombre acogió con seriedad lo que ella le comunicaba. Meditó, no solo en el cambio de su carácter, debido al estrés laboral, sino en que él mismo había abandonado las aficiones que tanto le gustaron en la adolescencia: deporte, cine, lectura. Reconoció que había dejado de ser un buen marido y, sobre todo, desleal consigo mismo. Lloraron y se perdonaron varias veces. Después de esos diálogos sustanciales, la relación de pareja funcionó mejor que antes.

## 18.2 CONSECUENCIAS FAMILIARES

Ante un escándalo familiar por adulterio, los afectados directos son los niños. Se convierten en espectadores de los pleitos parentales y de las amenazas de separación y divorcio. El rendimiento escolar suele disminuir o se presentan síntomas de ansiedad como terror nocturno o enuresis. Los suegros, a veces, intervienen para proteger, poner paños fríos y, con frecuencia, evitar una ruptura. Hasta la empleada del hogar puede verse afectada con lo que ve y escucha.

**Reacción de los hijos.** Depende de la edad. Los mayores son solidarios con el progenitor agraviado y, al mismo tiempo, fríos con el ofensor. Estas reacciones son más claras cuando el infiel es un mal padre, autoritario y castigador.

Los niños pequeños pueden no darse cuenta exacta de lo que ocurre entre sus papás; pero sí les dañan los pleitos diarios. O extrañan al que se retiró de la casa. Son pocos los progenitores varones que entablan un juicio de tenencia parental. Además, los jueces de familia (en su mayoría mujeres) suelen otorgar la tenencia de los niños a la madre.

Las reacciones de los adolescentes son diversas: desde agresividad contra el infiel hasta la aparente indiferencia, consuelo a la madre o inculpación, aislamiento personal, ansiedad, depresión, consumo de alcohol y/o drogas. Cuando la madre es infiel, los hijos varones la repudian avergonzados y se pliegan al padre. Un matiz de las hijas es que, cuando el padre es infiel, reaccionan como si les hubieran fallado a ellas y le retiran la palabra. Algunas adolescentes reaccionan contra ambos padres; contra él, por infiel; contra la madre, por

permitir el deshonor *ad infinitum*. En todos los casos, cuando el padre se aferra a la amante, no se va de la casa y la madre sufre, los hijos adolescentes se afectan.

Iris (17) fue enviada por su madre (53) a la consulta, porque «estaba desorientada en su vocación universitaria». Ya en la primera sesión fue evidente que la adolescente, más bien, se encontraba deprimida hacía varios años. Convoqué a los padres para intercambiar información, pero nunca asistieron. Solo la madre mantuvo una cierta comunicación telefónica conmigo, para decirme diálogos como «Mi hija debe ponerse fuerte; yo, en cambio, no tengo tiempo para deprimirme». Después de varias sesiones, la paciente reveló que su tristeza era porque su papá (51) tenía una amante a la que no dejaba y que su madre peleaba con él. Recordó con dolor una escena en que la madre le rogó de rodillas al marido que dejara a la amante, y que él más bien la arrastró por el suelo. Más adelante, el hombre fingió haber roto con la querida. Pero la hija mayor (19) descubrió en la laptop que, en realidad, el padre seguía la ilegítima relación; montó en cólera y lo agredió físicamente. La madre consentía todo este drama. Ella trabajaba; el padre, no, desde hacía años. Las hijas no comprendían por qué mamá no lo echaba de la casa. De allí, el desprecio de las dos hermanas por sus progenitores. Iris encontró consuelo en su ex (18) de la secundaria y reanudó esa relación. Pero este muchacho consumía drogas y era un vago consentido en su casa. Iris estaba tan necesitada de afecto que se aferró a ese amor tóxico. Más adelante, él se involucró con otra chica, compañera de aula de Iris en la universidad. Mi paciente se convirtió en el amor clandestino. Entonces, sus pesares aumentaron. Iba mal en la universidad y eso la deprimía más. Se encontraba en un círculo vicioso. Le costó mucho esfuerzo romper con el muchacho, retomar interés en sus estudios e ir al gimnasio. Felizmente, poco a poco, fue saliendo de la depresión. Tenía en mente hacerse profesional para abandonar cuanto antes el hogar de sus padres.

Respecto al hermano extramatrimonial, los adolescentes experimentan rechazo visceral. Su palabra favorita es «el bastardo».

Cuatro hijos matrimoniales de 21, 20, 18 y 17 años de edad fueron enviados por sus padres en conflicto, para recibir orientación respecto a su hermano extramatrimonial. En la sesión, no cesaron de llamarle «el bastardo» y se irritaron mucho cuando, al expresar ideas de adelanto de herencia, se les informó que todos los hijos son iguales ante la ley.

Los hijos adultos suelen ser comprensivos; en particular, los casados y con hijos. No condenan; incluso, buscan ayuda psicoterapéutica para sus padres.

Pero hay hijos falsamente maduros que actúan como fiscales del progenitor en falta, a fin de salvaguardar al otro y mantener la unidad familiar.

Magdalena (52) llevaba un matrimonio gris y sin relaciones íntimas por años, hasta que por las redes sociales se reencontró con su amor de juventud. Entusiasmada, inició una relación clandestina; pero, enseguida, se sintió culpable. Hablaba a su amante de sus escrúpulos, repetidamente. Esto suscitó que la dejaran. Entonces, cayó en depresión severa. La familia la llevó a un psiquiatra de hospital público, quien le aumentó los sentimientos de culpa, al darle un sermón acerca de la santidad del matrimonio. No volvió más. En esas circunstancias de desolación, su hija única (28) intuyó lo que en verdad pasaba con mamá. La confrontó: «Mamá, yo creo que tú estás enamorada de otro». Al recibir la confirmación, se lo reprochó: «¡Cómo puedes hacerle eso a mi papá que es un hombre bueno!». La conversación finalizó con el juramento de que mamá no volvería con su amante, pero la promesa no se cumplió.

Un grupo de enfoque (que en 2016 organicé con mis alumnos de maestría, profesionales de la salud, varones y mujeres, solteros y con un promedio de edad de 28 años) opinó que, si uno de sus padres estuviera enamorado de alguien fuera del hogar, le comprenderían y hasta le apoyarían. Les interesaba más la felicidad individual de cada uno de sus padres que la unidad del hogar por la fuerza de la rutina o de una falsa moral.

**¿Deslealtad de los hijos?** A veces la madre considera desleal que los hijos entren en relación con la nueva pareja de papá.

Mónica (19), universitaria e hija única, acudió a mi consulta acompañada de sus padres, por un cuadro de depresión y ansiedad. Cuando hablé con la paciente en privado, señaló que su estrés era debido, principalmente, al clima de pleitos en casa. Papá estaba de amores con Alejandrina; mamá no deseaba dar el divorcio. Al cabo de un año, se produjo la separación conyugal. El hombre se fue a vivir con la amante. Al otro año, los esposos acordaron divorciarse. Mónica conoció a Alejandrina y le pareció una buena mujer para su papá. Cuando mamá lo supo, tildó de desleal a la hija. Pero Mónica no se dejó arrollar por ese epíteto y siguió pensando que, si su papá era feliz con la otra mujer, estaba bien. Además, su mamá, ahora, tenía la oportunidad de reconstruir su vida. Concluyó que ella no era desleal a ninguno de sus padres.

Una universitaria (19) comenzó a consumir alcohol y tabaco, probar marihuana y cocaína, asistir a fiestas hasta altas horas de la noche los fines de semana. Era maltratada por su enamorado (20) y aceptaba tener relaciones sexuales para complacerlo. No quería perderlo; tal era su necesidad de afecto. El deterioro académico era patente. Todo empezó cuando, por Facebook, la paciente descubrió que su padre tenía un segundo hogar en una provincia lejana donde trabajaba de lunes a viernes. La imagen idealizada que tenía del padre se había derrumbado. Se lo hizo saber a la madre, la cual nada hizo, pues dependía económicamente del hombre. De todas maneras, el tratamiento a la estudiante ayudó a dejar al mal enamorado y los tóxicos, y a retomar su vida académica.

**Adulterinos.** Los hijos tienden a unir a los padres, tanto los matrimoniales como los no matrimoniales. Con el paso de los años, los adulterinos deploran que su papá no durmiera en casa y no estuviera para ellos ante las contingencias de la vida. No estuvo para poner orden, disciplina, elogios, estímulos, consejos. Tampoco para proteger a la madre. Cuando el adulterino es hijo único, la soledad resulta más grande.

Una niña (9) fue traída a mi consulta por enuresis y robos en casa. Era hija única de segundo hogar. La exploración psicoterapéutica, mediante juegos, reveló que padecía de una gran soledad. El padre vivía en su hogar legítimo, mientras que su madre laboraba todo el día para poder sostenerse. Los robos eran para comprar dulces a su profesora y a compañeritos en el colegio. La enuresis era un síntoma de ansiedad.

«Mamá trabaja todo el día y papá no duerme en la casa», expresó la criatura. El alivio de los síntomas sobrevino cuando la mamá venció el miedo de revelarle a la niña la verdad: papá tenía otro hogar.

Una estudiante universitaria (18) me fue enviada por su psicóloga, para tratamiento con medicación antidepressiva. Con su hermana menor eran hijas adulterinas. Ya adolescente comprobó que su padre prefería a las hijas matrimoniales. A ella y a su hermana les restringía en los gastos; en cambio, a sus medio hermanas les regalaba a manos llenas.

### 18.3 CONSECUENCIAS SOCIALES

Los adúlteros pierden prestigio en la sociedad, son motivo de comidilla en el centro laboral y en el barrio. Se les ve como personas poco honestas y confiables. Esta crítica es largamente más condenatoria contra la mujer, se le tilda de «jugadora» o «zorra».

En un hospital donde trabajé, observé que las enfermeras le retiraron la amistad a una de sus colegas, porque sostenía una relación infiel con un trabajador casado. Lo curioso es que a él sí le hablaban.

**Laborales.** Por el bochorno de haber sido descubiertas, algunas personas dejan su trabajo y se buscan otro.

Una médica casada que trabajaba en las oficinas de una empresa se involucró con un trabajador casado. La esposa del trabajador, al descubrir el *affair*, fue al centro laboral e hizo un escándalo con cachetada y todo. Puso en gran vergüenza a la médica. Esta tuvo que abandonar el trabajo ese mismo día, para no volver más.

En religión y política, la condena por adulterio es lapidaria, en especial para la mujer. Significa expulsión del grupo o destrucción de la imagen pública del infractor, respectivamente.

**Feminicidio.** En el Perú, hay un promedio anual de 120 asesinatos realizados por hombres que se sintieron traicionados o abandonados por la mujer que no quería retomar la relación. El estado no tenía una política coherente de respuesta a este problema nacional. Recién en junio de 2018, el Congreso aprobó una primera ley contra el acoso, rasgo característico del potencial homicida.







# PARTE V: TRATAMIENTOS

## 19. PSICOTERAPIA DE PAREJA

---

*Errare humanum est, sed perseverare diabolicum*  
(frase latina)

La terapia de pareja es un campo de reconocimiento de los errores y el perdón. Asimismo, del propósito de no perseverar en el yerro, porque eso es diabólico. Se trata de uno de los trabajos más apasionantes de psiquiatras, psicólogos y psicoterapeutas. Pero también uno de los más agotadores, en especial cuando hay adulterio. Mediar en un campo de acusaciones mutuas, llantos, amenazas de separación, súplicas inútiles de perdón, manipulación y mentiras, inculpación mutua, etcétera, dejan extenuado a cualquier terapeuta en cada sesión.

Algunos terapeutas, para relajarse, practican deportes, frontón o gimnasio; otros cultivan algún arte, como la música o el cine. El autor de un libro confesaba que, para alcanzar la paz, hacía el amor con su esposa.

En la infidelidad, una de las personas está muy herida y el terapeuta tiene que cuidar tanto a uno como al otro, sin ser cómplice de ninguno, sino más bien aliado de ambos. La cantidad de energía que destina el terapeuta en los 60 a 90 minutos de sesión es grande. En algunos casos, el discurso del ofensor es tan irritante que la pareja abandona el set terapéutico, de manera momentánea o para siempre.

Una señora [59] abandonó el set terapéutico cuando el marido [58] empezó a explicar por qué se veía con una amiga hasta altas horas de la noche. Le resultó insoportable tener que escuchar justificaciones. Posteriormente, el hombre me envió un correo -con copia a su esposa- donde terminaba de explicar las razones de su amistad con la otra mujer. A su turno, su consorte me

explicó de modo personal que se salió del set, porque solo esperaba una disculpa. Sin duda, en esta pareja había una seria dificultad de comunicación. Así, el objetivo de la terapia tuvo que formularse en enfoque de comunicación. Por ejemplo, desarrollar la capacidad de tolerar una comunicación sincera, aunque fuera irritante.

## 19.1 PREMISAS

Para una psicoterapia exitosa, hay consideraciones que conviene asegurar antes de trabajar la esencia del problema.

**Sufrir con tranquilidad.** Una de las primeras medidas de la terapia de pareja, en caso de infidelidad, es pasar del dolor agitado al sufrimiento calmo, pues se necesita un estimable grado de racionalidad, a fin de ser productivos. Pero conste que racionalidad no es sinónimo de frialdad. La participación emocional resulta más importante que la intelectual. Sesiones calientes son precursoras de mejor resultado; <sup>75</sup> en cambio, sesiones frías tienen peor pronóstico. No obstante, una sesión demasiado caliente, es decir, muy agresiva, es de alto riesgo y puede resultar la primera y la última. Un insulto grave es destructivo y daría por terminada la terapia.

Un hombre (37) que, por adúltero, tenía conflictos con su esposa (36), la trajo a una sesión para que ella diera su versión de los hechos. Durante la reunión, el esposo la interrumpió para espetar una frase lapidaria: «La otra me hacía el amor más rico que tú». La esposa montó en cólera, lo cubrió de insultos y gritos y abandonó el consultorio con un fiero portazo. A solas con el hombre, le pregunté. «¿Para qué dijiste eso?». Respondió: «Para que reaccione». Repliqué: «Pues, ya tienes su reacción». Había herido aún más los sentimientos de la agraviada, de por sí estropeados. El seguimiento del caso, a través del remitente, señaló que se separaron y divorciaron en una mar de peleas.

**Asistencia en pareja.** En mi experiencia, cuando ambos asisten de manera conjunta, suelen apuntar al perdón y la reconciliación. En cambio, cuando asiste uno solo, tienden más bien a la separación. Por cierto, la pareja puede decidir llevar una vida en común amargada; ocurre cuando interrumpen la terapia y acuerdan de manera tácita seguir juntos «por los hijos». En las primeras épocas del psicoanálisis individual, cuando la mujer se divorciaba del supuesto mal marido, el terapeuta interpretaba la liberación de ella como un triunfo de la terapia. Mas, en los años siguientes, consideraron traer al cónyuge a las sesiones; entonces, las separaciones y divorcios disminuyeron de modo significativo. Por cierto, hoy, aunque asista uno solo de los miembros, el especialista interviene en función de la pareja.

Un varón (40) acudió por problemas de depresión e insomnio que afectaban su trabajo. Pasaba por una etapa de separación conyugal. La esposa (40) lo había despedido de la casa al descubrir una nueva infidelidad. Él quería volver al hogar, pero ella no se lo permitía. «Quiere el divorcio», señaló preocupado. Además, la mujer ya sostenía una relación romántica, por internet, con un viejo amigo que vivía en Europa. Se citó a la esposa, para conocer su punto de vista y examinar la posibilidad de un divorcio civilizado: había dos hijos menores de por medio. Acudió sola y se quejó de la conducta poco amorosa del marido, de sus continuos celos irracionales e infidelidades. Enfatizó que estaba dispuesta a divorciarse. Pero cuando asistieron a la sesión en pareja, ya estaban considerando reconciliarse. En esa, incluso, estuvieron tomados de la mano.

**Reconocer la infidelidad.** Otro aspecto importante es el reconocimiento del adulterio por parte del acusado. Cuando este no lo acepta -a pesar de los numerosos indicios y pruebas- crea un problema irreductible desde el inicio. El psiquiatra puede quedar atrapado entre la sospecha de celotipia del acusador o de cinismo del acusado. La gama de conjeturas psicopatológicas es amplia: neurosis, paranoia, esquizofrenia, sevicia, psicopatía o manipulación. Algunas personas casadas consultan de manera individual al psiquiatra y, aun así, no revelan sus infidelidades, porque sirven a la neurosis de la apariencia o por vergüenza.

Un hombre (47) consultó por depresión y ansiedad. En el pasado había recibido tratamiento de otro psiquiatra por los mismos síntomas. Señaló que la depresión le ocasionaba frenos en su carrera profesional, donde era exitoso. Tenía su propia firma, era profesor universitario, publicaba sus investigaciones y daba charlas en el extranjero. Además, tenía una familia bonita: una buena esposa (45) y dos hijas (17 y 11) que eran su orgullo. No quiso que su consorte participara en la terapia. Como los antidepresivos y la terapia de apoyo no funcionaban, temí que se tratara de un caso de depresión resistente a los medicamentos. Un buen día aparecieron en mi consultorio la esposa y la hija mayor, para darme información. Nos sorprendimos de que él no me hubiese comunicado que se encontraba separado, por infiel, viviendo en un hotel y que en el pasado había incurrido en un episodio similar. Lo describieron como una persona que minimizaba los problemas y postergaba las soluciones. Cuando recibí al paciente en la sesión siguiente, le comuniqué de la visita recibida. Minimizó la separación y el adulterio. De todos modos, a partir de las confrontaciones, la terapia recién pudo avanzar hacia la mejoría, aunque él insistió en no incorporar a la esposa. La verdad, descubrí que este paciente padecía de un trastorno de déficit de la atención que afectaba su matrimonio, debido a sus desconcentraciones y adicción al conflicto. Con un medicamento estimulante recién pudo mejorar, así como su relación marital cuando volvió a casa.

**Evaluación neuropsiquiátrica.** El psiquiatra palestino Daniel Amen<sup>76</sup> señala, con acierto, que muchas parejas tienen conflictos recurrentes debido a una disfunción cerebral crónica de alguno de los miembros. Sin embargo, ninguna escuela psicoterapéutica tiene en cuenta el factor salud física en sus bases teóricas. Por ejemplo, las personas que padecen de disfunción de la corteza prefrontal son distraídas y adictas al conflicto. Otras, que tienen el sistema límbico excitado, sufren de depresión y ensombrecen la relación. Las personas con disfunción de los lóbulos temporales son impulsivas y explosivas: afectan a la pareja con sus reacciones. Quienes sufren de un giro del cíngulo siempre excitado son obsesivos, repetitivos, fastidiosos. Los que tienen alterados los ganglios basales paran ansiosos y molestan. Todos ellos con un tratamiento medicamentoso específico muy bien podrían dar por terminado el problema conyugal, en vez de someterse a una psicoterapia prolongada, costosa y destinada al fracaso.

## 19.2 ENFOQUES PSICOTERAPÉUTICOS

Es conveniente que el consultante indague por la doctrina del terapeuta, para ver si armoniza con su personalidad. Por ejemplo, hay pacientes que no les agrada las tareas para la casa, técnica muy utilizada por los terapeutas sistémicos y cognitivos-conductuales. Como médico, me sorprende siempre que los pacientes derivados para medicación no sepan cuál es el enfoque terapéutico de su psicólogo. Este debiera explicar -desde el inicio- cuál es su escuela. Cada una tiene su propia teoría, método y técnicas de intervención. Enfoques populares son: el psicoanálisis, la terapia cognitivo-conductual, el humanismo de Rogers y la terapia familiar sistémica.

**Psicoanálisis.** Se trata de una teoría revolucionaria del siglo XX creada por el neurólogo austríaco Sigmund Freud (1856-1939). Aportó los conceptos de inconsciente, sexualidad evolutiva, principio del placer y de la realidad, complejo de Edipo, transferencia, resistencia, mecanismo de defensa del Yo, etcétera. Sus principales técnicas de intervención son la asociación libre de ideas y la interpretación. Sus materiales de análisis son los síntomas, los sueños y los actos fallidos. En la psicoterapia analítica de pareja, hay tres objetivos:

- Conocerse a sí mismo.
- Conocer a la pareja.
- Conocer el juego que han estado jugando.<sup>77</sup>

En las sesiones, el psicoanalista va al pasado de los pacientes en busca de la raíz del problema, para que hagan consciente lo inconsciente. En la terapia de pareja, se trata de concientizar qué mecanismos de defensa cristalizaron en la infancia, qué complejos de superioridad o inferioridad se formaron o qué traumas se han actualizado con el matrimonio que afectan la vida en pareja. La interpretación sirve para poner de relieve contenidos evidentes y profundos de la vida psíquica.

Hay disfunciones matrimoniales, cuyas motivaciones resultan obvias al terapeuta, pero no a los pacientes. Dice la Biblia: «Tienen ojos y no ven». Conviene que el psicoanalista empiece la terapia interpretando lo superficial y, luego, lo profundo.

Juan [32] y Roxana [33] acudieron porque peleaban demasiado por temas domésticos secundarios. Juan era el proveedor del hogar. Roxana también tenía formación superior como él y estaba en casa al cuidado de las dos hijas pequeñas. Él realizaba todas las compras y pagos del hogar. La queja principal de ella era que él no dejaba ningún dinero disponible para el sinfín de pequeñas urgencias que surgen en la vida doméstica. Si se acababa un condimento para preparar los alimentos, no había una moneda disponible para realizar la compra oportuna. Por su parte, él la acusaba de andar siempre de mal talante. Por cierto, había muchas más quejas menudas de uno contra el otro, tal como desatenciones. Para empezar, me centré en un solo problema: la falta de una caja chica que ella debería manejar. La historia de la pareja se inicia en la universidad, donde se hicieron amigos. Juan salía de una relación amorosa tormentosa que lo dejó deprimido. Roxana fue su paño de lágrimas. Con el tiempo se enamoraron, luego se hicieron novios y, más tarde, se casaron. Pero Juan nunca estuvo tan enamorado de Roxana como de la anterior. Una prueba fue que llegó tarde a la boda. «Estuve trabajando para la oficina», se justificó. Juan tenía la neurosis de la apariencia. Pagaba la cena de los amigos, para quedar bien. Era atildado en su vestir y cortés en su trato, aunque acartonado. De hecho, dejó a la enamorada anterior «porque no estaba a mi nivel», enfatizó. Aunque la amó con intensidad, se la arrancó del corazón; y se casó con Roxana, porque esta sí tenía el mismo nivel social que él, señaló. Volviendo al tema de la caja chica para el manejo de Roxana en casa, Juan refirió que su padre compraba todo para el hogar y que su madre nunca tuvo problemas. Por su parte, ella refirió que su padre entregaba el sueldo completo a la madre y tampoco hubo problemas. Entonces, señalé algo que saltó a la vista: «Me temo que ustedes quieren repetir a sus padres en el manejo del dinero». Quedaron sorprendidos de algo evidente, pero que ellos no veían. Luego de esta intervención, acordaron una caja chica para la casa y obtuvieron paz en ese aspecto. Con este éxito inicial, la terapia marchó por buen rumbo. Las posteriores intervenciones acerca de los «despilfarros al servicio de la apariencia» sirvieron para que Juan se moderase en los gastos superfluos. Así, por fin, empezaron a ahorrar, a fin de comprar un departamento. Además, él dejó de pensar en comprarse el carro del año.

**Terapia cognitivo conductual (TCC).** Enseña al paciente a modificar sus pensamientos distorsionados y su conducta disfuncional. Se centra en el presente. No da interpretaciones, sino directivas: «Retomen algunas de las actividades que hacían de novios, como ir al cine, para que puedan relanzar su relación». Utiliza diferentes técnicas de intervención. Deja tareas psicológicas para la casa: «Escriba cada uno en secreto lo que le gusta del otro. En la siguiente reunión, analizaremos esas cartas». El terapeuta se comporta como un profesor. La TCC ha pasado por varias etapas de enriquecimiento teórico y técnico.

Respecto a la terapia cognitivo conductual de pareja, la primera etapa es hacer el diagnóstico. Se realizan cuatro a seis sesiones de evaluación. El psicólogo se sirve de entrevistas conjuntas e individuales, también de la aplicación de test que cada uno llena de modo independiente. Se evalúan las diferentes dimensiones de la situación marital y su grado de deterioro en las dimensiones: sexualidad, comunicación, relación con los hijos, intimidad, etcétera.

Hecho el diagnóstico, se propone un plan de tratamiento para 12 a 30 sesiones. Se fomentan las interacciones positivas y se desalientan las negativas. Se apunta a mejorar la comunicación y la resolución de problemas, mediante el entrenamiento de habilidades. El alta se da cuando la pareja alcanzó un porcentaje estimable de satisfacción. Se acuerdan sesiones de seguimiento.

**Humanismo.** Carl Rogers (1902-1987) es fundador de la psicología humanista. Su libro *La terapia centrada en el cliente* (1944) manifiesta su concepción psicológica y educativa. El terapeuta no se centra en sí mismo (contratransferencia), sino en el paciente. Fue el primero en introducir las terapias supervisadas.

En relación a la terapia de pareja, el terapeuta piensa que la diada sabrá encontrar por sí misma su mejor destino. Solo interviene para que ellos se escuchen a sí mismos, escuchen al otro y contemplen el juego dramático en que han caído. Acoge a cada miembro sin condiciones y con empatía. Sus intervenciones están centradas en lo que siente tanto ella como él. No examina los sentimientos propios que todo paciente suscita en el terapeuta, sino que únicamente trata hallar dentro de sí alguna experiencia pasada que le ayude a comprender los sentimientos de sus clientes y, luego, poder expresarlos con espontaneidad y sabiduría. La terapia humanista, al igual que otras escuelas, puede realizarse con un solo miembro de la pareja.

Una mujer (44) asistió al hospital Hermilio Valdizán por reacción a estrés agudo con depresión. El motivo era que su esposo (49) e hijos (21, 19) estaban muy coléricos contra ella, por haber caído en adulterio. Para colmo de males, su amante la había abandonado. Peor aún, la esposa de su amante le hacía la guerra. En pocas palabras, todo el mundo estaba contra ella. Se sentía muy sola. Decidí atenderla en enfoque humanista. Tuvimos seis sesiones, a razón de una vez por semana. Me dediqué exclusivamente a tratar de entender dos de sus sentimientos fundamentales: el del mundo en su contra y el de la soledad. Mis intervenciones fueron del siguiente tipo:

- «Antes te sentías ignorada; ahora, en cambio, sientes que todos te miran, pero para condenarte».
- «Entonces, ¿fue tu necesidad de ser amada lo que te llevó a involucrarte con ese señor?».
- «Tan grande era tu necesidad de amor que no reparaste en las consecuencias».

- «¿Dirías que tu esposo no solo está colérico contigo, sino también herido? ¿Y tus hijos, decepcionados de ti?».

- «Extrañas a tu abuelito que fue bueno contigo, pero no a tus padres que te dejaban sola por irse a trabajar».

Mis intervenciones recibían el asentimiento de la paciente casi siempre. Poco a poco fue mejorando, al sentirse comprendida. Nunca le dije lo que debía hacer ni realicé ninguna interpretación. Al cabo de seis semanas, la paciente comunicó que había pedido perdón a su esposo y comenzado a conversar acerca de por qué lo traicionó. Después de esa visita no volvió, aunque no se le dio de alta.

**Terapia sistémica.** Últimamente, quienes estudian más a la pareja son los terapeutas sistémicos de familia. Su base teórica es que el mundo está organizado en sistemas, tanto en el campo astronómico y atómico como en la naturaleza viva. Los seres humanos no escapan a formar parte de sistemas: ONU, OEA, países (Teoría general de sistemas, Bertalanffy). Así, la familia es el sistema intermedio de individuo y sociedad. A partir de esta concepción, toda persona enferma debe ser vista como parte de un sistema disfuncional. Para los terapeutas sistémicos, el paciente no es un individuo, sino la familia. Hay cinco tipos de terapeutas sistémicos:

- *Estructuralistas:* Salvador Minuchin
- *Estratégicos:* Jay Haley
- *Escuela de Milán:* Mara Selvini
- *Escuela de Palo Alto:* Paul Watzlawick
- *Terapia centrada en soluciones:* Steve de Shazer

Las sesiones duran 90 minutos cada dos semanas, aproximadamente. Se tiende a que la terapia sea breve: siete sesiones. Se otorga la palabra a cada uno de los miembros de la familia de modo democrático. A veces, se incorpora un terapeuta auxiliar (coterapeuta). También se puede contar con un supervisor en vivo, a través de la cámara de Gesell con línea auditiva interna. Se puede filmar la sesión para analizar la calidad de las intervenciones terapéuticas. Para el cierre, se hace una pausa de minutos, el terapeuta sale del set para conversar con el coterapeuta o el supervisor. Si no tiene auxiliares, el terapeuta igual hace la pausa para reflexionar. Al regresar con la familia, da su mensaje. Finalmente, deja tareas para la casa, tal como elaborar un presupuesto cuando parte importante del problema es el dinero.

**Solapamiento de escuelas.** Aunque hay teorías, métodos de investigación y técnicas de tratamiento diferentes en las distintas escuelas psicológicas, lo cierto es que se dan muchos solapamientos conceptuales, idénticos objetivos y similares técnicas de intervención en varias de ellas. Por ejemplo, mejorar la comunicación de la pareja es un objetivo común a todas.

Hay enfoques rivales, como el psicoanálisis y el conductismo que, sin embargo, coinciden en varios aspectos. El conductismo se considera a sí mismo ciencia objetiva y acusa al psicoanálisis de subjetividad. Es cierto que epistemólogos prestigiosos como el argentino Mario Bunge (1919-2020) y el austríaco británico Karl Popper (1902-1994) atacan de manera fundada al psicoanálisis originario de Freud; pero lo hacen en sus flancos débiles (Complejo de Edipo, La envidia del pene, etcétera). No consideran sus flancos fuertes (inconsciente,

irracionalidad, ambivalencia humana, mecanismos de defensa del Yo) que constituyen aportes sustantivos a la psicología.

A la TCC también se le han hecho críticas. Varios de sus supuestos teóricos han sido cuestionados. Por ejemplo, se ha señalado que reflejos incondicionados, como el rotuliano, no pueden ser convertidos en condicionales. La teoría del refuerzo no se cumple en el fenómeno del enamoramiento: pese a la indiferencia de la persona amada, la pasión no se extingue, sino que hasta crece en la agonía.

Varios conceptos que manejan diferentes escuelas psicoterapéuticas están solapados. Por ejemplo, el *mindfulness* (tomar consciencia), definición y técnica destacadas por los terapeutas dialéctico-conductuales, desde 1995, en realidad es una actividad zen, el *zazen* (suerte de meditación), originaria del Budismo Zen del siglo VII d. C, que se enlaza con el psicoanálisis (Budismo Zen y Psicoanálisis, Erich Fromm y Daisetz Suzuki, 1960). También, ciertas teorías independientes, pero de relevancia universal, han sido recogidas por diferentes escuelas. Verbigracia, la del apego (necesidad de protección maternal imperecedera) es una construcción teórica coronada por John Bowlby (1907-1990) y adoptada por psicoanalistas, conductistas y demás.

### 19.3 EL TERAPEUTA

Más importante que la escuela psicoterapéutica es la calidad del terapeuta de pareja. Importa más su experiencia profesional y de vida, cultura, ideología y valores. También puede ser trascendente su estado civil y religión para algunos pacientes.

**La personalidad por encima de la técnica.** Los psicoanalistas, antes de hacer terapia, pasan por psicoanálisis didáctico. Deben superar sus limitaciones interiores para asumir pacientes. Para los humanistas, la personalidad auténtica del terapeuta, su capacidad de empatía y de acogida incondicional están por encima de la técnica.

Lo mismo señala el terapeuta familiar Maurizio Andolfi (Italia, 1942). En ese sentido, invita al estudiante de psicoterapia a conocer su propia familia en tres generaciones, a fin de usar esos valores en sus sugerencias a los pacientes, y sin demasiado respeto a la pretendida neutralidad.

Para una terapia de pareja, puede ser mejor elegir un terapeuta casado o divorciado. Esto no es una desvalorización del terapeuta soltero; algunos sacerdotes, por ejemplo, son excelentes consejeros. Sin embargo, uno casado o divorciado tiene la ventaja de su rica experiencia matrimonial. Cabe mencionar que los terapeutas jóvenes y solteros son quienes más tienden a aconsejar de manera radical a las mujeres con problemas de pareja a que logren su autonomía, incluso al precio del divorcio.

**Psiquiatras eclécticos.** Los psiquiatras suelen tener formación ecléctica en psicoterapia. Aplican diferentes técnicas. A veces son psicodinámicos, otras, cognitivo-conductuales, humanistas o bien sistémicos. Incluso, mezclan técnicas en el mismo paciente. ¿Esto es bueno o malo? A los puristas no les agrada. Pero la mayoría de los autores están de acuerdo en que el paciente puede recibir intervenciones de diferentes enfoques.

El riesgo de asistir a dos terapeutas de escuelas rivales es que reciba intervenciones contradictorias. Ocurre, especialmente, en la actividad privada, cuando el paciente recibe psicofármacos de un psiquiatra con formación en psicoanálisis y al mismo tiempo psicoterapia de un psicólogo TCC. En la sesión con el psiquiatra, hay oportunidad de hablar más allá de los síntomas, medicamentos y régimen higiénico-dietético. Entonces, puede ocurrir que surja en el psiquiatra la tentación de realizar una intervención que colisione con el trabajo del psicoterapeuta. Es recomendable que se abstenga. En todo caso, deberá coordinar con este, a fin de evitar malos entendidos y, sobre todo, confundir al paciente.

**Advertencia cultural.** Cuando se leen las bases teóricas y técnicas de intervención de las diferentes escuelas sistémicas, hay que tener en cuenta que la mayoría de ellas provienen de Estados Unidos y Europa, donde la cultura e idiosincrasia son diferentes a las latinas. Por ejemplo, es grata la escuela de Steve de Shazer, centrada en la solución y no en el problema. Pero no sabemos cómo es una pareja anglosajona en terapia de pareja, si flemática ante sus problemas o ardiente como las que atendemos en Lima. Las parejas peruanas necesitan, de entrada, hacer catarsis: llorar, hablar del problema, acusar al par, quejarse de las injusticias, reclamar, etcétera. Francamente, para mí, la solución debe esperar. Claro que me esfuerzo, desde la primera sesión, en entender y definir el problema, precisamente en un clima emocional intenso; asimismo, en bosquejar la solución. Pero antes debo generar la alianza terapéutica (concepto originalmente psicoanalítico) que habitualmente empieza en la primera reunión y que se fortalece con la actitud auténtica del terapeuta (concepto rogeriano).

En 1985, la psicoterapeuta belga Edith Tillmans-Ostyn especialista en familia, visitó el hospital Hermilio Valdizán. Los médicos residentes le presentaron un caso de pareja y le preguntaron cómo intervendría. Ella señaló que no se atrevería a hacerlo, porque desconocía los usos y costumbres del Perú. Una sabia respuesta.

**La formación del terapeuta.** Los psicoterapeutas de cualquier escuela reciben formación en periodos que van de dos a tres años. Llevan teoría, seminarios de discusión, talleres de técnicas de intervención y supervisión de casos.

En psicoanálisis, la formación es costosa en dinero, tiempo y esfuerzos. Contiene tres aspectos: psicoanálisis didáctico, teoría freudiana y supervisión de casos. Algunos psiquiatras (cuya carrera médica y de especialista toma 10 años) realizan, aparte, su formación en cinco años (así es, verbigracia, en el Instituto Peruano de Psicoanálisis). Una formación en psicoterapia dinámicamente orientada puede hacerse mediante diplomado. Ayudan las diversas actividades académicas, el análisis ocasional y la supervisión de casos.

Para atender pacientes se debe estar fundamentalmente sano. En la carrera médica, hemos visto colegas alcohólicos, neuróticos, psicóticos y hasta psicópatas. Es que nadie está libre del trastorno mental.

En última instancia, se recomienda el análisis de sí mismo. Karen Horney, psicoanalista culturalista alemana-estadounidense (1885-1952), escribió la excelente obra *El autoanálisis* (1941); y en coautoría, *¿Piensa usted psicoanalizarse?* (1946). El propio Sigmund Freud hizo autoanálisis, puede leerse en su monumental obra *La interpretación de los sueños*. Todo psiquiatra debe formarse en psicoterapia como mejor pueda.



Pues bien, terminada la formación, el joven terapeuta ha de poner en práctica sus conocimientos. Si bien nadie está libre de cometer errores, el novato se encuentra en mayor riesgo. Conviene tener supervisión siempre.

**Errores del terapeuta.** A continuación, señalaré algunos errores que he cometido y que he visto cometer a mis colegas en psicoterapia. Quiero comentar que, en los libros de psicoterapia, los autores siempre muestran sus éxitos y no sus fracasos. Pasa lo mismo con los maestros del ajedrez, publican sus partidas ganadas. Sin embargo, es preciso examinar los deslices propios para progresar, como señalan los entrenadores.

Empezaré mencionando mis propios dislates. Horney destaca en *La neurosis de nuestro tiempo* que es más fácil fijarse en los disparates de los demás que en los propios. Antes lo dijo Cristo: «Se fijan en la paja del ojo ajeno y no en la viga del ojo propio».

La mayoría de mis errores corresponden a mi época de piedra como joven médico y psiquiatra. Pese a que, en mi formación, tuve la suerte de contar con buenos profesores de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos; y más adelante, como psiquiatra titulado, con excelentes colegas en el hospital Hermilio Valdizán, no dejé de incurrir en yerros. Sin embargo, todos ayudaron a que los cometiera cada vez menos. Finalmente, el perfeccionamiento profesional es una tarea personal. Aparte de la experiencia directa con los pacientes, el hospital mantuvo importante actividad académica: discusiones clínicas todos los martes, una reunión abierta para todos los profesionales, herencia de Humberto Rotondo Grimaldi (Callao, 1915-1985); también supervisión de casos y lecturas críticas todas las semanas en el pabellón del profesor sanmarquino Eric Bravo Basaldúa; asimismo, dos años de formación en psicoterapia dinámica con Saúl Peña Kolenkautsky (Jauja, 1932). Por cierto, hay una gran parte de formación autodidacta: estudio y lecturas de todos los campos del saber ligados a la psiquiatría, la especialidad médica más vinculada a las ciencias humanistas. Una vez, el doctor Marco Martos Carrera, presidente de la Academia de la Lengua Española en Perú, me dijo: «San Marcos es un lugar donde se reúnen los autodidactas». Lo creo. El esfuerzo de uno es lo decisivo.

*No definir el problema.* En mis inicios, yo me quedaba en el diagnóstico psiquiátrico como si este fuera el problema. Por ejemplo, luego de atender a una paciente que acudía dolida por el reciente descubrimiento de la infidelidad de su esposo, yo escribía en la historia clínica, en el rubro diagnóstico: “Reacción depresiva breve, código 309.0”, de acuerdo con el Manual de Clasificación Internacional de Enfermedades, novena revisión (CIE 9º), de la OMS, aprobado en 1977. Para terminar la sesión, prescribía un antidepresivo.

Felizmente, escuché y leí críticas al diagnóstico nosológico. Estas señalaban que esa etiqueta oficial resultaba muy limitada y nada decía del problema de la persona, pareja o familia. Diversos autores proponen la necesidad de un diagnóstico dinámico. Más bien, cabe describir algo como esto: «Mujer de 35 años de edad, casada hace seis años, dos hijos pequeños, ama de casa, que consulta por reacción depresiva moderada a grave, debido a haber descubierto que su esposo tiene un amorío con la asistente del trabajo. El esposo le ha pedido perdón, pero ella duda todos los días de la sinceridad de él». Una redacción así de extensa, posibilita, desde la primera sesión, definir el problema de manera conceptual. Más adelante, con la participación del cónyuge, podrá refinarse el problema a una manera operacional.

*No establecer un objetivo.* Naturalmente, si yo no formulaba un problema, mal podía proponer un objetivo terapéutico. Mi conformidad médica se daba con la eventual mitigación de los síntomas, sin haber apuntado a una meta terapéutica clara. Felizmente, en una oportunidad, un joven ejecutivo que padecía de ataques de pánico me preguntó, al cabo de la cuarta sesión: «¿Y cuándo vamos a enrumbarnos?». Primero, me sorprendí de tal indagación, dado que las crisis de angustia habían desaparecido con la medicación y las sesiones de relajación. Pero él estaba pensando en los problemas subyacentes al ataque de pánico: la relación conflictiva con su esposa más una fobia social que interfería con su trabajo. Se aclaró que no habíamos fijado un objetivo. Me corregí de inmediato y acordamos atacar primero la ansiedad social, cuya superación en 80 % nos tomó un año. Me sirvió la experiencia para, en lo sucesivo, establecer objetivos claros con los pacientes.

Con libros como el de R. Kertesz et al.<sup>78</sup> entendí la importancia de fijar metas cuantificables. Por ejemplo, si una pareja en conflicto, entre otros problemas, ha dejado de ir al cine, podríamos proponer retomar el cine a razón inicial de una vez al mes, para recuperar las actividades de placer que ambos tenían de novios.

De las clases, lecturas y lecciones sobre la materia universitaria Metodología de la Investigación también se aprende. Para establecer un objetivo principal y objetivos secundarios de investigación, es preciso haber definido antes el problema principal y los problemas secundarios de la realidad. Y hay dos formas de definir un problema: conceptual y operacional. Ejemplo de definición conceptual de la eyaculación precoz: «Forma de impotencia sexual consistente en eyacular rápido con lo que la pareja queda insatisfecha». En cambio, la definición operacional es numérica: «Eyaculación en menos de tres minutos en el coito».

La ventaja de la definición operacional es que permite evaluar de modo más objetivo la evolución clínica. Ya lo dijo Pitágoras: «El número gobierna el universo». En resumen, en las primeras sesiones ha de formularse el problema de la pareja, para poder establecer el objetivo y, a la postre, realizar la evaluación de la terapia y decidir el alta.

También conviene plantear el criterio de evaluación final. «¿Cómo ustedes y yo vamos a saber que alcanzamos el objetivo?». Por ejemplo, si una pareja tiene peleas cada dos días, el ideal terapéutico no va a ser que nunca peleen. Parejas sanas que no pelean no las hay. Los pleitos sirven al ajuste funcional de la pareja. Habría que acordar una frecuencia de pleitos que no los haga sufrir demasiado. Además, establecer la calidad de los pleitos: que no se den golpes, gritos destemplados, procacidades, insultos vejatorios, adjetivos calificativos, etcétera.

*No insistir en que asista la pareja.* Cuando empecé la práctica privada de la psiquiatría, mi primera paciente fue una mujer (40) que padecía de depresión reactiva a los celos de su conviviente (41). Le pedí que lo trajera a las sesiones, pero ella se negó. Me dio una serie de razones que yo acepté rendido. Mi error consistió en no insistir. El resultado fue que la depresión se prolongó demasiado y el caso no tuvo la mejor evolución.

Es verdad que se puede trabajar con un solo miembro de la diada en enfoque de pareja, pero esa tarea es más difícil. Si el estrés de una persona está relacionado con su cónyuge, lo más natural es que este se sume a la terapia. Es cierto que puede haber razones para que el cónyuge no asista: enfermedad, viaje, trabajo, etcétera. Pero, en general, lo apropiado es

insistir; por cierto, hasta cierto punto y de forma amable. Eventualmente, se puede trabajar con un solo miembro de la pareja, pero teniendo en cuenta una ulterior asistencia de la pareja.

Del caso Gustavo (40), en la primera cita señaló que tenía dificultades con su esposa. Le propuse que viniera con ella. No aceptó. Insistí en que, si uno tiene un problema con una persona, lo más natural es resolverlo con ella; que yo serviría de conciliador. Entonces, explicó que había sido infiel dos veces durante su matrimonio y que, últimamente, había dado un paso hacia una tercera infidelidad. No quería herirla. Deseaba aclarar en sí mismo los motivos de su conducta adúltera. En nuestro debate, destacó que su esposa no era cariñosa, sino más bien grosera. También habló de su propia infancia y de su madre castigadora. En ese momento, me dio la impresión de que él tenía una significativa necesidad de afecto. Al final, acordamos que me hablara de sí en unas cuantas sesiones y, luego, consideraríamos una terapia de pareja. Aceptó. La verdad es que yo me mantuve en función de la pareja. Por ejemplo, le pregunté si acaso ella le había perdido cariño cuando le descubrió una infidelidad, la cual no fue debidamente superada.

*Ser técnico a ultranza.* Otro yerro que cometí en mi primera época, fue imponer las intervenciones técnicas por encima de los impulsos naturales de mi carácter. En particular, la aplicación de algunas técnicas Gestalt -que no calzan con mi manera de ser- ahogaban mi espontaneidad. Al final de la sesión, yo no me sentía satisfecho. En cambio, cuando mi respuesta era visceral, me salía bien. Felizmente, poco a poco, me permití ser espontáneo y subordinar los aspectos técnicos a mi personalidad. En vez de pensar de manera anticipada ¿qué le respondo o pregunto al paciente?, comencé a interesarme en escuchar tal como se escucha a un amigo. Fui autodidacta y devoré cuanto libro de Rogers cayó en mis manos. Aprendí que el valor supremo de la psicoterapia era la autenticidad.

*Reírse.* Este disparate me da vergüenza. En mi juventud leí que, a veces, uno puede ser sarcástico, mordaz o agresivo con el paciente. Por probar esa «técnica», una vez, abandoné mi tendencia a ser amable y respetuoso. Ahora, creo que uno puede reírse con el paciente, pero no de él.

Una señora (45) consultó porque su hijo (22) estaba en consumo de drogas y en una vida improductiva: No estudiaba ni trabajaba. Organizamos un juego de premios y castigos, para que el hijo empezara a ayudar en las tareas de la casa. La señora acudió sola a la semana siguiente para señalar que su hijo no había colaborado en nada, pero que ella igual lo había premiado. Le expliqué que estaba reforzando una mala conducta. En la semana subsiguiente, se repitió el ciclo «Mi hijo no ha cumplido con las tareas acordadas, igual yo lo he premiado». En la tercera semana, cuando refirió lo mismo, me refí, para darle una lección. La señora no volvió más.

Ahora, quiero mostrar los errores cometidos por otros terapeutas. Algunos los he visto; otros, me los han comunicado colegas amigos.

*Impertinencia.* En la terapia de pareja, uno de los errores más comunes en la primera etapa es preguntar a la parte ofendida si acaso ella hizo algo o dejó de hacer, para que su cónyuge fuera infiel. Si bien, esta indagación podría ser necesaria en algún momento avanzado de la terapia, al inicio es impertinente. En el primer momento, se acoge incondicionalmente a la persona que sufre. En cambio, preguntar de entrada al cónyuge agraviado si contribuyó al adulterio resulta inoportuno y hasta iatrogénico, ya que genera vivencias de culpa e incomprensión.

*Conservadurismo.* Otro error del terapeuta novato es prometer a la pareja que sus intervenciones ayudarán al perdón y la reconciliación. Se trata de un planteamiento conservador o bien de un terapeuta religioso que cree en la santidad del matrimonio. El terapeuta experimentado es abierto a la unión o la separación, respeta lo que decida el matrimonio. Su tarea no es, forzosamente, unir a la pareja. No. Su tarea es analizar con ellos los aspectos principales de la infidelidad, consecuencias, causas y alternativas, para que tomen su propia decisión. Como subrayan los psicoanalistas: «El terapeuta nada quiere, nada desea». El novato puede estar guiado por sus valores religiosos, morales o conservadores; también, por sus propias proyecciones venidas de la infancia y de su familia de origen.

Una mujer (53) casada se reencontró con un viejo amor adolescente y renació al enamoramiento, sentimiento que nunca experimentó hacia su esposo (61). La culpa la llevó a la depresión y a un primer psiquiatra. Este le indicó que dejara a su amante y mantuviera el matrimonio. Tal recomendación conservadora le produjo angustia. Entonces, cambió de psiquiatra: vino a mí. Adopté el enfoque de Rogers: comprender los sentimientos de la paciente, sin recomendar nada. Me constituí en un espejo. Así, poco a poco, ella entendió que se encontraba atrapada entre sus sentimientos morales de conservar a su familia y los deseos imperiosos de vivir el amor, además del sexo, que no disfrutaba hacia cinco años. Como en el enfoque humanista las decisiones son del paciente y no del terapeuta, ella tomó la determinación de conservar su matrimonio... y a su amante. En ese momento, la depresión ya había cedido y abandonó la terapia.

*Reprensión.* Un yerro de la terapia es ponerse de parte de la víctima de manera unilateral y reprender al infiel. Suele ocurrir en la segunda sesión, cuando asiste el esposo, luego de que la esposa, en la primera sesión, denunciara «encima de cuernos, palos». El terapeuta experimentado ni culpa ni justifica, solo comprende. Como bien señala Rogers, las cualidades del buen terapeuta son acoger incondicionalmente, desarrollar empatía y ser auténtico. Acoger sin condiciones significa aceptar al paciente tal como es; no darle sermones, admoniciones ni críticas; en una palabra, respetarlo. Empatía es ponerse en el lugar del otro, comprenderlo de modo emocional más que intelectual. Ser auténtico es ser sincero, transparente, parecer por fuera lo que uno es por dentro.

Una paciente (25) soltera consultó a una psiquiatra por ataques de pánico. Estaba de amores con un compañero de trabajo (28), casado con una amiga de esta. Le remordía la conciencia y, además, el hombre la trataba con celos y violencia verbal. La psiquiatra la reprendió diciéndole que ella misma había sufrido la infidelidad de su esposo, por causa de una amante. La paciente vio que la médica había personalizado el caso. Cambió de terapeuta y vino a mí, aunque llena de reparos. Solo después de varias sesiones, reveló estar de amores con un hombre casado. La acogí sin condiciones, sin críticas, lo que sirvió para crear la alianza terapéutica. Al final, abandonó al hombre y cambió de trabajo. Luego, aprovechó su tiempo para graduarse en la universidad. Después de unos años, me envió un correo donde me comunicaba, feliz, que se casaba con el joven de la foto; más tarde, en otro correo, que estaba próxima a tener su primera hija.

*Iatrogenia.* Es una palabra que significa daño ocasionado por el tratamiento prescrito por un agente de salud. En el siglo XVI, Paracelso imploraba: «Señor, que mi remedio no sea peor que la enfermedad». La negligencia del médico facilita la iatrogenia.

Un psicoterapeuta de familia del hospital Hermilio Valdizán cometió el error de aplicar, de manera agresiva, la técnica de la silla caliente en una paciente joven con depresión grave. «Ponte en el

lugar de tu padre», le indicó. (El padre era un sádico que abusaba física y mentalmente de los niños, quienes le tenían terror). Desencadenó un cuadro psicótico que obligó a la hospitalización por el servicio de Emergencia.

*Insultar.* «Se rechaza el pecado, no al pecador», dice el filósofo judío austríaco-israelí Martín Buber (1878-1965). El terapeuta puede expresar rechazo contra el abuso, la violencia y la injusticia. Pero otra cosa es insultar al ausente.

Una psicóloga comentó que una mujer se quejaba constantemente de su pareja, a quien solía describir como una persona insignificante. Un mal día, la terapeuta le dijo: «¿Qué haces metida con ese mequetrefe?». La paciente no volvió más.

*Meta-diagnóstico.* Es diagnosticar a la pareja sin haberla visto, a base de lo que, exclusivamente, dice el consultante. Es un abuso de autoridad que genera perjuicios.

Un psiquiatra diagnosticó de sociópata a la esposa de un hombre de negocios que consultaba a solas por una reacción depresiva, debido al adulterio de ella. Esta etiqueta funcionó en la cabeza del paciente por años, para nunca perdonarla, con lo que fueron infelices por décadas. Cuando vinieron a mí, me encargué de conocerlos y cuestionar el imprudente diagnóstico. Con ello, el hombre miró a su mujer de una nueva manera. Tiempo después, los hijos se admiraron de que sus padres ya se llevaban bien.

*Psicologismo.* Es la tendencia unidireccional de explicar todos los síntomas y conductas mediante la psicología. Algunos psicoterapeutas desestiman los importantes aspectos biológicos. Una lesión cerebral en el lóbulo temporal izquierdo puede explicar una conducta reactiva y violenta. Los terapeutas deberían considerar lo que la gente dice: «La enfermedad de Juan alborotó a toda la familia», porque, en última instancia, el fenómeno enfermedad individual-trastorno familiar bien podría ser circular.

Un asesor de terapia familiar sistémica explicó -con autosuficiencia- la conducta psicótica de mi paciente Eduardo (23), quien sufría de esquizofrenia, mediante la teoría de «La madre esquizofrenógena». Esta asegura que la madre es el factor principal en el origen y mantenimiento de la esquizofrenia del hijo. La mamá era una mujer que, desde que enfermó su querido hijo, se dedicó a este casi por entero, en desmedro de sus hijos mayores, quienes se quejaron. Ninguno de los antipsicóticos ayudaba a Eduardo a salir de sus alucinaciones e ideas delirantes. Si bien el tratamiento electro-convulsivo lo sacaba del cuadro clínico, era en forma pasajera. Al cabo, recaía. Así, llevaba varios internamientos. Felizmente, en esa época (los noventa), llegó al Perú el medicamento clozapina, único para esquizofrenia resistente a los antipsicóticos clásicos. Con el profesor Eric Bravo Basaldúa, empezamos a administrarlo y, oh maravilla, el paciente respondió muy bien. Desaparecieron las alucinaciones e ideas delirantes. En los 17 años que estuve en el hospital Hermilio Valdizán, no volvió a internarse. La madre me pidió verlo de manera particular; así, lo seguí por años y siempre estuvo bien. Eduardo abrió un pequeño negocio de venta de gaseosas y golosinas. Se volvió más autónomo. Los hermanos no se quejaron más. La madre pudo repartir sus atenciones de manera más equitativa entre todos los miembros de la familia. Una vez le dije a ella: «Señora, sus otros hijos se quejaban de que usted le daba toda la atención a Eduardo». Respondió: «Cómo no iba a darme por completo a él, si era el más necesitado». La teoría de la madre esquizofrenógena no funcionó aquí.

*Terapia interminable.* Algunos psicoterapeutas no le dicen al paciente cuándo va a terminar el tratamiento. Si ya resulta dudoso no formular un problema y un objetivo de terapia, también

es cuestionable no planificar su término. Los especialistas de enfoque sistémico son quienes más han clamado por la terapia breve (de unas siete sesiones), en contraposición con muchos psicoanalistas anticuados que no organizan un objetivo concreto ni planifican el número de sesiones.

Freud escribió *Análisis terminado e interminable* (1937), para explicar la necesidad ideal de llevar la psicoterapia hasta el fin, sin fecha. Pero también señaló en qué circunstancias debía ponerse término. Los terapeutas modernos están de acuerdo en que es posible curar lo esencial de la neurosis y no intentar curarlo todo: el paciente hará el resto del trabajo. Es como en la educación: un profesor no puede ni debe pretender enseñarlo todo, sino únicamente lo principal, el alumno completará el resto por su cuenta.

Las investigaciones sobre abandono de la terapia revelan que los pacientes asisten entre seis a diez sesiones. Los resultados son: 40 % curan, 30 % mejoran; 30 % no mejoran.<sup>79</sup>

## 19.4 TÉCNICAS

Dependen de cada escuela. Aquí solo consigno dos: la catarsis y el cierre.

**Catarsis.** La descarga emocional tiene lugar importante en la historia de la medicina que, sin embargo, algunos terapeutas modernos soslayan en favor de otras técnicas. Por ejemplo, Minuchin y Fishman<sup>80</sup> señalan que la intervención del terapeuta debe apuntar al cambio, aunque moleste al cliente: «Un terapeuta no está para ganarse simpatías», subrayan. Este concepto puede ser mal leído. He visto practicantes de terapia sistémica ser innecesariamente bruscos con las familias. Aún más, soy testigo de iatrogenias.

Sigmund Freud<sup>81</sup> señala que la psicoterapia debe ser cirugía de escalpelo fino y no cirugía de machete. Con uno u otro instrumento se puede extirpar un tumor, solo que con el primero el sangrado y el dolor son menores. También Philip Solomon tiene razón cuando afirma: «La psicoterapia es como el medicamento, puede hacer daño».<sup>72</sup>

Al terminar la residencia en psiquiatría, el venerable profesor Andrés Cáceres Bedoya me aconsejó que me iniciara con la terapia de Carl Rogers: «Con ella, es difícil causar daño», enfatizó. Por cierto, el sentido del consejo no era que yo abrazara necesariamente esa escuela, sino otro: el del aforismo hipocrático *Primum non nocere* (Primero, no dañar).

La catarsis es griega. Aristóteles la define como purificación espiritual. Joseph Breuer la redescubre al terminar el siglo XIX y la comunica a Freud. Expresar una emoción o un recuerdo reprimido constituye una descarga y liberación que permite, más adelante, entender y hablar con amplitud del problema. Es tan importante la catarsis que algunos pacientes potenciales la desean en un ambiente de protección y seguridad como es el set terapéutico. Allí, los varones adultos se permiten llorar, suceso de excepción en una cultura machista que señala «Los hombres no lloran». Ya don Miguel de Unamuno<sup>82</sup> aclaró el valor del llanto. El rector de la Universidad de Salamanca clama: «Claro, que llorar sirve de algo, aunque sea de alivio; pero también se debe llorar porque, precisamente, no sirve de nada». Nadie dice que el método catártico sea todo; pero sí constituye el inicio de la terapia. Y la primera sesión puede estar dedicada por completo a la catarsis.

La esposa (36) de un médico (38), en la primera sesión, me pidió ser escuchada por entero, sin discusión. Necesitaba descargar sus penas, simplemente. Atribulada, habló así: «Doctor, yo sé que, para ustedes terapeutas, en los problemas de pareja, los esposos tienen 50 % 50 % de responsabilidad. Lo sé. Pero yo, ahora, quiero que usted me dé la razón al 100 %». ¿Era un pedido infantil o esta mujer cargaba con el peso de un matrimonio desdichado? Uno tiene segundos para responder, como en el ajedrez *Blitz*. ¿Debía desestimar su pedido y reestructurar la demanda? ¿Centrarme en mi contratransferencia o, más bien, centrarme en la persona? ¿Debía responder a su solicitud con algún recurso técnico o sencillamente permitir la catarsis? Elegí lo último y nos fue bien en adelante.

**Cierre.** Al terminar cada sesión, el terapeuta realiza un resumen con un mensaje interpretativo y de esperanza. Además, deja una tarea para la casa. Esta puede ser un juego, escribir cada uno una carta secreta para abrirse en la siguiente sesión, confeccionar un presupuesto económico de la casa, etcétera.

## 20. TERAPIA DURANTE LA SEPARACIÓN

---

*A veces lo indicado  
es elegir el mal menor*

Con frecuencia las parejas que acuden por ayuda, a raíz de una crisis de adulterio, ya están separadas. No saben si el infiel debe regresar a casa o no. Lo normal es que el terapeuta, luego de escuchar a uno de ellos, en una primera sesión, pida que asista la otra persona, para conocer su versión de los hechos e intenciones. Después de escuchar a ambos por separado, propone una reunión conjunta, para confrontación y aclaración de sus deseos respectivos. Así, la terapia puede empezar y, entonces, caminar a un divorcio civilizado o a una reconciliación.

### 20.1 RECONCILIACIÓN

Según las estadísticas, la infidelidad es la principal causa de divorcio en el mundo. Sin embargo, la mayoría de adúlteros no se separan. Las parejas emocionalmente heridas tienden a continuar la relación, sea con sufrimiento y reproches, sea con perdón y reconciliación. Quienes buscan ayuda suelen desear persistir en su matrimonio, mientras que los decididos a divorciarse no piensan en psicoterapia.

La separación propiamente dicha es la salida del hogar de uno de los miembros, por un tiempo estimable e indefinido. En general, el adúltero es quien abandona la casa. Algunos varones van a un hotel; la mujer, a casa de sus padres. Irse de la casa solo por un par de días no constituye separación, formalmente.

**Resistencia al divorcio.** Aunque la relación conyugal y familiar sea disfuncional en extremo, las parejas en el Perú tienden a no separarse. La situación en Europa es diferente: se separan y divorcian en un alto porcentaje.

Dora (36) vino a verme por depresión crónica e ideas de morir. Su marido (36) era mujeriego. Alguna vez le contagió una enfermedad venérea. Alcohólico violento y de mal carácter, golpeaba al hijo (12). Ya habían tenido algunas separaciones. Cinco meses atrás, las relaciones sexuales habían cesado. Pese a todo, la mujer no consideraba divorciarse.

**Cisma interno.** Es la separación dentro de la casa. La desavenencia continúa con hijos, mascotas y todo. Muchas parejas desarrollan la ilusión de estar separadas, porque ya no duermen juntos y casi no se hablan. Pero conviven y mantienen sus funciones de padres; reciben en casa a familiares y amigos en las fechas de cumpleaños o celebraciones, como cualquier matrimonio. La primera razón para este estatus de escisión es económica: uno de los miembros depende del otro. En apariencia, cada uno tiene la potestad de tener un amor fuera. Pero la realidad es otra. Cada miembro de la pareja está privado de la posibilidad de amar plenamente a otra persona. Wilhelm Reich habló en su tiempo de miseria sexual. Esta es una forma que da lugar a reclamos bizarros.

Los esposos Lucrecia (59) y Jaime (58) acompañaron a Liliana (29), hija soltera que vivía con ellos, a una consulta por ataque de pánico con agorafobia. La terapia de Liliana pronto se convirtió en



una de la familia. “«Estamos separados hace ocho años», comunicaron los papás. Detallaron que vivían en la misma casa, llevaban una vida familiar prácticamente normal y trabajaban juntos en su propio negocio. De manera que se veían todo el tiempo: en el desayuno, en el trabajo, en el regreso a casa en el mismo auto y en la cena. Los pleitos –motivo de la «separación»- continuaban con la misma frecuencia e intensidad que antes. Además, eventualmente, Lucrecia atendía a Jaime de las migrañas que padecía. Estaba claro que nunca se habían separado de verdad. El problema era que los pleitos afectaban a la hija. Hubo que atender dos objetivos: el autocontrol del ataque de pánico de la hija y amainar los pleitos de los padres. Aconteció que, después de esos años de separación interna, el hombre empezó a frecuentar a una mujer algo cercana al entorno de la esposa. Esta se sintió muy lastimada. En la reunión terapéutica, ella reclamó al marido «lealtad».

**La verdadera separación.** Ante un cisma crónico insoluble, es recomendable que la pareja se separe, en definitiva. Y conviene que uno de los miembros salga de la casa.

Julio (61) estaba separado internamente de Vilma (60) hacía varios años. Vivían bajo el mismo techo con sus dos hijos jóvenes y trabajaban juntos en el negocio propio. Un buen día, Julio conoció a una mujer (40) divorciada. Se enamoraron. Entonces, empezó a lucirse con ella en todas partes, incluso cerca de la casa y en el trabajo. La esposa, al enterarse, entró en cólera por la humillación pública. Julio vino a mi consulta. Arguyó que estaban separados y que él podía hacer con su vida lo que quisiera. Discutimos ampliamente. Al final, entendió que su pretendida separación era ficticia. Entonces, se mudó a vivir aparte. Con ello, el odio de la esposa no disminuyó, pero la verdadera separación trajo calma. Así, pudieron llevar, luego, la división en el trabajo también. Enseguida, Julio inició el trámite de divorcio y el proceso de partición de bienes. Los hijos, ya mayores, apoyaron a sus padres. «Es una decisión que debieron tomar hace años», remarcó uno de ellos.

**Acuerdos durante la separación.** Cuando subyace el deseo de reconciliarse, es importante establecer acuerdos de conducta. Estos tienen por finalidad evitar que empeore la situación marital y que se dé el cumplimiento de las obligaciones del hogar, en especial hacia los niños. Hay que ayudar a que los separados no realicen actos que agraven la situación e impidan una solución más adecuada, porque la separación misma da mayor espacio para, por ejemplo, verse con la amante o vengarse.

En terapia, tiendo a elaborar un acta por triplicado de los acuerdos tomados en las primeras sesiones. Una copia para cada uno: esposa, esposo y para mí. Esa acta, firmada por las tres partes, si bien no tiene mayor valor legal, constituye un importante rito ético de cumplimiento. ¿Cuánto detallar? Depende del caso, aunque es mejor redactar lo menos posible. A veces, se trata de que las cosas no empeoren. Con el desarrollo de los acontecimientos es posible mejorar los acuerdos en las siguientes sesiones.

Deben regir varios aspectos. Obligatorios son: el régimen económico, las visitas a los hijos y el cumplimiento con la terapia. Lo recomendable es que las familias de origen intervengan lo menos posible y que la amante quede de lado. Reconozco que la literatura europea considera la terapia de a tres, es decir, con la amante incluida. Potestativos son la asesoría legal y los diálogos de los esposos fuera del set, siempre y cuando no lleven a riñas.

**Un caso práctico.** He aquí un caso sobre acuerdos que firmamos el esposo (agraviado), la esposa (adúltera) y yo (terapeuta). No se trata de un modelo, sino de un documento de compromisos específicos ante problemas específicos. Las características de ese matrimonio eran:

- El esposo era el proveedor del hogar y de ciertos lujos para la esposa, tales como viajes al extranjero y el auto del año.
- Catherine se había involucrado con el joven profesor de su hija, un soltero de pocos recursos materiales. Dada la crisis, ella había roto con este «hasta aclarar sus sentimientos».
- Ella había dejado la casa y dormía en un cuarto alquilado.
- Él no tenía ningún problema en que la esposa visitara la casa las veces que quisiera, para ver a los dos niños. (Un buen modelo de visitas a los hijos es el de los jueces de familia y conciliadores que, si no hay acuerdo de los padres, establecen los días de visita a los niños más el derecho de llevarlos sábado y domingo cada dos semanas; fijan horarios. Además, delimitan el espacio de visita: El visitante puede ocupar la sala y el baño de visitas, pero no los dormitorios).
- Catherine no trabajaba fuera y carecía de recursos económicos propios. Los jueces de familia y conciliadores establecen una pensión para los niños y la pareja que no gana dinero, monto que va del 30 % al 60 % de lo que gana el cónyuge.
- Luis estaba apasionado por su esposa, al punto que la llamaba a cada momento importunando. Sus celos habían amainado, pero no lo suficiente. Sin embargo, entendió que su acoso era perturbador.

### **ACUERDOS DE SEPARACIÓN CONYUGAL**

«Mientras dure la separación matrimonial, al mismo tiempo que se realiza la terapia de pareja, se toman los siguientes acuerdos:

#### **1. RÉGIMEN ECONÓMICO**

Luis se compromete a asignar a Catherine una pensión de 2200 nuevos soles mensuales. En forma excepcional, asignará dinero extra en caso de emergencia médica. También podrá contratar un seguro de salud. Se suprimen los gastos suntuarios [joyería, perfumería, etcétera].

#### **2. VISITAS A LOS HIJOS**

Catherine tiene el derecho de visitar a los hijos y sacarlos a pasear ilimitadamente. Solo debe avisar a Luis con la debida anticipación. Durante las visitas, ella puede disponer de todos los ambientes de la casa. Mientras dure la visita a los hijos, Luis no podrá intervenir ni interferir, a menos que ella lo invite a participar.

#### **3. NO RELACIONES SENTIMENTALES CON TERCEROS**

Mientras dure la terapia, ninguno de los cónyuges establecerá relaciones sexuales ni de ninguna índole sentimental con terceras personas. Esta cláusula comprende relaciones por internet, platónicas y encuentros furtivos con personas desconocidas.

#### **4. CONFIDENTE ÚNICO**

Cada cónyuge tiene el derecho de acudir para consejo adicional a un único confidente; por excepción, podrán ser dos. El otro queda prohibido de buscar información o

perturbar al confidente. Asimismo, queda prohibido buscar información en familiares o amigos del cónyuge.

5. ASESORÍA LEGAL

Cada uno tiene derecho a realizar consultas y recibir asesoría de un abogado. Sin embargo, no tomarán acciones legales mientras dure la terapia.

- 5.1 Retiro del hogar
- 5.2 Pensión alimenticia
- 5.3 Separación legitimada
- 5.4 Patria potestad
- 5.5 Separación de bienes
- 5.6 Régimen patrimonial

6. RESPETO A LA AUTONOMÍA

Los cónyuges se comprometen a respetar la autonomía de su pareja en referencia a:

- 6.1 Relaciones familiares
- 6.2 Amistades
- 6.3 Culto religioso
- 6.4 Ámbito deportivo
- 6.5 Negocios
- 6.6 Estudios
- 6.7 Vida social

7. NO LLAMARSE NI CITARSE

- 7.1 Luis se compromete a no llamar a Catherine por ningún medio: teléfono, celular, mensajes de texto, correos electrónicos ni chat. Catherine sí retiene la prerrogativa de llamarlo a él, para lo que crea conveniente.
- 7.2 Quedan suspendidas las invitaciones para reunirse, a solas o en algún compromiso familiar o social.
- 7.3 Quedan libres de continuar conversando en el lugar y el tiempo que estimen convenientes.
- 7.4 En casos de emergencia familiar, Luis podrá comunicarse con Catherine en cualquier momento, libre y ampliamente.
- 7.5 En caso que los hijos enfermen, Luis está obligado a comunicárselo a Catherine.

8. ASISTENCIA A LA TERAPIA

- 8.1 Asistir puntualmente a las sesiones de terapia
- 8.2 Respetar los acuerdos tomados
- 8.3 En caso de inasistencia, comunicar con 48 horas de anticipación
- 8.4 Eventualmente, el terapeuta citará a uno solo de los cónyuges.
- 8.5 El terapeuta tiene la potestad de citar, en forma excepcional, a algún tercero informante, como son los padres.
- 8.6 Si uno de los cónyuges tomara una cita extra, automáticamente el otro adquiere el mismo derecho.

Firman: Luis, Catherine y Pedro

Nota. Las cláusulas del presente acuerdo variarán, en cuanto la pareja tome una decisión de reconciliación o separación definitiva. También podrán cambiarse las reglas durante la terapia, si hay acuerdo entre las partes».

**Condiciones para la reconciliación.** Para que la pareja se reconcilie de manera saludable, conviene que haya analizado las causas del adulterio:

¿Desamor?, ¿incompatibilidad de caracteres?, ¿celos?, ¿desacuerdos económicos? Solo así podrán establecer las nuevas condiciones que regirán la vida marital y hogareña.

En cambio, reconciliarse sin haber analizado de manera conjunta el origen del adulterio resulta inconveniente a todas luces; peor aún, admitir en casa al adúltero sin ninguna condición. Los factores negativos que llevan a muchas mujeres a una reconciliación sin condiciones son las siguientes:

- Necesidad económica
- Dependencia económica
- Los hijos
- Dependencia psicológica
- Baja autoestima
- Machismo de la mujer y el hombre
- Presión de la familia de origen hacia el conformismo
- Ciertas creencias religiosas

**Un caso.** Se dio en cinco sesiones, luego de descubrirse más de 35 años de engaño de parte del marido. Aunque los acuerdos verbales no fueron firmados, sirvieron para lo que quería ese matrimonio.

Don Casimiro (74) había ocultado a doña Petronila (70), durante 35 años de matrimonio, que tenía una hija extramatrimonial, quien, en el momento, seguía estudios de maestría en una universidad extranjera. Tuvieron dos hijas matrimoniales. La mayor falleció de cáncer y dejó dos hijos huérfanos: El yerno se desentendió de sus obligaciones y se fue a vivir con otra mujer. Así, los abuelos Casimiro y Petronila se hicieron cargo de esos nietos. Además, tenían tres nietos de la segunda hija matrimonial. También los asumieron, porque el segundo yerno tampoco se hizo cargo de sus obligaciones al separarse. En total, su descendencia estaba constituida por una hija viva y cinco nietos. Pero doña Petronila no sabía que había una heredera más. Petronila inició trámites de herencia, a fin de poder entregar propiedades inmuebles a la descendencia. Fue así como descubre que su esposo tenía una hija (35) más y una amante con propiedades donadas. Cuando se enteró, casi se desmaya. Cayó en depresión e insomnio, por tamaño engaño y decepción en tantos años. Ella siempre había idolatrado a su esposo.

*Primera consulta.* Petronila llegó en un mar de llanto, acompañada de su hija quien ayudó a comprender mejor el problema. Ya había un cisma interno.

*Segunda consulta.* Catarsis de doña Petronila. Ella quería seguir la relación con su esposo; pero deseaba tres cosas: que él se disculpara, dejara a la otra y cambiara su carácter renegón y mezquino. Se le pidió que acudiera don Casimiro.

*Tercera sesión.* Asistió don Casimiro solo. Comenzó a justificarse diciendo «Quién no ha cometido errores», «muchos de mis conocidos tienen hijos fuera del hogar», «mi mujer y mi hija me insultan, llaman perra a la otra y bastarda a mi otra hija», «yo les he preguntado: ¿acaso ellas han venido a pedirte algo?». Le pregunté qué quería. Repuso que seguir viviendo con doña Petronila. Cuando mostró seguridad en ese deseo, percibí que la crisis podía tener una rápida solución. Le dije: «Tú y Petronila quieren lo mismo: reconciliarse. Pero te faltan habilidades de comunicación. En vez de justificarte o contraatacar, podrías pedir perdón y dejar de renegar». Aceptó que yo lo entrenara en cómo comunicarse con su esposa herida. Anoté delante de él las seis condiciones que harían posible una reconciliación sincera (ver más adelante).

*Cuarta sesión.* Con los esposos. Fue de confrontación catártica al inicio: La esposa le reprochó el engaño y lloró. La segunda mitad fue ir a la solución, como recomienda el psicoterapeuta estadounidense Steve de Shazer (*Terapia breve centrada en soluciones*). La sesión se centró en el perdón. El marido se puso de pie, ella también. Él se le acercó y con voz solemne le pidió perdón con un sentido discurso. Fue dramático y conmovedor verlos. Ella, con lágrimas en los ojos, lo perdonó. Luego de ese rito emocional, nos abrazamos los tres. Para terminar, propuse los seis puntos de las condiciones para una reconciliación. Fueron aceptadas y quedamos en firmarlas.

*Quinta sesión.* Fue la firma del documento de las seis condiciones. Aproveché para proponerles que vinieran a una nueva terapia para tratar el tema: El endiosamiento que doña Petronila había hecho de don Casimiro. La invitación quedó abierta.

### SEIS CONDICIONES DE RECONCILIACIÓN

1. Casimiro corta toda relación con la otra mujer, pero tiene derecho de apoyar a su hija extramatrimonial. Cualquier dinero para esta saldrá de su sueldo y no del ahorro familiar.
2. Petronila no insultará ni llamará «bastarda» a la hija extramatrimonial de Casimiro.
3. Casimiro tampoco se defenderá con insultos tipo «Me arrepiento de haberme casado».
4. No renegar.
5. No mezquinar.
6. Cuentas económicas claras. Preguntar a los abogados acerca de los adelantos de herencia, derechos patrimoniales de la hija matrimonial, nietos e hija adulterina, etcétera.

**Ritos de reconciliación.** Los gestos de pesar por haber fallado son importantes para facilitar el perdón y la reconciliación. Algunos que he visto son:

- Llamar a la querida por teléfono para -delante de la esposa- decirle: «Todo ha terminado, no me busques ni me llames más».
- Quemar las cartas y fotografías de la amante delante de la esposa.
- En el consultorio, ritos de pesar. Tienen un gran efecto para la futura vida marital. He visto a varones ponerse de rodillas ante ella pidiéndole perdón. O, como en el caso mencionado arriba, de pie, hacer un discurso solemne.

## 20.2 DIVORCIO AMISTOSO

Cuando la reconciliación no es posible, conviene un divorcio amistoso, para un reparto equitativo de los bienes, dinero y seguros. También por la salud mental de los miembros de la pareja y los hijos. Si la separación y el divorcio no es amistoso, la amargura se transmite a los hijos; además, no permite una nueva relación de pareja saludable.

Fidela (45) y Ramón (50) acompañaron a su hija Camila (18) a la primera consulta. La adolescente sufría ataques de pánico. Los padres estaban divorciados y tenían otro hijo, Rubén (13). Durante la sesión, Fidela, en vez de hablar acerca de los síntomas de su hija, se dedicó a atacar a Ramón. Lo acusó de haber abandonado el hogar, dejándole a ella toda la responsabilidad de los hijos. El contenido emocional de sus palabras era de amargura. Resultaba visible que no había superado el divorcio que llevaba ocho años. Reveló que ella misma sufría de agorafobia y no podía salir a la calle así nomás. Aunque ya tenía un novio que iba a la casa, no lo consideraba importante en su vida. En cambio, Ramón trasuntaba satisfacción con su trabajo y su nueva pareja. Salía los fines de semana con sus hijos Camila y Rubén, se ocupaba de cumplir con la pensión hogareña y el pago de los servicios educativos. La diferencia emocional entre ella y él era abismal. Camila lamentó que su madre tuviera tal odio hacia Ramón, después de tantos años. En el curso de las sesiones, le dije a Fidela que convenía superar su agorafobia. Replicó que no tenía dinero para su tratamiento. Tampoco quería ir a un hospital público. Ramón ofreció financiar ese tratamiento adicional. Ella dijo que sí, pero luego hizo que no. A Fidela le gustaba repetirle a Camila «Tu papá nos abandonó». En una de las sesiones, la adolescente le respondió enérgica: «A ti te habrá abandonado. A mí, no. Es más, déjate de lavarle el cerebro a mi hermano».

**Separación de mutuo acuerdo.** Desde 2008, rige la Ley 29227 de divorcio y separación de cuerpos que regula el procedimiento no contencioso de la llamada *Separación convencional y divorcio ulterior*. Faculta a las municipalidades y notarías al acto legal. Se llama separación *convencional*, porque se supone que la pareja la ha convenido.<sup>83</sup>

Cuando la desavenencia es grande, la pareja puede acordar el divorcio. Aun así, antes de acudir a los abogados (cuya profesión es pelear), es importante consultar a un terapeuta de familia (cuya profesión es conciliar) para una separación amistosa. Es ventajoso para ambos, en particular, para los hijos, máxime si son pequeños.

Un ajedrecista y juez de profesión nos comentó en reunión de viejos amigos que el llamado «divorcio amistoso» no es siempre tal. A veces, en la sala judicial, la mujer explota en una serie de insultos y reclamaciones contra el marido. Señalé que, probablemente, se trataba de parejas que no habían resuelto sus diferencias con la ayuda de un psicoterapeuta. El grupo de hombres mayores convino que sí.

**Exceso de orgullo.** Hay personas que no toleran la infidelidad, su orgullo es demasiado grande. Algunos allegados míos se han divorciado por orgullo, no queriendo hacerlo en el fondo de su corazón. Me hacen recordar la poesía de Gustavo Adolfo Bécquer:

«Asomaba a sus ojos una lágrima/ y a mi labio una frase de perdón; habló el orgullo y se enjugó su llanto/, y la frase en mis labios expiró.  
Yo voy por un camino, ella por otro;/pero al pensar en nuestro mutuo amor yo digo aún: “¿por qué callé aquel día?” / y ella dirá: “¿por qué no lloré yo?”».

# 21. CELOS

---

*Todo hombre normal ha dudado alguna vez de su mujer*  
(José Ingenieros)

Los celos están muy vinculados con el adulterio imaginario o real, en sus formas de amenaza o consumación. Se estudian aquí para abordar su tratamiento en el siguiente capítulo.

## 21.1 TEORÍAS ETIOLÓGICAS

Se han propuesto teorías explicativas de los celos: psicológica, cognitivo-conductual, psicoanalítica, etológica y neuroquímica.

**Teoría psicológica.** Señala que los celos están asociados a la falta de amor en la infancia. Padres separados o que trabajan demasiado crean inseguridad en el niño. La desprotección y la violación en la infancia retumban en el tiempo, máxime si entonces no hubo elaboración del abuso a través de una psicoterapia.

Ignacio (31), miembro de las Fuerzas Armadas, conviviente de Marcia (31) y padre de dos niños (♂ 12 y ♀ 1,5) consultó por celos extremos. Entre otras cosas, comentó: «Mis padres trabajaban mucho y los cinco hermanitos la pasábamos solos. Fui abusado desde mis seis hasta los nueve años de edad. Hace dos años se lo dije a mi mujer; ahora, creo que me ve menos hombre».

**Teoría cognitivo conductual.** Una de sus propuestas teóricas modernas ofrece el concepto de inversión/incertidumbre de la relación: A mayor inversión (tiempo, esfuerzo, dinero) más celos; a mayor certidumbre (conocer más a la pareja), menos celos. Por eso, al inicio de toda relación son pocos los celos. Complementariamente, a mayor tiempo de relación, mayor certidumbre. Pero esta teoría no explica los celos paranoicos que surgen desde el primer instante, cuando aún no ha habido ninguna cuota de inversión.

Una mujer (38) refirió que, ya en la primera cita, su flamante pareja mostró celos desproporcionados que la asustaron mucho: «Comenzó a preguntarme de modo inquisitorial por qué yo tenía ciertos raspones en la piel, con qué hombres me había acostado. Sentí que era un loco. Me escapé de su departamento como pude».

**Teoría psicoanalítica.** Los celos paranoicos son proyecciones homosexuales. La homosexualidad es intolerable a la consciencia; entonces, se proyecta como hostilidad: «Él me odia» esconde el «Yo lo amo». <sup>84</sup> Por su parte, los de tipo neurótico constituyen narcisismo agresivo de dominación cuya raíz se encuentra en la infancia y adolescencia, según seguidores de Freud. Para Castilla del Pino, muchos insaciables sexuales esconden el deseo de exhibir una hiperpotencia que los compense de la homosexualidad latente o de la impotencia relativa que podría atribuírsele frente al rival. <sup>65</sup>

Es verdad que las historias clínicas de los celotípicos revelan con inusitada frecuencia una relación intensa con la madre, lo que talló el carácter desconfiado del niño y el adulto. Sin

embargo, la teoría de que los celos enmascaran homosexualidad requiere más pruebas clínicas.

**Teoría etológica.** Una propuesta señala que los celos son normales en todos los animales superiores, en especial, en los de conducta monógama. Enfatizan que el humano no escapa a las leyes de la naturaleza. El problema metodológico de adjudicar de manera mecánica la conducta animal a los humanos es que somos una especie mutante y compleja.

Otra propuesta es que los celos aseguran la exclusividad en la herencia del ADN. Esta teoría explicaría los celos de las personas en edad reproductiva; pero no, con claridad, los de las celosas menopáusicas ni los de los celosos seniles, cuya capacidad reproductiva está francamente venida a menos.

**Neuroquímica.** Los celos neuróticos tienen su asiento neurológico en el lóbulo frontal y se dan en personas con déficit de serotonina cerebral.

Cierto que no sería el único factor causal. Están involucrados aspectos psicológicos y socioculturales (tal como la conveniencia de mostrar celos). Pero resulta que los antidepresivos por sí solos pueden mitigar o hacer desaparecer los celos neuróticos. Por otra parte, los antipsicóticos también mitigan o hacen desaparecer los celos esquizofrénicos o paranoicos.

Irina (26) pidió ayuda porque experimentaba celos irracionales hacia su novio (30). Le llamaba por teléfono o le enviaba mensajes a cada momento, para asegurarse de que no estaba con otra mujer. Revisaba la laptop de él a hurtadillas. Incluso, había colocado GPS al auto de él, a fin de saber siempre dónde estaba. (A ella, antes, se le había tratado de ataque de pánico cuando estuvo de amante de un hombre casado, colega en el mismo centro laboral, quien la maltrataba de palabra; con la psicoterapia, Irina tomó la decisión de dejarlo, cambiar de trabajo y graduarse en la universidad). En esta nueva oportunidad, se le propuso empezar el tratamiento con fluoxetina, un antidepresivo clásico cuya acción es inhibir selectivamente la recaptación de la serotonina. Esta vez no hubo psicoterapia. Citada al mes, los celos e inconductas se habían mitigado mucho. En el segundo mes, los celos habían desaparecido. «A veces me asombro de no sentir celos, cuando quizás debiera tenerlos», subrayó satisfecha. Meses después se casó y tuvo su primer hijo.

## 21.2 CLASES DE CELOS

Los hay paranoicos, esquizofrénicos, neuróticos y normales. También puede haber falta de celos como patología.

**Paranoicos** o celotipias. Constituye un trastorno psiquiátrico mayor donde el paciente, con una alteración grave del pensamiento, da por cierto el contenido de sus ideas delirantes. Puede trabajar y socializar normalmente, cuidar su apariencia, modales y lenguaje como cualquier persona sana. Lo único anormal es el convencimiento irreductible –sin pruebas ni indicios razonables– de que su pareja es infiel. El psiquiatra alemán Karl Jaspers (1883-1969) ha descrito con lujo de detalles la fenomenología de la celotipia, a base de casos clínicos, en su voluminoso libro *Escritos psicopatológicos*. La cura es muy difícil, porque siendo el individuo funcional en todo el resto, no tiene conciencia de enfermedad y, por ende, no busca ayuda. Los



pocos casos que han acudido a mi consultorio han sido por reacción depresiva secundaria a la idea delirante de ser traicionado.

Un abogado (40) se separó, «porque no soportaba más “la infidelidad” de su esposa». Acogido en casa de su hermana, esta lo llevó a consulta al verlo tan triste. En la primera, se diagnosticó: reacción a estrés con depresión moderada a grave, por conflicto marital. Se le prescribió antidepresivos. Enseguida, se convocó a la esposa (40), para conocer su versión. Ella describió con lujo de detalles la celotipia de su marido. Las siguientes consultas tuvieron por objetivo confirmar el diagnóstico de psicosis paranoica. El paciente aseguraba que su esposa pensaba en otro hombre cuando miraba por la ventana del auto, mientras él conducía. También vio demasiado sospechoso que ella, de compras con él en el supermercado, quisiera ir al baño: «Lo hizo para encontrarse con un hombre que acababa de ingresar a la tienda». Entonces, tuve que agregar al antidepresivo un antipsicótico a bajas dosis, planear psicoterapia para conciencia de enfermedad, reconciliación de la pareja y vuelta al hogar por el cuidado de los hijos menores de edad. La terapia avanzó positivamente al inicio. Pero, apenas el paciente se sintió mejor de ánimo, abandonó el tratamiento. Este hombre, hijo único y abandonado por el padre, tuvo una relación intensa con una madre dominante desde la infancia. La desconfianza que desarrolló, sin embargo, le sirvió mucho como fiscal del Estado, para perseguir y atrapar delincuentes.

**Esquizofrénicos.** Son parte de un cuadro clínico más grave que la paranoia. Hay alucinaciones e ideas delirantes. El paciente no trabaja, no estudia, se aísla. Al igual que el paranoico, tiene la convicción delirante e irreductible de que la pareja le traiciona. La parafrenia es una variante de la esquizofrenia: no hay alucinaciones claras, pero sí ideas delirantes inverosímiles; además, el paciente trabaja y mantiene relaciones sociales aparentes.

Un paciente (30), de compras en la paradita con su mujer (28), creía que ella se entendía con el verdulero, cuando este le ofrecía escoger entre un pepinillo mediano y uno grande. «Claro, se refieren al pene», me decía. Creía ver, en el cine con su esposa, que ella y el Superman de la pantalla se miraban y saludaban con afecto cómplice.

**Neuróticos.** Son los del inseguro que duda siempre de la fidelidad de la pareja. A diferencia del psicótico, cede ante las pruebas de inocencia, no está fuera de la realidad. Pero hace líos a la menor sospecha. Si ella demoró en llegar a casa, piensa que ha estado con algún hombre. Le revisa la cartera y hasta la ropa interior. Cuestiona la manera que ella tiene de vestirse o maquillarse. No quiere que asista a fiestas, porque la van a acechar. La recoge del trabajo, no por cariño, sino por inseguridad. La telefonea a cada rato, no por amor, sino para controlarla. Las seguridades que ella le da acerca de su amor son insuficientes siempre. Además, el neurótico defiende sus celos, al racionalizar o intelectualizar.

Una ingeniera (30) consultó porque su novio (30) la acosaba con sus celos todo el tiempo. Iba a la salida del trabajo, para observar qué hombres se le pegaban en el ascensor. Cuestionaba su manera de vestir, le interrogaba sobre sus colegas varones. Le preguntaba por teléfono si había algún extraño en su oficina o cómo estaba vestida. Lo peor era que le daba coscorriones, jalones de cabello y pellizcos casi todos los días. Le pedí que acudiera con el novio. Ante mí, apareció un hombre flaco, poco agraciado, de aspecto extraño, mirada huidiza, parco y a la defensiva. Aceptó ser celoso, pero se negó terco a una cura. Entonces, me dirigí a ella e hice cálculos en un papel: «Si las cosas no cambian y tú recibes cinco golpes a la semana, eso significa que cada año recibirás 250 golpes. En 40 años recibirás diez mil, si acaso alguno no te mata antes». Los despedí perturbados. A los tres meses, el colega que me pidió que atendiera a su sobrina me informó que ella acababa de dejar al novio, para beneplácito de la familia.

De todos modos, muchos celosos neuróticos son autocríticos, se percatan de que arruinan el placer de vivir con la pareja y, en especial, que pueden perderla. Las ideas fijas pueden convertirse en una verdadera obsesión sobre la fidelidad de la persona amada. También pueden caer en depresión y ansiedad. Algunos pacientes estoicos guardan sus tormentos interiores. El celoso que quiere asegurar a la pareja con su conducta inquisitorial, termina por perderla.

Un hombre [28] consultó por reacción depresiva: Su conviviente [26] lo acababa de dejar, harta de sus inquisitoriales celos infundados. Reveló que padecía de eyaculación precoz y no la satisfacía sexualmente; estaba acomplejado de que otro varón sí pudiera hacerlo. Tales eran las ideas atormentadoras en la base de sus contraproducentes celos.

Los celos neuróticos vienen de la infancia. Los pleitos continuos de los padres tornan inseguro al niño de lo que debe ser una relación estable. Y la inestabilidad afectiva lo vuelve desconfiado del cariño.

Del caso Irina, mencionado arriba, el origen de los celos se remonta a la infancia, cuando su hermanito mayor abusaba sexualmente de ella. Ya cuando estuvo más grandecita, se lo dijo a la madre y esta al padre. Pero los progenitores no le creyeron. Ella se sintió arrojada y desamparada. Además, el clima de pleitos de los padres y sus continuas amenazas de separación generó en el alma de la niña mucha inseguridad y ansiedad. Tuvo onicofagia siempre. En la adolescencia, se hacía cortes en el cuerpo.

«Ese dolor cortaba el otro dolor», dijo; paró de hacerlo cuando una vez se cortó la mano y sangró mucho. Más adelante desarrolló obesidad (20k de más), debido a la ingesta voraz de alimentos, seguida de disforia y periodos de amenorrea. Sin duda, era bulimia. Cuando estuvo en la Universidad, su enamorado la engañaba con otra; Irina fue la última en enterarse; se sintió públicamente vejada. Luego, ya en su primera juventud, vendría su relación con el hombre casado que la maltrataba, las vivencias de culpa y los ataques de pánico. Todas esas experiencias secuenciales la tallaron para desconfiar. Finalmente, el tratamiento psiquiátrico la ayudó a mitigar sus angustias y celos.

Eventualmente, los celos son proyectivos. Él es infiel y cree que ella también lo es. Oculta su adulterio y piensa que su mujer también lo hace. Se trata de un mecanismo de defensa del Yo. En otras palabras, «cada ladrón juzga según su condición».

Un artista [29] consultó por ansiedad escénica: Actuar ante el público le daba temblor, nerviosismo y sudoración. Más adelante, reveló que padecía de celos. La esposa [26], una artista talentosa y bella, confirmó la acechanza extrema y los continuos pleitos que la habían llevado a la depresión. Conforme avanzó la terapia, él confesó -en privado- que era un asiduo visitante de lupanares.

Cuando ambos son celosos neuróticos, la mutua hipervigilancia los sobresaatura. Cada uno pretende controlar al otro y debe atender dos frentes: sus propios celos y los del otro. Es agotador.

Un hombre [38], acompañado de su mujer [36], consultó por ataque de pánico, ansiedad generalizada y obsesiones. En la entrevista conjunta, se detectó que, además, tenía personalidad obsesiva y celos neuróticos; cuando se embriagaba, golpeaba a la esposa. Ella lloró en ese pasaje de la entrevista; aclaró que las golpizas únicamente habían disminuido cuando el hijo ya crecido

(14) hizo una advertencia severa al padre. Entonces, disminuyó el abuso alcohólico. Agregado a todo eso, el paciente padecía de fobia a viajar en avión, por lo que llevaba consigo tabletas de alprazolam; el solo portarlo le daba seguridad. En una palabra, padecía de muchas formas de ansiedad. Por su parte, la consorte también era celosa, aunque menos que él. Reconocía que no era normal; de hecho, estaba en tratamiento con una psicóloga. Esta había detectado una mutua dependencia en la pareja: cada uno llamaba al otro por teléfono seis veces al día; alguna vez el hombre le había puesto micrófono a ella y le reprochaba haber conversado mucho con un amigo. El paciente era monotemático del trabajo. Eran incapaces de disfrutar de la vida de manera autónoma. La psicóloga había aconsejado a la paciente que fuera más independiente, lo que el marido interpretó de manera celosa. En mi entrevista, reconocieron que estaban hartos de la vigilancia del otro. Entonces, iniciamos un tratamiento de pareja enfocado inicialmente en la ansiedad del hombre. Con fluoxetina 20 mg los celos del varón disminuyeron significativamente. Con ello, mejoró la relación. Pero el caso empeoró, cuando el hombre dejó el medicamento y se reactivaron los celos. La esposa llamó por teléfono para acusar al esposo de maltrato; además, preguntó si ella debía aceptar salir con un caballero que la pretendía.

Como ejemplo de conductas neuróticas, presento las de Irina (26), una paciente autocrítica de sus celos. Detalló las siguientes:

- Revisar su *laptop* y celular en busca de fotos, llamadas, mensajes, Emails, WhatsApp.
- Chequear sus vales.
- Revisar su auto.
- Revisar su ubicación GPS.
- Preguntar con quién almorzó o con quién estuvo cuando se quedó tarde en el trabajo.
- Llamarlo seguido a su celular.
- Llamarlo a su anexo laboral, cuando no contesta al celular.
- Preguntar con quién habló, cuando lo llaman al celular.
- Preguntar por qué ríe ante un mensaje recibido.
- Buscar con quién estuvo chateando tanto rato.
- Buscar información en Facebook.
- Recogerlo del trabajo.

**Celos normales.** Son los que experimenta toda persona sana cuando hay indicios de adulterio, tales como tardanzas continuas a casa, respuestas telefónicas secretas o mejora súbita en el arreglo personal de la pareja. Asimismo, cuando ve cambios en el carácter, irritabilidad o agresividad en el consorte. Fuera de esas situaciones, lo sano es confiar de manera básica en la pareja. La expresión de celos, de una parte, y las palabras de afecto y calma, por parte del cónyuge interrogado, contribuyen a fortalecer la relación.

**Falta de celos.** En algunos casos, pese a las señales de infidelidad, la pareja no se da por enterada, sea por inocencia, inexperiencia, indiferencia o desinterés amoroso.

Una agraciada mujer (40) asistió al hospital, por miedo a deglutir líquidos y ahogarse (fagofobia). Las consultas revelaron un problema de fondo: el marido era indiferente con ella. Entre otras conductas de desamor, él prefería dormir con el perro en la cochera y las relaciones sexuales habían cesado. La mujer estaba sedienta de amor.

«A veces, cuando viajo en el transporte público, quisiera tomar la mano del hombre que se sienta a mi lado», confesó. Un amigo común iba los fines de semana a la casa, para invitarla a

salir y tomar lonche. El confiado marido lo recibía y hasta le pasaba la voz a la esposa para que saliera con el visitante. La verdad era que la mujer y el amigo iban a un hotel a hacer el amor todas las semanas. Cuando se convocó al esposo, para tener su versión acerca del trastorno de la esposa y, en especial, de cómo era la relación conyugal, entre otras cosas, sentenció. «Ella podrá tener muchos defectos; pero una cosa es segura: es fiel».

Algunas veces, quien intuye la infidelidad es un familiar, mas no el consorte. También ocurre que nadie se atreve a decirle a la víctima que su pareja le está traicionando; se cumple el dicho de que el traicionado es el último en enterarse.

Del caso Magdalena (52) mencionado arriba, el esposo (56) no entendía por qué ella estaba tan deprimida. Se preguntaba si acaso no sería por un tratamiento dental al que se sometió semanas atrás, quizás a la menopausia o a que su mamá la castigó de niña. En cambio, fue la hija (28) quien sospechó adulterio. Encaró a la paciente en privado: «Mamá, tú estás enamorada de otro hombre» y recibió la confirmación de su intuición.

## 22. TRATAMIENTO DE LOS CELOS

---

*Dejar de ser celoso es muy difícil; pero cambiar las malas reacciones, sí es factible*  
(Terapia de Aceptación y Compromiso)

La terapéutica de los celos incluye medicación, régimen higiénico-dietético y psicoterapia. Cada una de estas medidas se pueden administrar por separado, pero lo mejor es que vayan juntas. Además, conviene que la pareja participe.

### 22.1 MEDICAMENTOS

Si los celos son paranoicos, se prescribirá un antipsicótico, a fin de debilitar las ideas delirantes y la agresividad, mejorar el sueño y reducir la ansiedad. Las dosis deben ser bajas. Ejemplo, risperidona 2 mg o aripiprazol 5 mg cada noche. El medicamento deberá tomarse de por vida. El tratamiento electro-convulsivo es útil en esquizofrenia, pero no en paranoia o neurosis.

Si los celos son neuróticos y hay depresión-ansiosa, conviene prescribir un antidepresivo *ad infinitum* y un tranquilizante por semanas. Si, además, hay impulsividad, puede agregarse un antipsicótico o un anticonvulsivante. En mi experiencia, el antidepresivo fluoxetina, un inhibidor selectivo de la recaptación de serotonina, es efectivo. Aminora o suprime los celos padecidos por décadas. La pareja, víctima de acoso crónico, llega a experimentar paz.

Juan (38) consultó por ataque de pánico y agorafobia que sufría desde los 16 años; aparte de ansiedad, cefalea y crisis de hipertensión arterial. Tomaba el antihipertensivo valsartán. La esposa Milagros (37) aclaró entre lágrimas que él era celoso, agresivo, libaba y la había agredido físicamente. En los 16 años de matrimonio, la atormentó con sus celos. Tenían un hijo de 14 años. Juan y Milagros paraban juntos todo el tiempo: trabajaban, desayunaban, dormían juntos siempre. Ella se puso en tratamiento con una psicóloga que le aconsejó ser más independiente. Este consejo le produjo rechazo al marido celoso. Le di fluoxetina 20 mg y clonazepam 1 mg. A las tres semanas, los ataques de pánico cesaron y los celos habían amainado. En la sexta semana, los celos desaparecieron. Milagros se mostró contenta por el cambio radical de su esposo y señaló: «Es la primera vez que me siento libre de interrogatorios y presiones». Juan pasó por una evaluación cardiológica (Holter, EKG de esfuerzo, etc.) y el especialista le dio una buena nueva: «No eres hipertenso. Ya no tomes valsartán. Más bien, toma las medicinas del psiquiatra». En la tercera sesión, recién pude aconsejar que fueran más independientes, lo que fue bien tomado. Por cierto, la psicoterapia de pareja continuó, pues había que tratar varios temas, entre otros, el perdón.

### 22.2 HIGIENE

Se indica para paliar los celos mientras se camina a la cura. Se instruye al paciente a que no tome alcohol ni sustancias psicoactivas. (Hay celotipia alcohólica cuando el consumo de bebidas espirituosas ha sido crónico). Deberá dejar la marihuana, el tabaco o la cocaína, a fin

de rehabilitar la imagen personal y la autoestima. Si es obeso, bajará de peso, para mejorar su aspecto personal y no estar comparándose con otros hombres. Deberá ocupar su tiempo de manera productiva (trabajo, estudios, deporte, cultura), porque el ocio es la madre de todos los vicios y de estar alimentando los celos. El paciente deberá dormir bien, para tener la mente clara al día siguiente, sino estará malhumorado y creará problemas en el hogar. Todas estas medidas son para amainar el impacto de los celos, aunque estos sigan intactos.

## 22.3 PSICOTERAPIA

El enfoque psicoterapéutico depende del tipo de celos. En los esquizofrénicos y paranoicos, el psicoanálisis es lo más indicado; en los neuróticos, la terapia cognitivo conductual. Se puede incluir a la pareja como coterapeuta.

Hay que realizar la anamnesis y los exámenes psiquiátrico y psicológico; pedir exámenes auxiliares que vengan al caso; solicitar pruebas de psicometría (personalidad, pensamiento, inteligencia u organicidad); plantear el diagnóstico oficial, el dinámico (cuál es el problema) y el diferencial (qué otra posibilidad nosológica podría ser).

Cualquiera sea la escuela psicoterapéutica, es importante averiguar las raíces infantiles de la inseguridad, para analizarlas: ¿Madre desconfiada? ¿Padre ausente? ¿Abuso en el hogar, barrio o escuela? ¿Violación? Algunos anticuados terapeutas de la conducta se equivocan al considerar de poco interés esta indagación. Sostienen que lo único a tener en cuenta es el aquí y el ahora. Sin duda, es un error, señalan sus colegas modernos.

**Psicoterapia de la celotipia.** «Estamos aquí para saber cómo usted y su esposa pueden disfrutar más de su vida en común» es una frase pacificadora, aconseja David Swanson et al.<sup>85</sup> Las técnicas psicoterapéuticas de intervención incluyen el Enfrentamiento y la Confrontación

El terapeuta confronta las ideas delirantes del paciente con la realidad. Lo anima a poner en duda las creencias irracionales. El cónyuge debe saber que el cese de las relaciones sexuales y la falta de expresiones de afecto incrementan la paranoia. Un estudio halló que el 14 % de pacientes paranoicos internados tenían antecedentes de violencia; el 15 % había proferido amenazas horribles.<sup>84</sup> Cuando la violencia del paciente pone en peligro la seguridad y vida del cónyuge e hijos, es preciso una hospitalización.

**Psicoterapia de los celos neuróticos.** Debe conocerse los pensamientos distorsionados, esquemas emocionales y conductas disfuncionales del celoso.

### *Pensamientos distorsionados*

- «Él prefiere jugar fútbol que verme a mí, porque yo no le intereso» (personalización).
- «Mejor no hablar de matrimonio, para no perderlo» (adivinación de un futuro catastrófico).
- «Mi primer enamorado me engañó; el anterior, al final, prefirió a otra; el actual también me va a ser infiel» (generalización).
- «Él tiene amigos mujeriegos que lo van a perder».

### *Esquemas emocionales*

- Culpabilizar a la pareja.

- Culpabilizar a un tercero.
- Ponerse de víctima.

#### *Conductas celosas*

- Controlarla con el celular u otro aparato.
- Averiguar todo su horario.
- Pasar todo el tiempo posible con la pareja.
- Pedir todo el tiempo que le digan que le aman.

#### *Objetivos*

Mitigar los celos y que el paciente dé una respuesta diferente a la disfuncional.

#### *Técnicas*

- Reestructuración cognitiva. Oponer un pensamiento realista ante uno de celos. En vez de pensar «él prefiere jugar fútbol, porque yo no le intereso», elaborar uno más realista: «Él prefiere jugar fútbol en este momento, porque el deporte es parte de su cultivación física y social».
- Premios y castigos. Premiar las conductas celosas controladas y castigar las conductas celosas incontroladas.

#### *Tareas conductuales*

- Si revisa ansioso su propio teléfono celular en busca de mensajes de la persona amada cada 10 minutos, pasar a una revisión cada 15 minutos y, así, cada vez menos hasta llegar a revisión mínima o cero.

*Enfoque integral.* El enfoque TCC más moderno es uno que integra diferentes aportes teóricos. No etiqueta los celos como enfermedad y, más bien, atiende las ideas que mellan la autoestima. Sus técnicas son:

- Validar los celos: Sentir celos es una cosa; pero afectar a la pareja, otra.
- Analizar los costos. ¿Qué le está haciendo perder los celos?
- Diferenciar celos productivos de improductivos. ¿Sus celos le otorgan alguna ventaja?
- Desactivar los pensamientos que llevan a los celos.
- Consciencia plena. Que el paciente se observe a sí mismo.
- Aceptación. Luchar no contra los celos, sino por dar una respuesta sana.
- Incertidumbre. Aceptar que no se puede controlar el futuro.
- Poner a prueba los esquemas emocionales.
- Examinar los sesgos cognitivos.
- Analizar la «catástrofe» de la eventual pérdida de la pareja.
- Criticar el control coercitivo.
- Crear habilidades de relación de pareja.
- Compromiso con el autocuidado general.

**Ejemplo de un caso.** Luego de tres consultas diagnósticas, Lucho, un celoso descontrolado, y Lucrecia, la esposa con depresión reactiva, firmaron un acuerdo de terapia conmigo. Una de las principales conductas atormentadoras era la persistencia de él en realizar preguntas inquisitoriales al infinito, a las que ella trataba de responder, pero quedaba exhausta. El paciente reconocía que sus celos eran irracionales: «Aunque Lucrecia es honrada, las dudas

me dominan». La esposa ya había pensado en el divorcio. El joven matrimonio no tenía hijos. El inicio de la terapia utilizó el principio de *aceptación y compromiso* («Soy celoso, pero puedo cambiar mis malas respuestas») y la técnica de *Premios y castigos*. Se firmaron los siguientes acuerdos iniciales:

**Que Luis:**

1. Se haga consciente al máximo que padece de celos excesivos y hace padecer a su esposa de manera absolutamente inútil.
2. Se diga «Tengo celos, pero debo cambiar mis malas respuestas».
3. Disocie los celos de las verdaderas razones del reclamo: «Lucrecia, llegaste tarde»; pero no: «Tú y tu amigo se gustan», pues no tienes pruebas. Lealtad en el reclamo, aceptar la disculpa de la tardanza y no seguir repitiendo el reclamo. Además, modificar el tono de la voz: reclamar no es pelear.
4. Pedir ayuda a Lucrecia: «Tengo celos. Ayúdame», en vez de pelear.
5. Se diga: «Si mi bella esposa gusta a otros, puede ser un orgullo para mí».
6. Se diga: «Lucrecia es honrada», en reemplazo de sus dudas.
7. Se diga: «Mis dudas son fantasmas».

**Que Lucrecia:**

1. Sea compasiva: «Siento que sufras inútilmente. Tranquilízate, te soy fiel».
2. No dé explicaciones interminables: «Salí con X solo una vez». «Fue hace 9 años». «Está felizmente casado». «Tiene hijos», etcétera. En su lugar, que dé una sola explicación y punto. Asimismo, puede ser efectivo: «Te soy fiel, amor».
3. También puede ayudar: «Me temo que los celos te están atacando, ahora mismo».
4. En caso que Luis insista en su interrogatorio, usar el *disco rayado* «Te soy leal, cariño».
5. acuerde el pago inmediato de \$10 por cada pregunta celosa respondida.
6. Diga «Luis, para, porque me está ganando la ira y vamos a pelear».
7. Se escape al baño o a la calle. Si Lucho persistiera en su interrogatorio, deberá pagar una multa de \$100.

En dos semanas, hubo un primer cambio favorable. Aunque los celos seguían intactos, surgió la esperanza de una mejora significativa.

**Terapia de una sesión.** Eventualmente, los celos esconden una demanda de mayor equilibrio en el amor. Son una provocación para que la pareja reaccione. Entonces, hay que dirigirse al motivo escondido y no al aparente. En ese caso, no es preciso planificar una terapia prolongada, sino la más breve posible.

Un hombre (35) llamó por teléfono desesperado pidiendo ser atendido de emergencia, pues esa mañana, en una discusión con la esposa, había reventado una maceta contra la pared, pudiendo haberla lastimado. Ya en la consulta, solicitó que le recetara un medicamento que frenara sus impulsos. En realidad, era la primera vez que había ocurrido un acto de violencia así entre ellos. Explicó que ella le había prohibido ver a la hija del primer matrimonio, pues no quería que él



se encontrara con la mamá; así que él veía a su hija a hurtadillas. Describió a su esposa como dominante, que lo humillaba delante de los empleados en el negocio que tenían. Me percaté que este hombre era demasiado sumiso. Se lo dije y, para provocarlo, agregué: «Y estoy seguro que cuando ustedes hacen el amor, ella está encima de usted». A lo que inocente replicó: «Es que ella de otra manera no siente». En verdad, este hombre era un blandengue. Cerré la reunión diciéndole: «Oiga, lo único bueno que ha hecho usted en su matrimonio es reventar esa maceta, ¿y viene a pedirme que le dé un medicamento que lo frene? Siga reventando macetas». El hombre se marchó decepcionado. Después de tres meses, vino la hermana del paciente a agradecerme que el hombre se había tornado asertivo con la esposa, ya no le permitía humillaciones y se llevaban bien. Detrás de los celos de la esposa, hubo una demanda de mayor virilidad de parte del marido. Solo me quedó la duda socarrona de en qué posición, ahora, hacían el amor.

## 23. PRIMEROS AUXILIOS

---

### 23.1 RECOMENDACIONES AL OFENDIDO

**No se lo cuentes a todos.** Una de las malas reacciones del agraviado es contarle a todo el mundo su desgracia, porque luego será motivo de lástima, burla o motes. Es particularmente delicado difundirlo en la familia.

Un profesional (30) descubrió que su esposa (27) había sido infiel en el extranjero. Incluso, que había tenido un aborto, producto del embarazo con su amante. Desarrolló depresión y obsesiones. Desesperado, lo comunicó a toda su familia de origen. Al final, se reconcilió con su esposa, pero la familia no la perdonó.

**Llora cuanto puedas.** Deja salir toda tu decepción y rabia. No te contengas. Guardar el enojo y la tristeza solo puede llevarte a una enfermedad. Pero trata de no llorar en el trabajo.

**No intentes vengarte.** Algunos asisten al prostíbulo, para tomarse una «revancha» contra la esposa. Lo único que logran es una mayor desolación.

**No intentes suicidarte.** Podrías quedar con secuelas irreversibles.

**Asegura el dinero matrimonial.** Cuando el marido está destinando dinero a la querida, hay que tomar medidas que protejan a los hijos.

**Terapia de pareja.** Si nada se resuelve, la desesperación está ganando la batalla de las emociones y la situación del hogar se deteriora, busca la ayuda de expertos.

### 23.2 RECOMENDACIONES AL OFENSOR

Si deseas recuperar tu matrimonio:

**Pide perdón a tu pareja setenta veces siete.** Cada vez que ella te reproche, dile que sientes mucho haberle fallado.

**No te justifiques.** Mucho menos le echas la culpa de tu conducta. «No me dabas suficiente cariño y sexo», es una frase que –pudiendo ser cierta- es incriminatoria e inoportuna.

**No le digas: «pero yo te amo».** Esa declaración enardece e indigna a cualquiera, da pie a renovadas interrogaciones y reproches.

**Deja a tu amante.** Obvio.

**Ten paciencia.** Aguarda el momento oportuno en que puedan conversar de manera más tranquila y racional.

# CONCLUSIONES

1. El adulterio obedece a múltiples factores biológicos, psicológicos, sociales y económicos.
2. Los principales factores biológicos son genéticos, hormonales y neurológicos.
3. Los principales factores psicológicos son la falta de amor y sexo.
4. El principal factor histórico social es la monogamia, porque el primate humano es sexualmente versátil por naturaleza.
5. La ofensa del adulterio es tan grave que la primera reacción es violenta. Unos se deprimen, otros asesinan.
6. El adulterio trae pesar a todos: cónyuge, hijos, amante y hasta al mismo adúltero.
7. Las consecuencias del adulterio descubierto son el resentimiento de largo plazo y el deterioro del matrimonio.
8. La forma de adulterio más difícil de superar es el hogar paralelo con hijos extramatrimoniales.
9. Aunque el adulterio es causal de divorcio, mayormente no conduce a él.
10. El amor romántico es una pasión motivadora para casarse; pero insegura para el largo plazo, ya que se desvanece con el tiempo.
11. Lo que sostiene el matrimonio es el apego. Pero ese sentimiento no es romántico. Hombres y mujeres quieren excitación, pasión, novedad.
12. Los eventuales ensayos alternativos a la monogamia, como el matrimonio abierto, son insatisfactorios. Solo funcionan en personas muy maduras.
13. La terapia de pareja, en caso de adulterio, suelen buscarla personas que desean mantener su matrimonio.
14. Los celos patológicos constituyen adulterio imaginario. Su tratamiento es largo y difícil.

# BIBLIOGRAFÍA

1. Real Academia Española. Diccionario de la lengua española [Internet]. Adulterio|Definición. [Consultado el 02.11.2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/adulterio?m=form>
2. Real Academia Española. Diccionario de la lengua española [Internet]. Matrimonio|Definición. [Consultado el 02.11.2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/matrimonio?m=form>
3. Real Academia Española. Diccionario de la lengua española [Internet]. Amancebarse|Definición. [Consultado el 02.11.2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/amancebarse?m=form>
4. Wikipedia [Internet]. Relación sexual|Definición. s/l. Fundación Wikimedia Inc. s/f [Consultado el 02.11.2021]. Disponible en: [https://es.wikipedia.org/wiki/Relaci%C3%B3n\\_sexual](https://es.wikipedia.org/wiki/Relaci%C3%B3n_sexual)
5. Larousse. El Pequeño Larousse Ilustrado. Decimosexta edición. México. MMIX Ediciones Larousse S. A. 2010.
6. Mateo 5, 27-28. Santas Escrituras, traducción del Nuevo Mundo. Tercera edición. Brasil. Watchtower Bible and Tract Society of New York, INC [Sociedad Torre de Vigilancia de la Biblia y Tratados]. 1987
7. Correo. Reniec detecta 75 casos de bigamia en Lima en lo que va del año. [Internet] 2018. [Consultado el 03.11.2021]. Disponible en: <https://diariocorreo.pe/peru/el-reniec-detecta-75-casos-de-bigamia-en-lima-en-lo-que-va-del-an-o-829565/>
8. Congreso de la República. Ley 30838 que modifica el Código Penal y el Código de Ejecución Penal para fortalecer la prevención y sanción de los delitos contra la libertad e indemnidad sexuales. El Peruano [Internet]. 04.08.2018. [Consultado el 03.11.2021]. Disponible en: <https://busquedas.elperuano.pe/download/url/ley-que-modifica-el-codigo-penal-y-el-codigo-de-ejecucion-pe-ley-n-30838-1677448-1#:~:text=El%20que%20tiene%20acceso%20carnal%20por%20v%C3%ADa%20vaginal%2C%20anal%20o,con%20pena%20de%20cadena%20perpetua.>
9. Estela Welldon. Madre, virgen y puta: idealización y degradación de la maternidad [Internet]. Madrid: Siglo XXI de España. 1993. [PDF] Disponible en: <https://kolectivoporoto.cl/wp-content/uploads/2015/11/Welldon-Estela-Madre-Virgen-Puta.pdf>
10. Real Academia Española. Diccionario de la lengua española [Internet]. Amante|Definición. [Consultado el 03.11.2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/amante#2Dm6VRP>
11. Quelart R. Un estudio concluye que el 30 % de la población es infiel [Internet]. España. La Vanguardia. 2014. [Consultado el 04.11.2021]. Disponible en: <https://www.lavanguardia.com/vida/20140930/54416448564/un-estudio-concluye-que-el-30-de-la-poblacion-es-infiel.html>
12. Fischer H. Por qué amamos [Internet]. Madrid. Santillana Ediciones Generales. 2004. [Consultado el 04.11.2021]. Disponible en: <https://altersexual.files.wordpress.com/2015/02/por-que-amamos-helen-fisher.pdf>
13. Camacho M. Fidelidad e infidelidad en las relaciones de pareja [Internet]. s/l, s/e, s/f [Consultado el 04.11.2021]. Disponible en: <https://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo42.pdf>
14. Freud S. El chiste y su relación con lo inconsciente [Internet]. Buenos Aires. Amorrortu editores. 1986. [Consultado el 04.11.2021]. Disponible en: <https://www.bibliopsi.org/docs/freud/08%20-%20Tomo%20VIII.pdf>
15. Nagy M. Mentira y realidad de los cinturones de castidad [Internet]. Hungría. La Vanguardia. 2017. [Consultado el 05.11.2021]. Disponible en: <https://www.lavanguardia.com/vida/20170311/42779189242/mentira-y-realidad-de-los-cinturones-de-castidad.html>

16. Wikipedia. Ashley Madison [Internet]. s/l. Fundación Wikimedia Inc. s/f. [Consultado el 05.11.2021]. Disponible en: [https://en.wikipedia.org/wiki/Ashley\\_Madison](https://en.wikipedia.org/wiki/Ashley_Madison)
17. Ashley Madison. La vida es corta. Ten una aventura. [Internet]. Perú. Ashley Madison, 2021. [Consultado el 05.11.2021]. Disponible en: <https://www.ashleymadison.com/esp-pe/>
18. Segail L. Pastor descubierto en Ashley Madison se suicida [Internet]. Nueva Orleans. CNN Money. 2015 [Consultado el 05.11.2021]. Disponible en: <https://cnnespanol.cnn.com/2015/09/09/pastor-descubierto-en-ashley-madison-se-suicida/>
19. Camargo T, Leao A. Pague e peque: Uma Arqueologia do discurso do Adulterio Mercadorizado (Pagar y pecar: una arqueología del adulterio mercantilizado) [Internet]. Revista de Administración Contemporánea, 2015. [Consultado el 05.11.2021]. Disponible en: <https://www.semanticscholar.org/paper/Pague-e-Peque%3A-Uma-Arqueologia-do-Discurso-do-Camargo-Le%C3%A3o/5b9d52dd825cc233bb6a05ceae03321b154c24d8>
20. 20 Mayo Clinic. Píldora del día después. [Internet]. EE. UU. Mayo Foundation for Medical Education and Research. 2021. [Consultado el 07.11.2021]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/morning-after-pill/about/pac-20394730>
21. Yañez P. Del adulterio al escándalo público [Internet]. España. El País. 1978. [Consultado el 07.11.2021]: Disponible en: [https://elpais.com/diario/1978/01/05/sociedad/252802821\\_850215.html](https://elpais.com/diario/1978/01/05/sociedad/252802821_850215.html)
22. Ferreiro M. La píldora se legaliza, el adulterio deja de ser delito y se abre la puerta al divorcio [Internet]. España. La voz de Galicia. [Consultado el 07.11.2021]. Disponible en: [https://www.lavozdegalicia.es/noticia/espana/2018/12/06/pildora-legaliza-adulterio-deja-delito-a-bre-puerta-divorcio/0003\\_201812G6E36991.htm](https://www.lavozdegalicia.es/noticia/espana/2018/12/06/pildora-legaliza-adulterio-deja-delito-a-bre-puerta-divorcio/0003_201812G6E36991.htm)
23. BBC. Corea del Sur: despenalización del adulterio impulsa industria de anticonceptivos [Internet]. Reino Unido. BBC News|Mundo. 2015. [Consultado el 07.11.2021]. Disponible en: [https://www.bbc.com/mundo/ultimas\\_noticias/2015/02/150226\\_ulntot\\_corea\\_adulterio\\_industria\\_anticonceptivos\\_egn](https://www.bbc.com/mundo/ultimas_noticias/2015/02/150226_ulntot_corea_adulterio_industria_anticonceptivos_egn)
24. Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC). Tratamiento del VIH [Internet]. EE. UU. Division of HIV Prevention. National Center for HIV, Viral Hepatitis, STD and TB Prevention. 2021. [Consultado el 07.11.2021]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/hiv/spanish/basics/livingwithhiv/treatment.html>
25. ONUSIDA. Hoja informativa-Últimas estadísticas sobre el estado de la epidemia del sida [Internet]. Ginebra. Junta Coordinadora del Programa. 2021. [Consultado el 07.11.2021] Disponible en: <https://www.unaids.org/es/resources/fact-sheet>
26. Dainton M. Maintenance in First Marriages and Remarriages (Mantenimiento en los primeros matrimonios y vueltos a casar) [Internet]. ResearchGate. Journal of Divorce & Remarriage Equity and Relationship. 2019. [Consultado el 07.11.2021]. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/331983808\\_Journal\\_of\\_Divorce\\_Remarriage\\_Equity\\_and\\_Relationship\\_Maintenance\\_in\\_First\\_Marriages\\_and\\_Remarriages](https://www.researchgate.net/publication/331983808_Journal_of_Divorce_Remarriage_Equity_and_Relationship_Maintenance_in_First_Marriages_and_Remarriages)
27. Jung C. La teoría sexual: Lo inconsciente en la vida psíquica normal y patológica. 4º edición. Buenos Aires. Editorial Losada S. A. 1970, pp.28-41.
28. EFE. Científicos suecos descubren un gen vinculado a la infidelidad masculina. [Internet]. España. El mundo.es Ciencia y Ecología. 2008 [Consultado el 08.11.2021] Disponible en: <https://www.elmundo.es/elmundo/2008/09/02/ciencia/1220372409.html>
29. Alonso M. La infidelidad podría esconderse en tus genes [Internet]. Psyciencia. 2015. [Consultado el 08.11.2021]. Disponible en: <https://www.psyciencia.com/la-infidelidad-podria-esconderse-en-tus-genes/>

30. El País. La píldora de la fidelidad [Internet]. Río de Janeiro. 2009 [Consultado el 08.11.2021]. Disponible en: [https://elpais.com/sociedad/2009/06/16/actualidad/1245103201\\_850215.html](https://elpais.com/sociedad/2009/06/16/actualidad/1245103201_850215.html)
31. IQB. Vasopresina: Vademecum [Internet]. Argentina. Centro colaborador de la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología-ANMAT. 2013. [Consultado el 08.11.2021]. Disponible en: <https://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma04/v014.htm>
32. Lendoiro G. Oxitocina, la hormona responsable del amor [Internet]. España. ABC. 2015. [Consultado el 08.11.2021]. Disponible en: <https://www.abc.es/familia-padres-hijos/20150418/abci-oxitocina-parto-feliz-201504161753.html>
33. Lewandowski G. La biología de las infidelidades [Internet]. España. Psychology Today. 2020 [Consultado el 08.11.2020]. Disponible en: <https://www.psychologytoday.com/es/blog/la-biologia-de-las-infidelidades>
34. Custodio N. Cambios en corteza pre-frontal y cognición social relacionados con corrupción [Internet]. Lima. Scielo: Rev. de Neuro-Psiquiatría. 2017 [Consultado el 08.11.2021]. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-85972017000200001](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972017000200001)
35. Marsh V. La monogamia tiene una base genética [Internet]. España. Club Nuevo Mundo. 2004. [Consultado el 09.11.2021]. Disponible en: [https://tendencias21.levante-emv.com/la-monogamia-tiene-una-base-genetica\\_a359.html](https://tendencias21.levante-emv.com/la-monogamia-tiene-una-base-genetica_a359.html)
36. Moneta M. Apego y pérdida: redescubriendo a John Bowlby [Internet]. Chile. Rev. Chil Pediatr 85 (3) 265-268, 2014 [Consultado el 09.11.2021]. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcpv85n3/art01.pdf>
37. Hazan Cindy y Phillip Shaver. Love and Work: An Attachment-Theoretical Perspective (Amor y trabajo; Una perspectiva teórica del apego). EE. UU. Journal of Personality and Social Psychology 1990, Vol. 59, No. 2, 270-280. 1990. [Consultado el 15.11.2021]. Disponible en: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.1057.8034&rep=rep1&type=pdf>
38. Morris D. El mono desnudo [Internet]. Barcelona. Plaza y Janés S. A. Editores. 1969 [Consultado el 09.11.2021]. Disponible en: <file:///C:/Users/User/Downloads/el-mono-desnudo.pdf>
39. Malinowski B. Magia, ciencia y religión. Editorial Planeta-De Agostini, S. A. 1985
40. Álvarez A. Lewis H. Morgan: la invención de la sociedad primitiva [Internet]. Universidad de Granada. Teoría e historia antropológica. s/f. [Consultado el 09.11.2021]. Disponible en: <http://teoriaehistoriaantropologica.blogspot.com/>
41. Wikipedia. Poligamia en el Islam [Internet]. s/l, Fundación Wikimedia Inc. 2021. [Consultado el 09.11.2021]. Disponible en: [https://es.wikipedia.org/wiki/Poligamia\\_en\\_el\\_islam](https://es.wikipedia.org/wiki/Poligamia_en_el_islam)
42. Wikipedia. Joseph Smith [Internet]. s/l, Fundación Wikimedia Inc. 2021. [Consultado el 10.11.2021]. Disponible en: [https://es.wikipedia.org/wiki/Joseph\\_Smith](https://es.wikipedia.org/wiki/Joseph_Smith)
43. Marx K y F Engels. Manifiesto del partido comunista 1848. [Internet]. Chile. Babel. 1948 [Consultado el 10.11.2021]. Disponible en: <https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=documentos/10221.1/19671/1/19742.pdf>
44. Claude Lévi-Strauss. El pensamiento salvaje [Internet]. México. Fondo de Cultura Económica S. A. 1988 [Consultado el 10.11.2021]. Disponible en: [https://www.academia.edu/31379371/EL\\_PENSAMIENTO\\_SALVAJE\\_por\\_Claude\\_L%3%A9vi\\_Strauss](https://www.academia.edu/31379371/EL_PENSAMIENTO_SALVAJE_por_Claude_L%3%A9vi_Strauss)
45. Erich Fromm. El arte de amar [Internet]. s/l. Psicolebon: Wordpress. 2016. [Consultado el 10.11.2021]. Disponible en: <https://psicolebon.wordpress.com/2016/07/02/eric-fromm-el-arte-de-amar-libro-pdf/>
46. Wikipedia. Matrimonio entre personas del mismo sexo [Internet]. s/l. Fundación Wikimedia Inc. 2021. [Consultado el 10.11.2021]. Disponible en: [https://es.wikipedia.org/wiki/Matrimonio\\_entre\\_personas\\_del\\_mismosexo](https://es.wikipedia.org/wiki/Matrimonio_entre_personas_del_mismosexo)

47. Amen D. Cambia tu cerebro, cambia tu vida. España. Editorial Sirio S. A. 1998
48. Balakrishnan M. Ortega y el amor [Internet]. Universidad Francisco de Vitoria, España. ResearchGate. 2018 [Consultado el 10.11.2021]. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/330217714\\_Ortega\\_y\\_el\\_amor](https://www.researchgate.net/publication/330217714_Ortega_y_el_amor)
49. Berscheid E y E Hatfield. Atracción interpersonal [Internet]. México. Fondo Educativo Interamericano S. A. 1982.
50. Künkel F. Compromiso matrimonial: "El consejo psicológico". Barcelona. Editorial Luis Miracle S. A. 1971, pág. 274.
51. Denegri M A. Amor, sexo y matrimonio. El Comercio. Lima. 29.07.2018
52. Federico Engels. Origen de la familia, la propiedad privada y el estado [Internet]. España. Marxists Internet Archive. 2017 [Consultado el 10.11.2021] Disponible en: [https://www.marxists.org/espanol/m-e/1880s/origen/el\\_origen\\_de\\_la\\_familia.pdf](https://www.marxists.org/espanol/m-e/1880s/origen/el_origen_de_la_familia.pdf)
53. Marcuse H. Introducción: Eros y civilización. México. Editorial Artemisa S. A. de C. V. 1986. p.19
54. OMS. Índices estadísticos de la salud de la familia: Informe de un Grupo de Estudio de la OMS [Internet]. Ginebra. 1976 [Consultado el 11.11.2021]. Disponible en: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/40938/WHO\\_TRS\\_587\\_spa.pdf?sequence=1&i sAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/40938/WHO_TRS_587_spa.pdf?sequence=1&i sAllowed=y)
55. Carlos Castilla Del Pino. Cuatro ensayos sobre la mujer. Quinta edición. Madrid. Alianza Editorial. 1975.
56. INEI. Perú natalidad, mortalidad y nupcialidad, 2018 [Internet]. Perú. 2020. INEI. [Consultado el 12.11.2021] Disponible en: [https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1698/libro.pdf](https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1698/libro.pdf)
57. INEI. Perú natalidad, mortalidad y nupcialidad, 2019 [Internet]. Perú. 2020. [Consultado el 12.11.2021] Disponible en: [https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1766/libro.pdf](https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1766/libro.pdf)
58. BBC Nuevo Mundo. Brunéi da un paso atrás y decide no aplicar la pena de muerte a la homosexualidad y el adulterio [Internet]. s/l. BBC, 2019. [Consultado el 12.11.2021]. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-48175727>
59. Requena S. Análisis de conflicto en situación de proceso de divorcio [Internet]. Bolivia. Scielo: Rev Psicología N° 9, La Paz. 2013 [Consultado el 12.11.2021]. Disponible en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-30322013000100005](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322013000100005)
60. Valenzuela J. Responsabilidad civil por el incumplimiento de obligaciones matrimoniales y por el ejercicio abusivo de divorcio unilateral. Un estudio de su inadmisibilidad en Chile [Internet]. Scielo: Rev de derecho Universidad Católica del Norte, año 19, N° 1, 2012, pp. 241-269 [Consultado el 12.11.2021]. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-97532012000100007&script=sci\\_arttext&tIng=e](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-97532012000100007&script=sci_arttext&tIng=e)
61. Varela M. Estudio sobre infidelidad en la pareja: Análisis de contenido de la literatura [Internet]. México. Rev Alternativas en psicología, año XVIII, N° 30, 2014. [Consultado el 12.11.2021]. Disponible en: <https://www.alternativas.me/attachments/article/52/Revista%20Alternativas%20en%20Psicolog%C3%ADa%20-%20N%C3%BAmero%2030.pdf#page=36>
62. ONU: Femicidio [Internet]. CEPAL: Observatorio de Igualdad de Género de América y el Caribe (OIG) 2019 [Consultado el 12.11.2021]. Disponible en: <https://oig.cepal.org/es/indicadores/femicidio>
63. Blitchtein-Winicki D y E Reyes-Solari. Factores asociados a violencia física reciente de pareja hacia la mujer en el Perú, 2004-2007 [Internet]. Perú. SCielo: Rev. Perú. Med. Exp. Salud Pública 2012,

- vol.29, n.1, pp.35-43. ISSN 1726-4634 [Consultado el 12.11.2021]. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342012000100006&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342012000100006&script=sci_abstract)
64. Diomedes H. El Femicidio en el Tango [Internet]. Argentina. Academia. s/f. [Consultado el 13.11.2021]. Disponible en: [https://www.academia.edu/30477923/El\\_Femicidio\\_en\\_el\\_Tango](https://www.academia.edu/30477923/El_Femicidio_en_el_Tango)
  65. Castilla del Pino C. Opacidad y represión: Estudios de psico[patología] sexual. Madrid. Alianza editorial 1984. p. 11.
  66. Seguí C. Amor, sexo y matrimonio. Un estudio de su historia y su realidad actual. Caracas. Editores Monte Ávila. 1980.
  67. Mead M. Adolescencia, sexo y cultura en Samoa. México. Editorial Planeta-De Agostini, S. A. 1985.
  68. Novak E. Jones G. Jones H. Tratado de ginecología. 8º edición. México. Interamericana. 1971.
  69. Erich Fromm. Ética y psicoanálisis [Internet]. México. Fondo de Cultura Económica 2003 [Consultado el 14.11.2021]. Disponible en: <http://psicoanalisiscv.com/wp-content/uploads/2013/04/%C3%A9tica-y-psicoan%C3%A1lisis-fromm.pdf>
  70. Espinosa, A, Correa F, García L. Percepción social de la infidelidad y estilos de amor en la pareja [Internet]. Scielo. Enseñanza e investigación en psicología. Vol. 19. Núm. 1: 135-147. Enero-junio 2014. [Consultado el 31.5.2018]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/292/29232614008.pdf>
  71. Adler, A. Fidelidad e infidelidad: El carácter neurótico. Barcelona. Ediciones Paidós 1984. p 288-289.
  72. Solomon P, Patch V. Psicoterapia: Manual de Psiquiatría. Editorial El Manual Moderno. México. 1976. p 206-218.
  73. Freud S. Psicopatología de la vida cotidiana [Internet]. Madrid. Alianza editorial 1999 [Consultado el 14.11.2021]. Disponible en: <https://bibliotecavecina.files.wordpress.com/2015/06/freud-sigmund-psicopatologia-de-la-vida-cotidiana.pdf>
  74. Lowen A. Amor y orgasmo. México. Editorial Grijalbo, 1967. p.199.
  75. Willi J. La pareja humana: Relación y conflicto. Madrid. Editorial Morata. 2002.
  76. Amen D. El amor y la depresión: Cambia tu cerebro, cambia tu vida. Buenos Aires. Editorial Sirio S. A. 1998.
  77. Lemaire J. Terapias de pareja. Buenos Aires. Amorrortu Editores. 1971.
  78. Kertész, R; Del Casale, F P; Kerman, C; Savorgnan J; Slipaqk, B. Introducción al análisis transaccional. Buenos Aires. Editorial Paidós S. A. I. C. F. 1977
  79. Beyebach Mark. 24 ideas para una psicoterapia breve. 2º edición. Barcelona. Editorial Herder, 2006.
  80. Minuchin S, Fishman C. Técnicas de terapia familiar. Barcelona. Editorial Paidós. 1983.
  81. Freud S. Sobre el psicoanálisis silvestre 1910 [Internet]. s/l. Planeta Freud. 2009. [Consultado el 14.11.2021]. Disponible en: <https://planetafreud.wordpress.com/2009/08/07/047-el-psicoanalisis-%C2%ABsilvestre%C2%BB-1910/>
  82. Unamuno M. Del sentimiento trágico de la vida. Madrid. Editorial Akal. 2007.
  83. Poder legislativo. *Ley 29227 que regula el procedimiento no contencioso de la separación convencional y divorcio ulterior en las municipalidades y notarías*: El Peruano, 16 de mayo de 2008.
  84. Freud S. Sobre un caso de paranoia descrito autobiográficamente: Obras completas, Vol 12 (1911-1913) [Internet]. Buenos Aires. Amorrortu editores. Tercera reimpresión 1991 de la 2º edición 1986 [Consultado el 15.11.2021] Disponible en: <http://bibliopsi.org/docs/freud/12%20-%20Tomo%20XII.pdf>
  85. Swanson D, Bohnert P, Jackson Smith J. El paranoide y su familia: El mundo paranoide. Barcelona. Editorial Labor S. A. Barcelona. 1974





# ANEXO: ESCUELAS PSICOTERAPÉUTICAS

## Psicoanálisis

Sigmund Freud creó la Asociación Internacional de Psicoanálisis, para la defensa de la doctrina. Pero más pronto que tarde hubo disidencias, las de Alfred Adler y Carl Jung, quienes crearon sus respectivas escuelas. Mucho más adelante, se revisó el psicoanálisis, a la luz del desarrollo de otras ciencias, como la sociología y la antropología. Así surgió una pléyade de autores llamados psicoanalistas culturalistas: Erich Fromm, Harry Stack Sullivan, Karen Horney. Por otra parte, se desarrolló el psicoanálisis para niños con Anna Freud y Melanie Klein. Y siguieron surgiendo escuelas que sería largo de enumerar. En fin, hoy, existen muchas escuelas psicodinámicas.

## Terapia cognitivo-conductual (TCC)

Las bases teóricas de la TCC nacieron con el fisiólogo ruso Iván Petróvich Pávlov (1849-1936), Premio Nobel 1904. Aportó la teoría de los reflejos condicionados (*Los reflejos condicionados*, 1929). Todos tenemos reflejos incondicionales, como salivar ante el estímulo de la comida; pero esos reflejos pueden ser condicionales a otro estímulo neutro tal como el sonar de un metrónomo, si antes de presentar la comida se aprendió de manera sistemática que, luego del sonido, viene la comida. Precisamente, así lo experimentó con perros. Pávlov desarrolló los conceptos de estímulo-respuesta, condicionamiento clásico, reforzamiento, primer y segundo sistema de señales, generalización, neurosis experimental, etcétera. El derivado psicológico se llamó reflexología (que no es la reflejo-genoterapia, mal llamada *reflexología*).

A la TCC han aportado, a lo largo de los años, diferentes investigadores como el psicólogo experimental estadounidense Frederic Skinner (1904-1990) con su conductismo radical. Realizó, por ejemplo, el experimento de condicionamiento clásico *La superstición de las palomas* (1948), donde la recompensa de la comida a ocho aves hambrientas reforzaba

cualquier conducta idiosincrásica que emitieran. Fue polémico, pero es un hecho que los humanos también tienen conductas supersticiosas. Propuso el condicionamiento operante, dio importancia capital al refuerzo. Para él, la psicología tenía que ser ciencia objetiva de la observación del comportamiento; llamó a los pensamientos y sentimientos «la caja negra».

Psicólogos conductistas posteriores asumieron en la *caja negra* la subjetividad humana. Así, Aaron Beck creó su *Terapia cognitiva* sobre los pensamientos distorsionados que causan depresión o ansiedad; Albert Ellis, su *Terapia racional emotiva*. En los últimos tiempos, se han desarrollado técnicas como la *Terapia dialéctico conductual*, de Matthew McKay *et al.*, para lidiar contra las emociones arrolladoras.

## Humanismo rogeriano

La base teórica parte del hecho que la naturaleza tiende a la vida y el desarrollo. Si las condiciones de existencia son favorables, los seres vivos crecen. Pero si son desfavorables, entran en hibernación o esporulación, hasta que reviertan dichas condiciones.

Desde este punto de vista, el cliente o persona (así llaman a quien solicita ayuda, no «paciente») solo necesita ser escuchado y reflejado, a fin de tomar por sí mismo las decisiones saludables. El terapeuta no interpreta ni da directivas, tampoco intenta orientar en la solución del problema de la persona. Solo es un espejo o una caja de resonancia que facilita que el consultante se escuche a sí mismo. Confía en que la persona florecerá tarde o temprano, no le indica lo que debe hacer o dejar de hacer. Al que comunicó ideas suicidas no le dice: «No te suicides» o «Piensa en tus hijos». Simplemente, refleja sus sentimientos y malestar: «Tan mal te sientes que has pensado en desaparecer de este mundo».

## Terapia familiar sistémica

Son varias escuelas:

*Terapia familiar estructural*. Su creador es el psiquiatra argentino Salvador Minuchin (1921-2017). Señala que la familia constituye un sistema que defiende la estabilidad frente a los cambios externos e internos, lo que lleva a la disfuncionalidad. El establecer jerarquías, poner límites claros, definir roles y disolver alianzas lleva a la funcionalidad.

*Terapia familiar estratégica*. Su creador es el estadounidense Jay Haley (1923-2007). Está centrada en resolver los síntomas, de manera breve y mediante técnicas directivas. Elabora una estrategia específica para cada problema del cliente, por etapas. El síntoma es una metáfora para proteger a alguien. Hay que cortar las secuencias disfuncionales. Un niño con sus síntomas puede estar protegiendo a los padres. El objetivo es que los padres asuman sus obligaciones con los hijos. Deja tareas para la casa.

*Escuela de Milán*. Mara Selvini forma equipos terapéuticos de dos varones y dos mujeres, para equilibrar el género de la familia. Usa sala amplia, sillas móviles y espejo bidireccional. Objetivo: modificar la visión que tiene la familia de sus propias relaciones y conductas. Formula hipótesis sobre el papel del síntoma y la pone a prueba. El terapeuta es neutral, no se alía con nadie. Usa la prescripción paradójica, la connotación positiva y los rituales (escribir cartas). Encuentra la lógica del síntoma y no inculpa.

*Escuela de Palo Alto.* Nació y creció en EE. UU. con Don Jackson, en 1960 a 1980. El filósofo y lingüista británico Gregory Bateson y el biólogo austríaco Paul Watzlawick crean la teoría de *El doble vínculo* en la génesis de la esquizofrenia. En la comunicación, la relación es más importante que el contenido. Toda conducta es una comunicación.

*Terapia breve centrada en soluciones.* Al músico estadounidense Steve de Shazer (1940-2005) le interesa la solución a la brevedad posible y no seguir ahondando en el problema. La explicación del problema no ayuda a la solución, sino al revés. Propone: «A grandes males, pequeños remedios»; «Buscar la excepción y no la regla». La primera reunión debe lograr un cambio permanente y no ser el inicio de un cambio. Técnicas: Imaginar el cambio, el milagro.

Se terminó de imprimir en los talleres de  
**Impresión Arte Perú S.A.C.**  
Jr. General Orbegoso 249 - Of. 614, Breña.  
T: 999 698 361 • 998 738 077  
[raulpeliz@gmail.com](mailto:raulpeliz@gmail.com)



# Pedro García Toledo



Pedro García Toledo (Lima, 1949) es médico psiquiatra titulado por la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (1996). Tiene maestría en educación con mención en docencia e investigación universitaria, por la Universidad de San Martín de Porres (2009). Posee diplomado en psicoterapia dinámica, que condujo el psicoanalista Saúl Peña Kolenskauský, por encargo del hospital de salud mental Hermilio Valdizán, Ministerio de Salud (2002-2003).

En la Universidad de San Martín de Porres, ha enseñado en pregrado: Lenguaje médico, Lenguaje, Ecología médica, Ecología y Metodología de la investigación; en posgrado, Tesis (1994-2016).

También ha publicado artículos semanales de salud mental en el diario El Comercio (1990-2001).

Actualmente, está dedicado a la consulta privada.

Finalmente, en ajedrez, García es campeón nacional 1980, campeón internacional Cuba 1981, campeón nacional súper-senior 2017 y senior 2018.

ISBN: 978-612-48702-3-1

