

# Atracción y amor

# 9

LUIS GÓMEZ JACINTO

## 1. ATRACCIÓN INICIAL

Estar con otras personas es uno de las motivaciones fundamentales del ser humano. Esta necesidad de afiliación fue definida por Stanley Schachter (1959) como la necesidad que impulsa a la persona a estar en presencia física de otras personas. Es la motivación para establecer y mantener relaciones interpersonales placenteras. Caer en la soledad, el aislamiento y el anonimato es uno de los peores castigos para el animal social que es el ser humano. Así lo describió William James en sus Principios de psicología (James, 1890): «Si fuera posible físicamente, no se podría concebir castigo más diabólico que soltar a alguien en la sociedad y que pasara absolutamente desapercibido entre todos sus miembros. Si nadie volviera la vista cuando entramos, contestara cuando hablamos o si nadie le importara lo que decimos, si las personas a las que encontramos nos hicieran el vacío y actuaran como si no existiéramos, no tardaría en invadirnos una desesperación furiosa e impotente y, en comparación, la tortura física más cruel sería un alivio». La experiencia de la soledad se deriva de un sentimiento de estar aislado de relaciones significativas y es contraria a la tendencia afiliativa de las personas.

La afiliación es el primer paso en la formación de relaciones sociales. Pero no todas las personas con las que se encuentra un individuo desencadenan el deseo de interacción con ellas. Hay una afiliación selectiva entre los seres humanos en la

que juega un papel importante el componente emocional atracción-repulsión (Pastor, 2008). La atracción que experimenta un individuo por otro es el segundo paso de la interacción social. Hay unas personas que son más queridas que otras; unas «nos caen bien», a otras las odiamos y algunas nos resultan indiferentes. Colocamos a los demás en un continuo que va desde el polo positivo de la atracción hasta el negativo de la repulsión, según que la relación con ellos pueda resultarnos reforzante y placentera y/o según que puedan favorecer la consecución de los objetivos evolutivos de la supervivencia y del éxito reproductivo.

Algunas de las condiciones responsables de la interacción inicial con otra persona se localizan en su propio ambiente físico y social. Hay fuerzas socioambientales que impelen a las personas a mantener contacto con los demás, incluso de forma involuntaria. La mayoría de los encuentros con otras personas pasan de manera desapercibida y no queda ninguna huella, pero hay circunstancias que favorecen la atracción.

### 1.1. Familiaridad

Las posibilidades de sentirse atraído por alguien a quien se ha visto antes, se conoce, es familiar son más altas que hacerlo por un completo desconocido. Dos factores hacen posible la familiaridad:

- a) *El efecto de la proximidad física.* En el mundo en el que vivimos cada vez son más frecuentes las interacciones virtuales a través de las diferentes tecnologías de la comunicación, pero aún siguen siendo mayoría las interacciones sociales entre semejantes que se encuentran en el mismo lugar al mismo tiempo. También son las más importantes. La proximidad física facilita la interacción social y el intercambio de estímulos placenteros. El clásico estudio de León Festinger (1950) observó que el aumento de la proximidad física entre las casas de un vecindario incrementaba las relaciones amistosas entre sus vecinos. Más recientemente se ha comprobado que los estudiantes que están más próximos en una residencia universitaria quedan con más frecuencia para salir (Whitbeck y Hoyt, 1994). También en las distancias cortas se ha observado que dos desconocidos que se sientan juntos en una sala desarrollan más atracción que si se sentaran separados, a condición de que no se produzcan invasiones del espacio personal.
- b) *El efecto de la mera exposición.* La simple copresencia física no suscita necesariamente la atracción, es necesario también un contacto social repetido. Robert Zajonc (1968) realizó numerosos experimentos en los que pudo observar que las personas se sentían más atraídas por estímulos (por ejemplo, una cara) vistos en varias ocasiones. La mera exposición repetida acrecienta el atractivo entre personas que comparten lugares y tiempos comunes, como es el caso de los parientes, los amigos o las parejas.

No siempre lo familiar es más atractivo. En el ámbito amoroso también podemos sentirnos atraídos por alguien a quien consideramos misterioso, pues este misterio resulta novedoso y produce niveles altos de dopamina, el neurotransmisor del romance (Fisher, 2004). Nadie mejor que Bécquer para ilustrar el atractivo del

misterio: «Seguí mi camino, preocupado con la idea de la ventana, o, mejor dicho, de la cortinilla, o, más claro todavía, de la mujer que la había levantado, porque, indudablemente, a aquella ventana tan poética, tan blanca, tan verde, tan llena de flores, sólo una mujer podía asomarse, y cuando digo una mujer, entiéndase que se supone joven y bonita».

## 1.2. Cercanía interpersonal

La cercanía física incrementa las posibilidades de conocer a alguien e iniciar una relación. El otro factor desencadenante de la interacción tiene que ver con la cercanía interpersonal, con el descubrimiento de que se tienen puntos en común con la otra persona y de que la simpatía es mutua y fluye en los dos sentidos. Varios elementos contribuyen a esta cercanía.

### a) La similitud

Hay una cierta tendencia a que nos agraden las personas que son parecidas a nosotros y nos desagraden las que son distintas. Las personas similares desencadenan afectos positivos y negativos las disimilares; la similitud mantiene el equilibrio y la consistencia cognitivos, pues no sería «razonable» sentirse atraído por alguien muy diferente, o ser muy parecidos y no tenerse simpatía; y la similitud también es reforzante, porque nos confirma en nuestras posiciones que haya otras personas que estén de acuerdo con nosotros (Moya, 2007).

Hay cuatro fuentes de similitud (Kassin, Fein y Markus, 2008):

- a) Demográfica, caracterizada por el hecho de que personas similares en edad, educación, raza, religión o estatus socioeconómico suelen quedar para salir, son amigos, amantes o se casan.
- b) Actitudinal, pues cuantas más actitudes semejantes se comparten, mayor es la atracción que experimentan dos personas.

- c) De atractivo, al menos para las relaciones románticas, pues la gente tiende a enamorarse de personas que tienen un atractivo similar al suyo.
- d) De experiencias subjetivas, que hace que personas con actitudes muy dispares compartan, por ejemplo, la misma puesta de sol, y, al menos, por un momento sientan simpatía mutua.

En el ámbito de las relaciones amorosas la atracción se relaciona también con la semejanza entre la pareja actual y la pareja ideal. Molero y Cuadrado (2008) han encontrado que en la predicción de la satisfacción con la relación tiene más peso el ajuste entre la pareja actual y la imagen ideal de la misma, que el parecido entre ambos miembros de la pareja.

La idea popular de que los opuestos se atraen no encajaría en estos planteamientos. Sin embargo, se ha mencionado en algunas ocasiones la posibilidad de que la complementariedad, especialmente en motivaciones, deseos y necesidades, fuera compatible con la semejanza a la hora de predecir la atracción. No es nada descabellado considerar que una persona dominante necesite a una sumisa, por ejemplo. Pero la realidad es que la evidencia empírica no apoya el vínculo entre complementariedad y atracción (O'Leary y Smith, 1991).

### b) La reciprocidad

A los seres humanos les disgustan las situaciones desequilibradas y pocas cosas molestan más que tener simpatía o querer a alguien a quien no le resultemos simpáticos o atractivos. Siempre se espera un cierto intercambio mutuo entre lo que se da y lo que se recibe, de tal modo que se quiere a quien nos quiere. Nos sentimos atraídos por aquéllos a los que les gustamos, pues así, devolviéndoles su simpatía, nos garantizamos su cariño. Hay un intercambio equitativo según el cual el afecto produce respuestas de afecto (Pastor, 2008).

Contrario a la reciprocidad es el denominado efecto de lo difícil de conseguir, que es la tenden-

cia a preferir a personas que son muy selectivas en sus relaciones sociales, y sentirse menos atraído por quienes son poco restrictivos a la hora de entablar una relación. La investigación ha puesto de manifiesto que, en realidad, nuestra preferencia se decanta por quienes son moderadamente selectivos, y nos gustan menos los mucho o poco exigentes a la hora establecer condiciones para iniciar una relación (Wright y Contrada, 1986). En el ámbito de las relaciones amorosas se da un resultado similar denominado efecto Romeo y Julieta que incrementa el atractivo interpersonal mutuo en parejas que sufren la oposición de los padres a la relación (Driscoll, Davis y Lipetz, 1972).

### 1.3. ATRACTIVO FÍSICO

«La belleza vale más que cualquier carta de recomendación» decía Aristóteles. Por belleza entendía la de nuestro cuerpo y nuestro rostro. Se ha visto más arriba que el atractivo de una persona no sólo reside en su apariencia, pero la belleza corporal es sistemáticamente la variable que mejor explica la atracción que sentimos por otras personas, especialmente cuando se trata de relaciones amorosas (Yela y Sangrador, 2000).

Siempre que se habla de la belleza alguien hace notar que es algo relativo y que la belleza está en quien la contempla. Sin embargo son numerosos los trabajos que han constatado que la mitad de nuestras valoraciones estéticas es objetiva y coincide con la opinión de los demás. Algunos rasgos físicos que hacen más atractivas a las personas son ejemplificados en la jarcha medieval *Razón de amor*: «Mas vi venir una doncella / pues nació no vi tan bella: / blanca era y bermeja, / cabellos cortos sobre la oreja, / frente blanca y lozana, / cara fresca como manzana, / nariz igual y derecha, / nunca vieses tan bien hecha; / boca a razón y blancos dientes, / ojos negros y ardientes, / labios bermejos no muy delgados, / por verdad bien mesurados; / por la cintura, delgada, / bien proporcionada y mesurada». La investigación científica pone a prueba las afirmaciones que realiza esta canción popular.

- A) *Simetría*. Los seres humanos tienden elegir parejas bien proporcionadas. También manifiestan esa tendencia otras especies. La simetría es bella y con ella los animales muestran su capacidad genética para vencer a las infecciones, los parásitos o los depredadores. Thornhill y Gangestad (1999) han constatado que los varones más simétricos, con manos, pies, muñecas, tobillos y orejas de igual anchura, son más atractivos para las mujeres y más valorados sexualmente que los que tienen un cuerpo menos proporcionado. La simetría va unida a la belleza porque actúa como medida de salud general. La atracción humana hacia los pretendientes simétricos es un primitivo mecanismo animal diseñado para orientarnos a seleccionar unos compañeros de apareamiento genéticamente robustos. El cerebro responde de forma natural a una cara simétrica; se desencadena actividad del área ventral tegmental cuando se miran fotos de personas simétricas (Fisher, 2004). En esta área abunda la dopamina, el neurotransmisor que proporciona la energía, la euforia, la atención concentrada y la motivación para conseguir una recompensa.
- B) *Proporción cintura-cadera*. Devendra Singh (2002) ha observado en dieciocho culturas diferentes la preferencia de los varones por mujeres cuya circunferencia de la cintura equivale aproximadamente al 70 por 100 de la de sus caderas. La proporción de 0,7 puede observarse en las esculturas de mujeres pertenecientes a diferentes períodos históricos y diversos lugares geográficos. Es el número que indica la proporción de la exuberante Marilyn Monroe o de estilizada Audrey Hepburn. Jessica Alba y Angelina Jolie poseen también esas mágicas proporciones. La atracción del hombre por esta proporción se debe a una preferencia natural por parejas sanas y fértiles, pues refleja una canti-

dad adecuada de grasa en los lugares adecuados y unos niveles altos de estrógeno en relación con los de testosterona.

- C) *Rostro*. Algunos de los rasgos que definen un rostro bello son (Renz, 2007):
- a) Piel inmaculada;
  - b) Acercarse al término medio;
  - c) No desviarse excesivamente de la simetría;
  - d) Rasgos infantiles y femeninos;
  - e) Pómulos marcados y mejillas delgadas;
  - f) Pupilas grandes.

## 2. ELECCIÓN DE PAREJA

La elección de pareja es uno de los productos del proceso de atracción. Esta elección es clave tanto en el plano individual como en el de la especie, como ya puso de relieve Darwin en *El origen del hombre y la selección en relación a sexo* (1991). En esta obra a las diferencias entre individuos en su capacidad para conseguir parejas lo llamó selección sexual.

### 2.1. Selección sexual e inversión parental

Si hay variación heredable para un carácter que afecte a la capacidad de obtener parejas, entonces las variantes que conducen al éxito irán haciéndose más comunes con el tiempo. La selección sexual es el proceso que realza las características propias de un sexo que ayudan a sus miembros a ganar a sus rivales sexuales. Un rasgo proporciona una ventaja en la atracción de una pareja, incluso aunque pueda dificultar la supervivencia individual. Hay dos tipos de selección sexual:

- a) *Elección intersexual*: Cuando un rasgo proporciona una ventaja porque es atractiva para el sexo opuesto. La cola del pavo real es un rasgo que favorece la elección intersexual.

- b) Competición intrasexual: Cuando un rasgo proporciona una ventaja porque le ayuda a competir con rivales del mismo sexo. Los cuernos de los ciervos sirven a la competición intrasexual.

Complementaria de la teoría de la selección sexual es la teoría de la inversión parental (Trivers, 2002) que se refiere a la cantidad de energía y tiempo gastados en producir un descendiente y cuidar de él. El esfuerzo reproductivo total es la suma del esfuerzo por emparejarse más el esfuerzo parental. En general, en todas las especies el sexo que más invierte elige pareja entre las diferentes opciones disponibles y el que menos invierte compete con otros miembros de su sexo por la mejor pareja posible. Un ejemplo de la diferencia en inversión parental nos la proporciona el experimento realizado por Clark y Hartfield (1989). Un entrevistador atractivo (hombre o mujer, dependiendo de la condición experimental) tras realizar una pequeña encuesta a una persona de otro sexo, le pregunta «¿quieres salir conmigo esta noche?» En otro grupo experimental la pregunta del encuestador es «¿quieres venir a mi casa?». Y «¿quieres acostarte conmigo?» es la proposición hecha al tercer grupo de encuestados. A la primera incitación, el 50 por 100 de hombres y mujeres respondieron afirmativamente. A la segunda pregunta dijeron que sí el 70 por 100 de los varones y un escaso 3 por 100 de mujeres. La tercera cuestión recibió un total rechazo de las entrevistadas (0 por 100) y un entusiasmo de apoyo masculino (70 por 100). Estas diferencias pueden atribuirse al alto coste de una mala elección femenina y al bajo coste de la simple replicación genética masculina.

## 2.2. Estrategias de emparejamiento

Desde los conceptos de selección sexual y de inversión parental se plantea que los hombres y las mujeres tienen un repertorio variado de estrategias de emparejamiento, según se pretenda una relación a corto o a largo plazo (Schmitt, 2009).

Los emparejamientos a largo plazo se caracterizan por amplios períodos de cortejo, una fuerte inversión de tiempo, afectos y recursos, estrechos lazos afectivos de la pareja, el enamoramiento y la dedicación de grandes recursos personales y materiales durante mucho tiempo para mantener la relación de pareja y la prole que pueda derivarse de la misma. Los emparejamientos a corto plazo son encuentros sexuales relativamente fugaces, aventuras breves o historias de una noche.

Este efecto diferencial hace que los atributos buscados en una pareja cambien según se trate de una relación a corto o a largo plazo. Un trabajo de Kenrick, Sadalla, Groth y Trost (1990) lo pone a prueba. Se pregunta a los participantes «¿cuál es el nivel mínimo de inteligencia de su pareja que estaría dispuesto a aceptar para salir por primera vez? La pregunta era la misma en todas las condiciones, pero variaba el tipo de relación: para tener sexo, para una pareja estable o para un matrimonio. En la figura 9.1 se muestra que tanto los hombres como las mujeres quieren a alguien que esté ligeramente por encima de la media en inteligencia para una primera cita. El nivel de inteligencia exigido crece a medida que aumenta el nivel de compromiso de la relación. Sin embargo esta exigencia se desploma en el caso de una relación sexual, pero sólo para los hombres.

David Buss ha realizado numerosas investigaciones sobre lo que varones y mujeres consideran deseable y atractivo en la pareja (Buss, 1989). Ha analizado los datos procedentes de 10.000 personas, pertenecientes a 44 países de todos los continentes del mundo, que respondieron a un cuestionario de 18 ítems sobre preferencias de pareja. La variabilidad demográfica, étnica, educativa, religiosa, política y cultural quedaba garantizada. Los atributos que hombres y mujeres valoran en una persona para una relación estable son, en orden de importancia, la bondad y la comprensión, la inteligencia, el buen aspecto, una personalidad interesante, la buena salud, la adaptabilidad, la creatividad, la fidelidad sexual, el deseo de tener hijos, la buena educación, tener una buena situación económica y la limpieza. No hay grandes diferencias en lo que hombres y mujeres valoran

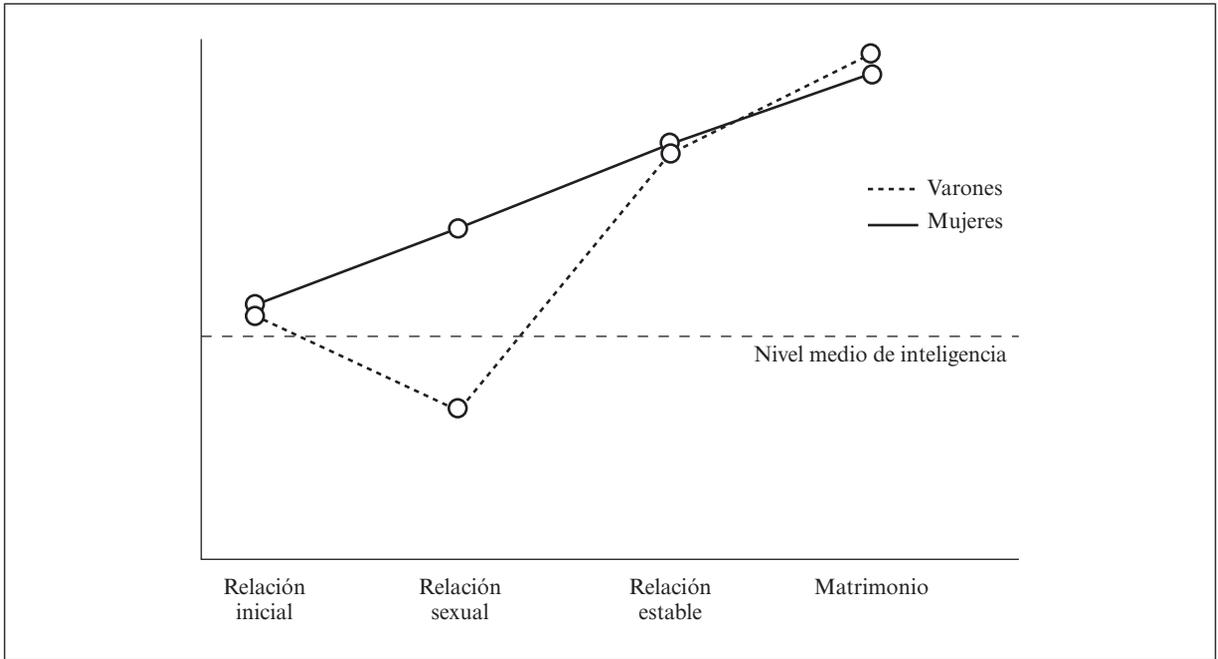


Figura 9.1.—Nivel mínimo de inteligencia deseado por hombres y mujeres para entablar una relación inicial, una relación sexual, una relación estable o un matrimonio (Kenrick, Sadalla, Groth y Trost, 1990).

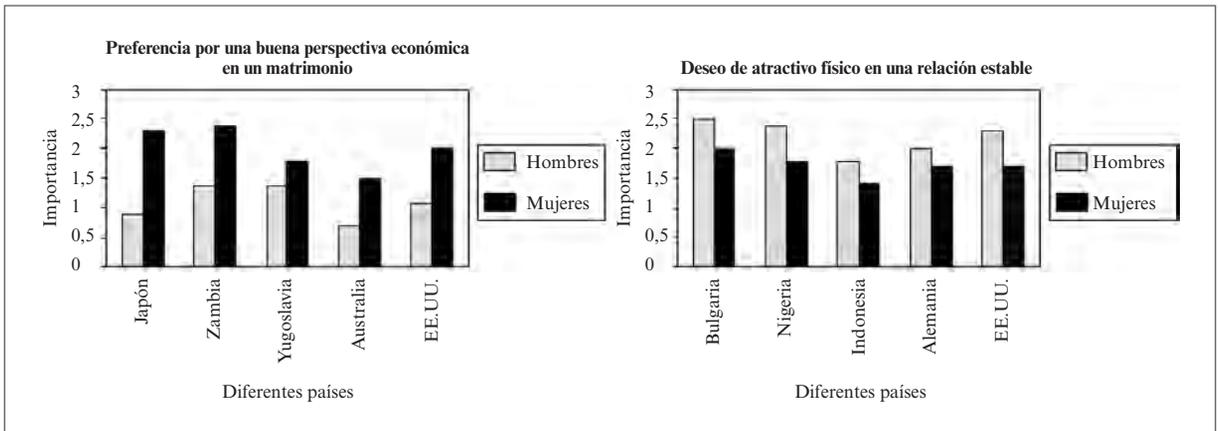


Figura 9.2.—Diferencias entre hombres y mujeres en la importancia dada a un buen porvenir económico y al atractivo físico de la pareja (0 = No importante; 3 = Indispensable) en diferentes países del mundo (Buss, 1989).

en una pareja potencial. Sólo en la importancia que le dan al atractivo físico, a la posesión de recursos económicos o al deseo de castidad hay di-

ferencias entre unas y otros. En la figura 9.2 se observan estas diferencias en diferentes contextos culturales. Pueden compararse estos resultados

con los obtenidos en la actividad académica correspondiente a este capítulo y ver si el patrón de preferencias se mantiene en el contexto español.

A través del análisis factorial de las respuestas dadas a los 18 ítems en cuestión, reducen a cuatro las dimensiones humanas sobre preferencias de pareja (Schakelford, Schmitt y Buss, 2005). Estas dimensiones hay que entenderlas en términos de una transacción o compensación entre la importancia que se da a dos series de preferencias. Las cuatro dimensiones son:

- a) Amor-Estatus/Recursos: Este factor bipolar agrupa por un lado las características relacionadas con tener una buena situación económica, ser ambicioso/a y trabajador/a y tener una buena posición social, y, por otro, sentir una atracción amorosa mutua. Esta dimensión significa que las personas realizan una transacción psicológica entre la búsqueda del amor y la búsqueda del estatus y los recursos.
- b) Estable/formal-Buena apariencia/Buena salud: Esta segunda dimensión abarca la preferencias de que la pareja sea refinado/a y elegante, maduro/a y estable emocionalmente, buen cocinero/a y amo/a de casa, guapo/a, tenga una buena salud y sea formal y fiable. Aquí la transacción psicológica se mueve entre la apariencia física y la personalidad estable.
- c) Educación/inteligencia-Deseo de un hogar/ Deseo de hijos: En torno al tercer factor se agrupan los rasgos de que la pareja tenga un nivel educativo similar, que no haya tenido experiencia sexual previa, que sea hogareño/a y le gusten los niños, que tenga una ideología política similar y que sea inteligente. La transacción tiene lugar entre los factores educativos y las cuestiones familiares.
- d) Sociabilidad-similitud religiosa: Las características que se recogen aquí son: ser simpático/a, sociable, una persona religiosa y una persona de trato fácil. Y la aparente transacción psicológica tendría que

ver con preferir a alguien sociable o a alguien compatible religiosamente.

Estos autores encontraron diferencias de sexo en las tres primeras dimensiones. Las mujeres en mayor medida que los hombres valoran el estatus social y los recursos económicos de una posible pareja. También las mujeres de los distintos lugares del mundo valoran más que los hombres la estabilidad emocional, la educación y la inteligencia. Por su parte, los hombres prefieren en mayor medida que las mujeres parejas con buena apariencia, salud, hogareñas y con deseos de tener hijos.

Los resultados indican que los seres humanos tienen un valor de emparejamiento determinado por su capacidad para ser considerados como una pareja sexual atractiva. El valor como pareja de una persona, o el atractivo para el sexo opuesto se relaciona directamente con su capacidad para contribuir al éxito reproductivo de la otra persona (Hampton, 2010). Los tres factores que se consideran claves en esta valoración del atractivo son, la salud, la edad y el estatus.

Estos tres elementos se vinculan estrechamente con el estudio de las preferencias de edad en la elección de la pareja. En general, los hombres de diferentes culturas están más interesados en las mujeres durante los años de la fertilidad máxima. Para los hombres mayores las mujeres jóvenes resultan más atractivas, y para los adolescentes las mujeres mayores. Por otro lado, las mujeres buscan hombres con recursos; como los recursos tienden a incrementar con la edad, el resultado es un interés en hombres mayores (Gómez-Jacinto y Hombrados-Mendieta, 2011; Kenrick, Gabriels, Keefe y Cornelius, 1996). En las diferentes partes del mundo estudiadas las preferencias de pareja de las mujeres apuntan al estatus y a los recursos económicos, características que se relacionan positivamente con la edad de los hombres. Sobre todo en las sociedades ancestrales, las mujeres que obtenían más recursos podían invertirlos en su descendencia, contribuyendo a la supervivencia y al éxito reproductivo de su prole. Por su parte, los hombres de diferentes zonas del pla-

neta ponen mayor interés en parejas físicamente atractivas, con un alto potencial reproductivo. El atractivo correlaciona estrechamente con la edad, lo que la convierte en un buen predictor de la capacidad reproductiva y en una medida indirecta de la fertilidad femenina. (Swami y Furnham, 2008).

La película *Pecado Original*, protagonizada por Angelina Jolie y Antonio Banderas, contiene un diálogo en el que se ponen de manifiesto lo dicho hasta ahora sobre las preferencias de emparejamiento a largo plazo. Luis Vargas es el dueño de una empresa cafetera de La Habana de finales del siglo XIX, que decide casarse por poderes con una mujer norteamericana a la que sólo conoce por fotografía. Pero cuando Julia Russel llega a Cuba, Luis no encuentra el rostro discreto de la fotografía, sino a una muchacha de gran belleza. La escena que sigue narra el primer encuentro entre los protagonistas.

Angelina Jolie: ¿Señor Vargas? ¿Luis Vargas? No me reconoce, ¿verdad?

Antonio Banderas: ¿Señorita Russell?

AJ: Sí.

AB: ¿Julia Russell? Pero esta, esta foto...

AJ: Lo engañé. Lo siento. No debí hacerlo. Estaba insegura. Verá... no quería que se interesara por mí sólo porque tenía una cara bonita. Así que envié la foto de otra mujer y no la mía.

AB: Ya veo.

AJ: Espero que me perdone. Intenté escribirle muchas veces para contárselo. Pero no tuve el valor. Así que...

AB: Y...

AJ: Ahora ve cómo soy en realidad, así que ya sabe la mala noticia.

AB: No es mala en absoluto. Sólo que usted no es como esperaba.

AJ: Si debido a mi engaño sus intenciones han cambiado... si no está satisfecho...

AB: No, no es eso.

AJ: ...estoy dispuesta a volver a mi hogar en Delaware. Si usted lo dice, lo haré.

AB: Srta. Russell... Srta. Russell... ha sido muy sincera conmigo. Yo también seré sincero con us-

ted. Debo admitir que también le he mentado.

AJ: Usted es igual al de la foto.

AB: Sí, lo soy. Pero le escribí contándole que era empleado de una empresa exportadora de café. No lo soy. Soy el dueño. La empresa es mía.

AJ: No quería que me interesara en usted sólo porque usted tenía una bonita cuenta bancaria.

AB: Sí.

AJ. Entonces tenemos algo en común. Ninguno de los dos es de fiar.

AB: Claro que si debido a mi engaño sus intenciones han cambiado; si ya no está interesada en casarse con un hombre rico...

AJ: No, creo que podré arreglármelas. Si usted puede arreglárselas con una esposa algo más hermosa.

AB: Haré el esfuerzo.

### 2.3. Marketing amoroso

Los dos protagonistas de la escena ocultan las características que supuestamente más atractivos podrían hacerles. Tratan de evitar una relación interesada y basada exclusivamente en la belleza o la riqueza. No es lo habitual; en el mercado amoroso cada uno exhibe aquellos atributos que más ventajas le puedan proporcionar. Así, en nuestro contexto cultural, Gil Burmann, Peláez y Sánchez (2002) analizan, a través de 7.415 anuncios de la sección de «relaciones estables/matrimonios» de periódicos españoles, los rasgos ofrecidos y buscados por varones y mujeres de distintas edades. Los anuncios se examinan mediante el análisis de contenido, a través de las siguientes categorías:

- a) Atractivo físico: Indicadores de belleza, salud y vitalidad, como deportista, atlético/a, guapo/a, saludable, joven, vital, etc.
- b) Estatus socioeconómico: Términos referidos a los recursos económicos, estatus sociocultural, como alto nivel económico, bien situado/a, trabajo estable, culto/a, negocio propio, universitario/a, etc.

- c) Dedicación familiar: Referencia al buen carácter y estabilidad en la vida familiar; comprensivo/a, responsable, estable emocionalmente, cariñoso/a, hogareño/a, le gustan los niños, familiar, buen cocinero/a, etc.
- d) Fidelidad sexual: Voluntad de monogamia, fiel, leal, valores morales.

Requerimiento de edad: Diferencia entre la media del rango de edad buscada en la pareja y la edad del anunciante.

Los resultados referidos a la edad son similares a los encontrados en trabajos anteriores; los hombres solicitan mujeres 5,7 años más jóvenes que ellos; las mujeres prefieren hombres 4 años mayores que ellas. Cuanta más edad tienen los hombres, más preferencia manifiestan por mujeres más jóvenes. El aumento de la edad en las mujeres se corresponde con una reducción de la diferencia de edad, hasta los dos, tres años en el caso de las mujeres mayores de cincuenta años. En la figura 9.3 se muestran los porcentajes de rasgos buscados y ofrecidos en los anuncios. Los autores de este trabajo concluyen que las mujeres

españolas son más selectivas que los hombres, buscan parejas con recursos/estatus y ofrecen juventud y belleza. Los hombres buscan mujeres con atractivo físico y ofrecen recursos y estatus. Las mujeres buscan significativamente más que los hombres tanto el estatus socioeconómico como el atractivo físico de su potencial pareja.

## 2.4. ¿Nos conocemos?

La competencia para atraer a una pareja supone superar a los rivales en las características que el sexo opuesto busca con más ahínco. Se han desarrollado mecanismos psicológicos en uno de los sexos para solucionar los problemas adaptativos planteados por el otro. Las características que valoran hombres y mujeres son decisivas para comprender los medios de atraer a un compañero. Los compañeros deseables desencadenan una intensa competencia social por lograr sus favores y en muchas ocasiones la atracción de un compañero suele llevar aparejada la descalificación verbal de los posibles rivales. Las técnicas de atracción y las de descalificación dependen de

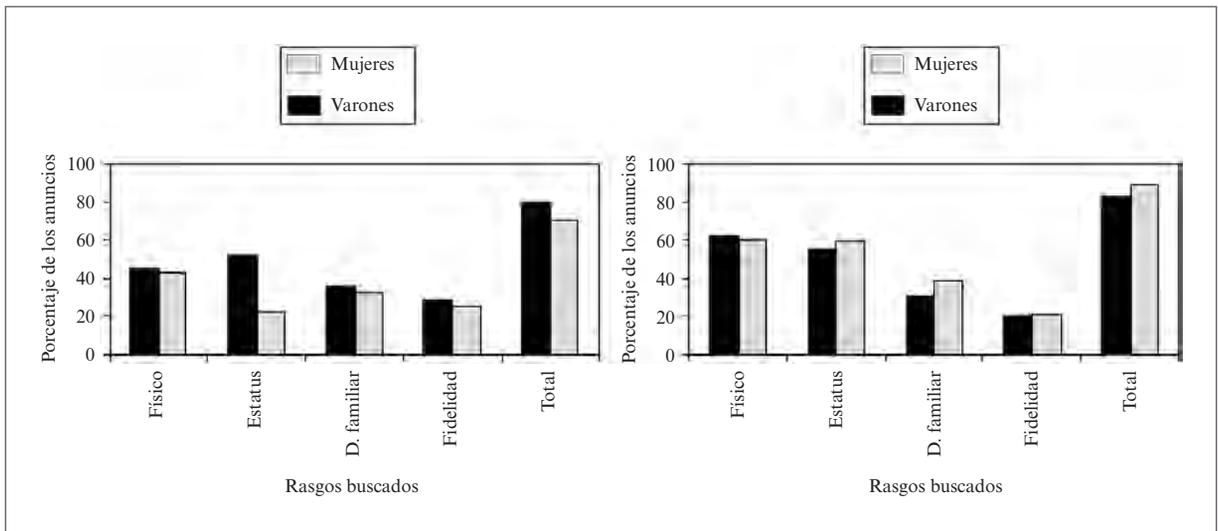


Figura 9.3.—Diferencias entre hombres y mujeres en las características ofrecidas y demandadas en los anuncios por palabras de la sección de «relaciones estables/matrimonios» de periódicos españoles (Gil Burmann, Peláez y Sánchez 2002).

que el objeto de deseo se busque una pareja a corto o largo plazo. Atraer a una pareja ocasional o estable requiere que uno se exhiba. Los hombres y las mujeres deben anunciar sus méritos en el mercado amoroso. Y puesto que los deseos de unas y otros son distintos las cualidades que hay que exhibir son las que más puedan atraer a la hipotética pareja. Normalmente atraer a una pareja implica: exhibición de recursos materiales, afectivos y sociales; manifestaciones de compromiso; exhibición de habilidades físicas; alardes y demostraciones de habilidad social; muestras de seguridad en sí mismo; cuidado de la apariencia física; fidelidad, etc. Para las posibles parejas estas características han de ser visibles y ello implica lanzar señales que capten su atención. Acercarse a la otra persona es la mejor forma de capturar su atención.

¿Nos conocemos? es una expresión con la que han comenzado numerosas relaciones amorosas. Refleja el punto crítico en el que alguien toma la iniciativa y se abre un amplio abanico de posibilidades: una relación ocasional, un amor duradero o un «ya te llamaré». Casi todas las personas recuerdan con agrado y satisfacción el momento en el que comenzaron una relación íntima. Ese momento se ilustra en el diagrama de flujo de la figura 9.4, con cuatro fases (Bredow, Cate y Huston, 2008).

- a) Fase 1.<sup>a</sup>. El desencadenante de todo el proceso hay que buscarlo en los motivos que una persona tiene para iniciar una relación con determinadas parejas potenciales que entrarían en la órbita de sus preferencias. La relevancia de los atributos que resultan atractivos en la otra persona depende mucho de si se busca una relación a corto plazo o una más duradera. El radar de la atracción se activará más fácilmente si aparece alguien atractivo físicamente y se está buscando una relación de corta duración. La madurez, la capacidad amorosa o la inteligencia alertarán el sistema si se pretende una relación más estable. Durante esta primera etapa la persona va-

lora el nivel de atractivo de la otra persona y compruebe si se adecua a sus expectativas. El desajuste entre atributos y expectativas corta la iniciativa de un acercamiento. La consideración de que la otra persona entra en nuestro campo de acción permite que se siga el proceso.

- b) Fase 2.<sup>a</sup>. Durante la segunda fase se hace un balance de las posibilidades de que la otra persona se sienta también atraída por los atributos propios y de que sea receptiva a los intentos de acercamiento. La decisión de iniciar los primeros escarceos no depende exclusivamente de la atracción que se sienta por la otra persona, por muy fuerte que ésta sea. Está en función también de la reciprocidad percibida; de que se crea que la otra persona es receptiva al atractivo y a la decisión de acercamiento del iniciador. El miedo al rechazo puede paralizar cualquier intento de aproximación.
- c) Fase 3.<sup>a</sup>. Un moderado optimismo en cuanto a las posibilidades de éxito hará que se pase a la tercera fase, a la autopresentación. Ésta será expresiva o estratégica dependiendo de la confianza que se tenga en el éxito del acercamiento. En general, la mayoría de las personas prefieren ganarse el cariño de los demás mostrando su verdadera personalidad, que conseguirlo tras haber presentado una imagen diseñada al efecto; incluso cuando se pretende exclusivamente una relación de corta duración. Pero cuando no se confía demasiado en las posibilidades de ser aceptados, las personas tienden a una presentación más estratégica. En ella el objetivo principal es asegurarse la aprobación de la otra persona, despertar su interés sin parecer falso. En ese equilibrio se han de mantener las tres formas habituales de conseguir el efecto: a) Parecer simpático, agradable, a veces, halagando a la otra persona; b) parecer competente y capaz, y c) parecer ético, moral, sincero y honesto.

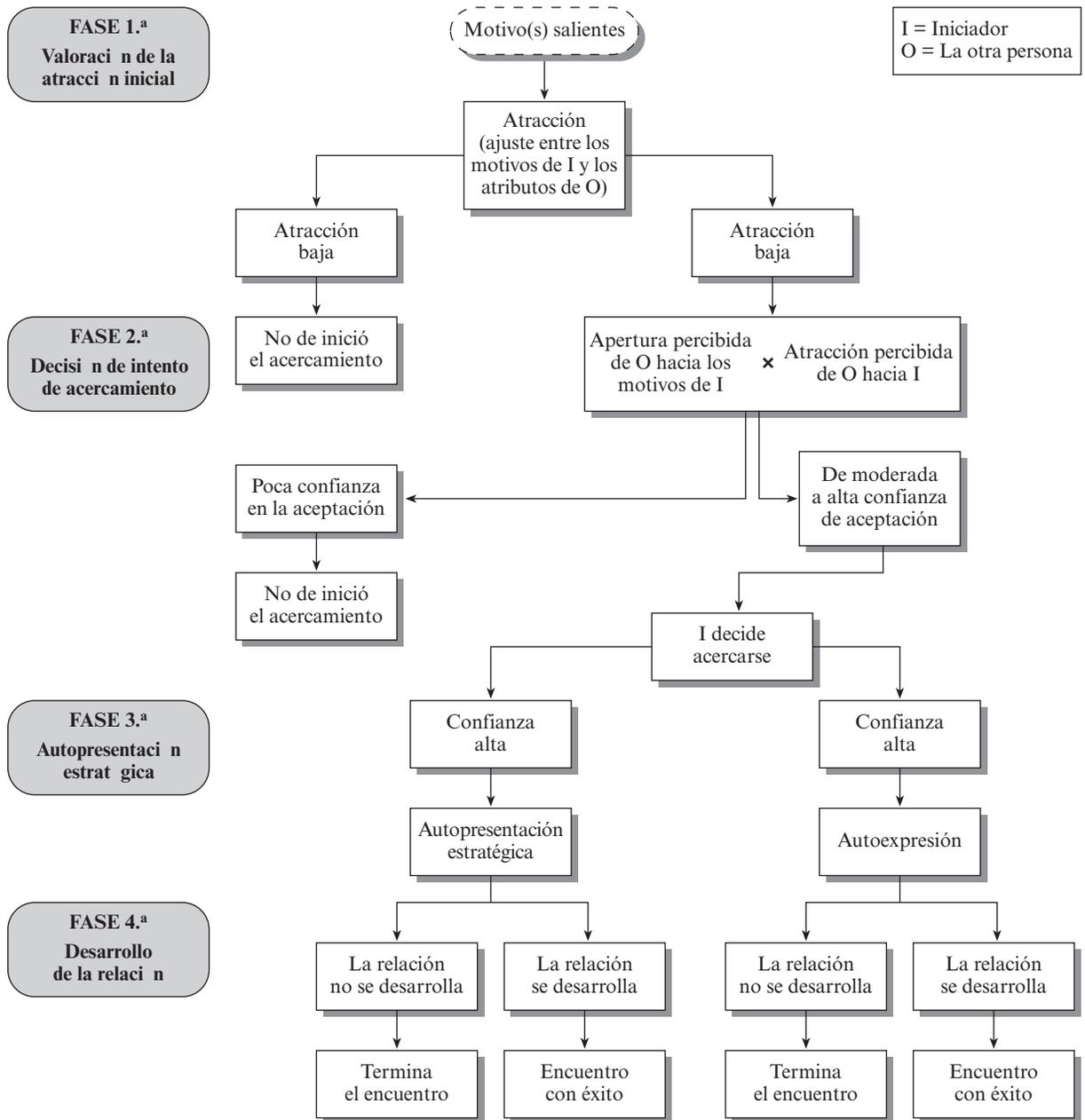


Figura 9.4.—Diagrama de flujo cuatro fases de los primeros encuentros románticos (Bredow, Cate y Huston, 2008).

d) Fase 4.<sup>a</sup>. Utilizada una u otra estrategia, la cuarta y última fase consiste en el desarrollo de las relaciones. Tanto si se busca

un amigo, una pareja sexual ocasional o una pareja estable, el encuentro tiene éxito cuando se desarrolla la relación. Quien

inicia el acercamiento, quien abre la conversación ha de procurar que la otra persona continúe con la interacción. Las personas más habilidosas socialmente tendrán más posibilidades de seguir un curso de acción positivo y eso las anima a iniciar el acercamiento. Las más tímidas, inseguras y con miedo al rechazo tenderán a evitar dar ellas el primer paso. En todo caso, quien toma la iniciativa, normalmente, habrá ensayado mentalmente distintas melodías para la obertura antes de lanzarse. El éxito de esta fase depende de las acciones encaminadas a conseguir la afinidad mutua de las dos personas. Y una de las más eficaces es el autodescubrimiento, especialmente el emocional. Cuando alguien está muy interesado en otra persona la manera más rápida de acelerar el desarrollo de la relación es develarle información íntima de sí mismo (Delerga, Winstead y Greene, 2008). Ser atentos e interesarse por la otra persona, compartir experiencias divertidas son acciones que contribuyen también al desarrollo de la relación y al éxito de este primer encuentro. Luego puede venir una simple amistad, una «noche loca», o una historia de amor.

### 3. AMOR

Del amor, como del ser aristotélico, se puede decir que es uno, pero se dice de muchas maneras. Se aproxima mucho a un fenómeno universal o casi universal, presente en todas las culturas, en todas las épocas históricas y en todas las etapas del ciclo vital humano. Pero también que hay una gran variabilidad social, cultural y personal.

#### 3.1. Enamorarse

El proceso de enamorarse es la transición entre no estar enamorado y estarlo. Se caracteriza

por un intenso deseo de mantener una relación íntima y romántica con una persona determinada (Aron, Fisher, Strong, Acevedo, Riela y Tspelas, 2008). Suele pensarse que esta transición entre un estado de no amor a otro de enamoramiento es muy rápido. No siempre es así; muchas personas, cuando describen la experiencia de enamorarse, refieren una transición gradual y lenta, incluso de años, en la que se pasa de una relación de simples conocidos o de amistad a una gran pasión. La clave está más en el hecho de pasar de un estado de baja intensidad a uno de muy alto voltaje, en el que la persona redirige toda su atención y energía hacia la persona amada. Se va desde una simple atracción pasajera por otra persona, a colocarla en el centro de nuestras vidas y considerarla muy valiosa. Muy probablemente este estado se corresponde con las primeras fases del amor apasionado.

Ayala Malach-Pines (2002) ha comprobado a través del análisis de contenido de entrevistas sobre la atracción amorosa que en un 30 por 100 de los casos el enamoramiento es un proceso gradual y sólo un 10 por 100 de las personas se enamoran a primera vista. El comienzo de una relación amorosa puede ser un flechazo, puede surgir después de años de amistad, puede comenzar con un encuentro significativo, o puede evolucionar con el tiempo. Se pasa desde una fase de conocimiento de la otra persona, de amistad o de atracción física hasta un momento de amor romántico apasionado, compartido por los dos miembros de la pareja. En ese momento juega un papel muy especial la mirada; una mirada mutua profunda y muy especial, descrita por Victor Hugo en *Los miserables*: «Pocas personas se atreven a afirmar que dos personas se han enamorado porque se han mirado, pero así es como se empieza el amor, solo de esta manera. El resto sobra y viene después. Nada es más real que ese gran impacto que sufren dos almas cuando intercambian esa chispa». Una mirada similar a la que los etólogos han identificado como mirada copulatoria (Fisher, 1994).

El enamoramiento es el resultado de un proceso de filtrado selectivo en el que se van produciendo elecciones sentimentales (Malach-Pines, 2002):

- a) La pareja se encuentra y se conoce. La proximidad geográfica contribuye a este primer momento.
- b) La alteración emocional agradable del encuentro aumenta la posibilidad de que se convierta en una relación amorosa.
- c) Este encuentro propicia la valoración del excitante atractivo físico de la pareja, así como la valoración de su personalidad agradable.
- d) Tras la atención recíproca y el examen mutuo llegan a la conclusión de que puede haber una relación sentimental.
- e) Proceso de autodescubrimiento, con el objeto de conocerse, encontrar similitudes, valores e intereses comunes.
- f) El incremento de la intimidad permite revelar las necesidades más personales y profundas y la capacidad mutua para su satisfacción.
- g) Aumento de la atracción que sienten el uno por el otro.

Las fases aquí descritas no capturan toda la complejidad del momento crucial del enamoramiento, vivido por las personas como una experiencia única y exclusiva. Hay un punto de la relación amorosa en el que se pasa, en el decir de Francesco Alberoni, de «enamorarse» a «amar»; enamorarse es como despegar y amar es como aterrizar. Ese punto, ese momento queda reflejado en los versos de Almudena Guzmán: «Y hoy / –mientras los dos nos mirábamos de reojo, cada uno / en un extremo de la barra –, / mi guedeja más anarquista / ha optado definitivamente por afiliarse a sus ojos».

### 3.2. Taxonomía del amor

¿Qué es el amor? Durante mucho tiempo se ha pensado que la mejor respuesta a esta pregunta se encuentra leyendo a los novelistas, a los autores teatrales o a los poetas. No en vano la mayoría de los grandes textos literarios tratan del

amor. No es fácil cambiar un texto poético por la nada romántica investigación científica entrando a saco en la matriz de sentimientos, pensamientos y conductas que constituyen el amor. Y no es nada fácil con un fenómeno natural complejo, multifacético y paradójico, que dificulta claramente la posibilidad de ofrecer una visión única y una definición simple. De nuevo podría recurrirse a los poetas para mostrar esta capacidad multidimensional y paradójica del amor; a los versos de Lope de Vega, que tras enumerar los sentimientos, pensamientos y conductas en caótica armonía («Desmayarse, atreverse, estar furioso, / áspero, tierno, liberal, esquivo, / alentado, mortal, difunto, vivo, / leal, traidor, cobarde y animoso») que le suscita el amor, concluye: «creer que el cielo en un infierno cabe; / dar la vida y el alma a un desengaño, / ¡esto es amor! quien lo probó lo sabe».

Es seguro que también el lector lo probó y lo sabe, por lo que podría tomarse unos cinco minutos para escribir todas aquellas características del amor que se le vengan a la cabeza. No es una tarea compleja y tras ella podrá comparar sus respuestas con las proporcionadas con los participantes de un estudio realizado por Fehr (1988). En el cuadro 9.1 puede ver las características que esas personas citaron con mayor frecuencia. Muy probablemente el lector habrá coincidido con muchas de las características listadas en la tabla y observará la amplia gama de estados emocionales, pensamientos y comportamientos que implica el amor. Pero ese amplio abanico multicolor puede reducirse a unas pocas dimensiones (Aron y Westbay, 1996). Una primera dimensión incluye cuestiones como la confianza, el cuidado de la otra persona, o el apoyo. En un segundo grupo se encuentran la lealtad, la devoción o el sacrificio. La tercera dimensión agrupa aspectos relacionados con la pasión sexual, la excitación, o la aceleración cardíaca.

Ellen Bercheid (2010) propone una taxonomía de cuatro tipos de amor, en los que distingue sus causalidades remotas e inmediatas, las conductas implicadas y el objeto interpersonal de referencia:

CUADRO 9.1  
*Características del amor más citadas (Fehr, 1988)*

Característica	Porcentaje	Característica	Porcentaje
Cuidado de la otra persona	44	Satisfacción	10
Felicidad	29	Euforia	10
Deseo de estar con el otro	28	Poner al otro en primer lugar	9
Amistad	23	Pasión sexual	9
Sentirse libre para hablar sobre cualquier cosa	20	Apoyo	9
Sentimientos cariñosos	17	Apego	8
Aceptar la forma de ser del otro	16	Intimidad	8
Confianza	15	Preocupación por el bienestar de la otra persona	8
Compromiso	14	Empatía	8
Compartir	14	Aceleración del corazón	8
Pensar en la otra persona continuamente	14	Ayuda	8
Sacrificio	14	Sentirse bien consigo mismo	7
Comprensión	13	Perdón	7
Honestidad	12	Tener muchas cosas en común	7
Respeto	12	Echar de menos a la otra persona cuando no está	7

- a) Amor-apego. El apego es un sistema emocional de vinculación entre crías y adultos, innato y producto de la selección natural (Bowlby, 1980). Su causa histórica hunde sus raíces en el pasado evolutivo humano y responde a la necesidad de los niños de mantener la cercanía y la comunicación íntima con un adulto para favorecer su propia supervivencia. El factor desencadenante inmediato de los comportamientos relacionados con este tipo de amor es una situación amenazante. Las conductas son las encaminadas a estimular la proximidad a una persona protectora. El objetivo interpersonal suele ser una persona familiar mayor, más fuerte y sabia que el individuo.
- b) Amor compasivo, altruista. En este tipo de amor predomina la preocupación por el bienestar de la otra persona y el comportamiento encaminado a su salvaguarda, sin que haya una expectativa de reciprocidad en el futuro. Como en el caso del amor-apego sus orígenes se encuentran en los

albores de la historia evolutiva humana, aunque sus desencadenantes más inmediatos se encuentran en el apoyo social, el cuidado de los demás, la conducta prosocial y la percepción de que la otra persona está sufriendo. Las conductas implicadas dependen de la naturaleza del problema de la otra persona, pero, en todo caso, tienen el propósito de aliviarle el sufrimiento. El objetivo es, obviamente, la persona que sufre. Este tipo de amor no se rige por un sistema de castigos y recompensas.

- c) Amor compañero o cariño, también denominado amor basado en la amistad, amor conyugal o filia. Para Grote y Frieze (1994) es un amor confortable, cariñoso y confiado por una pareja agradable, basado en un sentido profundo de la amistad y que implica la compañía, la participación y el disfrute de actividades comunes, intereses mutuos y alegrías compartidas. Este tipo de amor es un buen predictor de la satisfacción marital y del progreso de las relaciones durante el cortejo; incluso

mejor que el amor romántico. Al contrario de lo que sucedía con los dos tipos de amor anteriores, éste se fundamenta en los principios de castigo-recompensa; sentimos cariño por los que nos refuerzan y desafección por los que nos castigan. La causalidad histórica del amor compañero se remonta al principio del dolor-placer. Las causas actuales, sus características conductuales y sus objetivos interpersonales son las que se han expuesto al hablar de la atracción interpersonal: familiaridad, similitud y atractivo físico. Nos resulta más placentera la interacción con personas que poseen estos atributos que con las que no los poseen. Tratamos de conseguir y de mantener la cercanía de las personas queridas y ajustamos nuestro comportamiento para que les resulte reforzante y atractivo y, así, deseen seguir interactuando con nosotros.

- d) El amor romántico, también denominado amor apasionado, amor adictivo y amor erótico, es el tipo que no puede faltar en ninguna taxonomía amorosa. En muchas sociedades es el fundamento sobre el que se constituyen las parejas estables y los matrimonios. Un ingrediente imprescindible del amor romántico es el deseo sexual, que se convierte en condición causal importante e incluso imprescindible. Este componente sexual contribuye a la distinción del amor romántico de los otros tipos. Podría decirse que el amor romántico es una mezcla de cariño y de deseo sexual, mientras que en el amor compañero hay cariño sin deseo sexual. Cuando hay deseo sexual sin cariño se hablaría de lujuria.

### 3.3. Componentes del amor

Uno de los planteamientos más aceptados en la comunidad científica es el enfoque tridimensional Robert Sternberg (2000), quien sostiene que el amor puede describirse mediante tres compo-

nentes: la pasión, la intimidad y el compromiso. Su teoría triangular del amor se completa con un cuestionario de 45 ítems para valorar cada uno de los tres factores:

- a) La pasión es un estado de deseo intenso, activación fisiológica y excitación sexual provocados por la pareja. Este componente es una mezcla de pasión romántica y de pasión sexual. Dos ítems de la escala de Sternberg que ilustran esta dimensión son: «El solo hecho de ver a (mi pareja) me excita»; «No puedo imaginarme que otra persona pueda hacerme tan feliz como (mi pareja)».
- b) La intimidad es un estado de sentimientos que se dan en la relación amorosa y que fomentan la proximidad, el vínculo y la conexión. Implica dar y recibir apoyo emocional de la persona amada, comunicación íntima, comprensión mutua y valoración personal recíproca. Dos ítems de la escala son: «Recibo considerable apoyo emocional por parte de (mi pareja)»; «Comparto información profundamente personal acerca de mí mismo con (mi pareja)».
- c) La decisión/compromiso significa a corto plazo la decisión de amar a la persona elegida, y a largo plazo constituye el compromiso de mantener ese amor. Normalmente la decisión precede al compromiso. Ítems ejemplos: «Considero mi relación con (mi pareja) una buena decisión»; «Debido al compromiso con (mi pareja) no dejaría que otras personas se interpusieran entre nosotros.

La combinatoria de estas tres dimensiones produce los siete tipos de amor que se muestran en la figura 9.5. La ausencia de los tres componentes da lugar a una octava variante, el no-amor. Estos ocho tipos son casos idealizados basados en la teoría triangular. En el agrado o simpatía hay amistad verdadera sin pasión ni compromiso a largo plazo. El amor de compañía

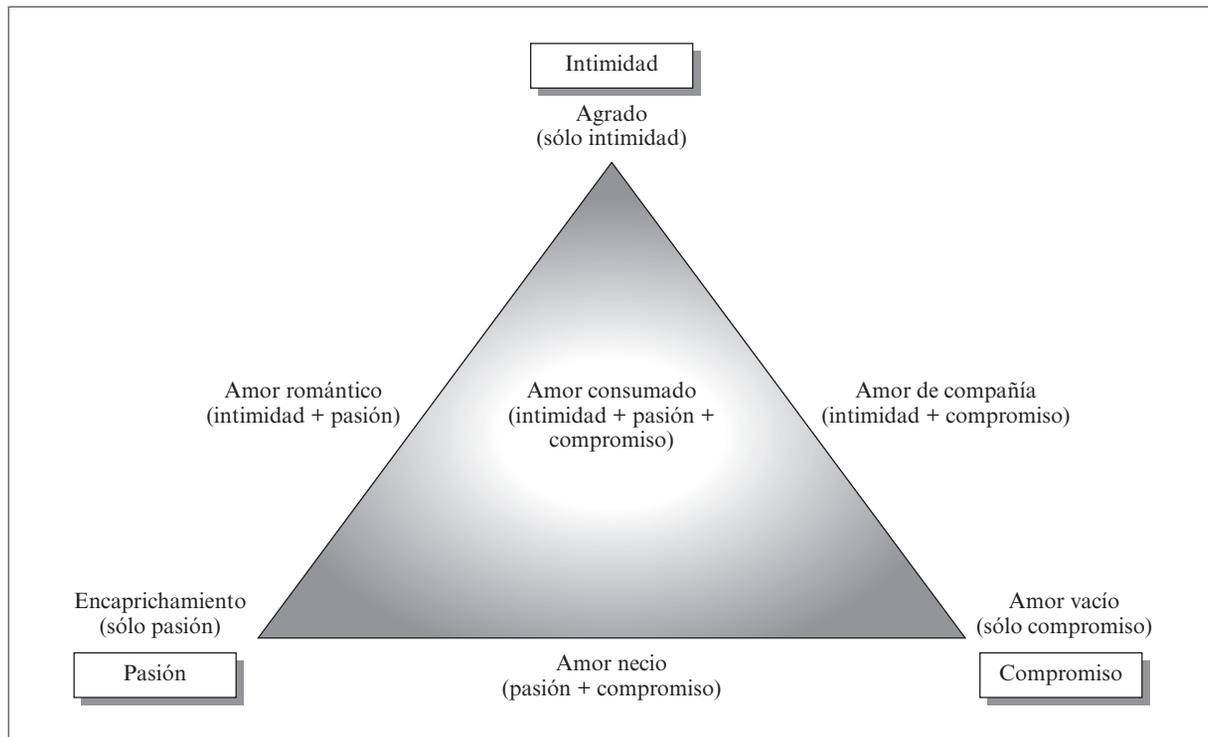


Figura 9.5.—Triángulo del amor de Robert Sternberg (2000). El amor puede describirse mediante tres componentes: la pasión, la intimidad y el compromiso. La combinación de estas tres dimensiones produce siete tipos de amor.

hay amistad con un compromiso a largo plazo, como en un matrimonio donde la pasión ha desaparecido. En el amor romántico los miembros de la pareja se atraen y excitan física y emocionalmente, como sucede en un romance de verano. En el amor necio hay un compromiso basado en la pasión, sin tiempo para que se desarrolle la intimidad y con unas dosis altas de superficialidad. El amor vacío no tiene pasión, ni intimidad; sólo la decisión y el compromiso de mantener la relación. El ideal del amor consumado es una equilibrada relación con presencia de los tres componentes. En la actividad académica de este capítulo se proporciona el cuestionario para que cada alumno valore las tres dimensiones amorosas de su relación de pareja y puede establecer el tipo de amor con el que la misma se corresponde.

### 3.4. Evolución del amor

Esta mezcla de los diferentes ingredientes del amor produce diferentes tipos amorosos, que además irán cambiando con el paso del tiempo. Se suelen identificar cuatro etapas en la relación amorosa (Yela, 2000):

- Durante el enamoramiento inicial, período breve, de unos cuantos meses, predominan componentes pasionales y eróticos; así como un gran deseo de intimidad. Si la relación se mantiene, los niveles de pasión y de intimidad alcanzan su nivel máximo, con el predominio del amor romántico; dando paso paulatinamente a la aparición del compromiso.
- En torno al cuarto o quinto año de convivencia en pareja declina la pasión amorosa

sa, la intimidad se convierte en un elemento central de la relación y el compromiso fortalece la vinculación afectiva de la pareja, dando aparición al amor compañero.

d) Muchas relaciones se mantienen en este estado para siempre. Si no es así, parecería el

desamor, en el que el compromiso es incapaz de mantener una relación en la que ya no hay intimidad y, mucho menos, pasión. En otras ocasiones, las presiones externas, los hijos, la hipoteca, mantienen la relación indefinidamente en un estado de desamor.

### El concepto de amor en España

Desde una perspectiva multidimensional del amor, Ferrer Pérez, Bosch Fiol, Navarro Guzmán, Ramis Palmer y García Buades (2008) han realizado un estudio sobre el concepto de amor en España. Encuestaron telefónicamente a una muestra representativa de 1.351 personas y evaluaron sus actitudes hacia el amor. Para ello emplearon la «Escala de actitudes sobre el amor» de Hendrick, Hendrick y Dicke (1998). Esta escala de 18 ítems valora seis estilos de amor:

- Eros: Amor pasional o romántico, caracterizado por una pasión irresistible, con sentimientos intensos, intimidad, fuerte atracción física y actividad sexual.
- Ludus: Amor lúdico, caracterizado por interacciones casuales, con poca implicación emocional, ausencia de expectativas futuras y evitación de la intimidad y la intensidad.
- Storge: Amor amistoso, caracterizado por un compromiso duradero que se desarrolla lenta y prudentemente y por compartir actitudes y valores; se basa en intimidad, amistad, compañerismo y cariño y busca más un compromiso a largo plazo que un apasionamiento a corto plazo.
- Pragma: Amor pragmático, compuesto de Ludus y Storge, se basa en la búsqueda racional de la pareja ideal.
- Manía: Amor posesivo y obsesivo, compuesto de Eros y Ludus, se caracteriza por la intensidad y la intimidad, pero también por los celos, la incomunicación y los «síntomas» físicos y psicológicos.
- Ágape: Amor altruista, compuesto de Eros y Storge, se caracteriza por dar antes que recibir y por el aut sacrificio por el bienestar de la pareja.

Las personas entrevistadas debían mostrar su grado de acuerdo con cada una de las cuestiones que reflejaban alguno de los seis tipos de amor. En la figura 9.6 puede observarse que hay niveles de acuerdo alto con los estilos

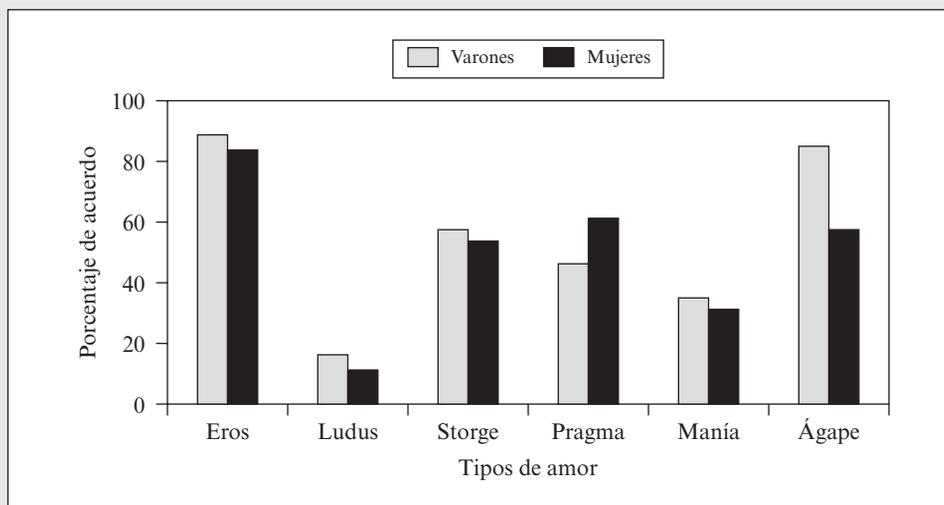


Figura 9.6

Eros, Ágape, Pragma y Storge. No así con Manía, y mucho menos con Ludus. Puede apreciarse también en el gráfico que, aunque hombres y mujeres aceptan y rechazan los mismos estilos amorosos, hay algunas diferencias en la valoración que unas y otros hacen. Así, ellos tienen niveles de acuerdo significativamente más altos con el amor pasional, el lúdico y el altruista; y ellas le dan más importancia al amor pragmático. Concluyen las autoras del estudio que, como en otros países, los estilos de amor que más aceptación tienen entre los españoles son, en este orden, Eros, Ágape, Pragma y Storge. Hay desacuerdo con el estilo Ludus e indiferencia con el estilo Manía. Ello avala la vigencia del amor romántico en la población española.

## 4. RELACIÓN DE PAREJA

### 4.1. Relaciones de pareja y sexualidad

¿A qué objetivos sirve el enamoramiento y el mantenimiento de una relación romántica? ¿Por qué es importante para nosotros la pasión, el cariño o el compromiso? Una de las respuestas se encuentra en la satisfacción sexual. A lo largo de este capítulo se ha dejado clara la relación entre el amor y el sexo. Hasta tal punto que el amor pasional encuentra sus mejores sinónimos en el deseo y la atracción sexual. La motivación sexual diferencia claramente las relaciones amorosas de las amistosas. Amor y sexo van de la mano, haciendo la vida de los seres humanos muy interesante, pero también muy complicada, como nos recuerda Philip Roth, en *El animal moribundo*: «No importa cuánto sepas, no importa cuánto pienses, no importa cuánto maquines, finjas y planees, no estás por encima del sexo. Es un juego muy arriesgado. Uno no tendría dos tercios de los problemas que tiene si no corriera el albur de la jodienda. El sexo es lo que desordena nuestras vidas normalmente ordenadas. Lo sé tan bien como cualquiera». Estas palabras son confirmadas por las encuestas que se realizan sobre la sexualidad. En ellas, algo más de dos tercios de hombres dicen pensar en el sexo cada día, por un tercio de las mujeres.

Esta relación se pone de manifiesto en un estudio de Regan y Berscheid (1999) en el que se preguntaba a los participantes, en un formato de respuesta libre, que dijeran todas las características que consideraban prototípicas del amor romántico («estar enamorado»). Un total de 119

características se mencionaron de forma espontánea. El deseo sexual ocupó el segundo puesto en el ranking de frecuencias (65,8 por 100). Cuando los participantes pensaron en el amor romántico, dos tercios de los mismos, también pensaron en el deseo sexual. Otras características relacionadas directamente con el deseo fueron la actividad sexual (25 por 100), tocarse y acariciarse (17,5 por 100), besarse (10 por 100).

El deseo sexual es un estado psicológico experimentado por la persona como la conciencia de que quiere o desea alcanzar un objetivo sexual, supuestamente placentero, e inalcanzable en el momento presente (Regan y Berscheid, 1999). El deseo sexual es diferente de la activación sexual, usada habitualmente como sinónimo. Ésta se compone no sólo de un estado subjetivo o psicológico, sino que implica la activación fisiológica, genital y sexual. También la actividad sexual es diferente al deseo. No siempre la realización de la actividad sexual implica que haya deseo. Beck, Bozman y Qualtrough (1991) preguntaron a un grupo de personas si habían tenido alguna vez sexo sin que existiera deseo sexual. Un 60 por 100 de varones y un 82 por 100 de mujeres contestaron afirmativamente.

La satisfacción sexual es una de las consecuencias más directas de una relación amorosa. Ubiellos, Mayordomo, Páez y Barrientos (2008) identifican dos componentes en la satisfacción sexual: uno físico y otro emocional. El físico se refiere a la satisfacción con la última relación sexual; el emocional tiene que ver con la felicidad que proporciona la persona con la que se mantiene la relación sexual. A través de una encuesta que contestaron casi 3.000 personas representativas

de la población española encontraron que las personas casadas y las parejas de hecho están más satisfechas que las solteras, separadas, divorciadas y/o viudas. Las personas con relaciones estables manifiestan mayor satisfacción sexual que quienes refieren relaciones ocasionales. También observaron que el grado de enamoramiento se relaciona positivamente con la satisfacción sexual. Sin embargo, el nivel de enamoramiento no se relaciona con la mayor frecuencia de las relaciones sexuales, que incluso llegan a decrecer en el caso de parejas casadas.

#### 4.2. Relaciones de pareja y apoyo social

Junto con el sexo, los seres humanos esperan que una relación de pareja les proporcionen afecto, cuidado, atención, etc. (Cunningham y Barbee, 2000). La necesidad de amar y de ser amados encuentra su satisfacción en el contexto del denominado apoyo social informal, que es el apoyo que se deriva de las relaciones más íntimas, como la pareja o la familia, y su existencia tiene una influencia definitiva sobre la salud y el bienestar de las personas. Para que estos efectos benéficos se produzcan el apoyo social ha de ser percibido por quien lo recibe. Los tres tipos de apoyo social que pueden estar presentes en una relación de pareja pueden ser:

- a) Apoyo emocional. Este tipo de apoyo hace que las personas se sientan amadas o queridas y con sentimientos de ser valorados.
- b) Apoyo material o instrumental. Este tipo de apoyo se puede concretar en ayuda económica, ayuda doméstica, etc.
- c) Apoyo informativo. Con este tipo de apoyo las personas pueden resolver sus dudas o los problemas que tienen a través de consejos o información que reciben de sus parejas.

Los tres tipos de apoyo tienen efectos positivos sobre la salud, aunque generalmente es el

apoyo social emocional el que está más vinculado con el bienestar. De forma muy especial, el apoyo social se relaciona con la felicidad, sobre todo cuando las fuentes proveedoras de apoyo son la pareja y la familia. En un estudio sobre la calidad de vida Campbell, Converse y Rodgers, (1976) encontraron que los mejores predictores de la satisfacción vital fueron la vida familiar (coeficiente = 0,41), seguida del matrimonio (0,36) y las amistades (0,26). Otro estudio realizado por Argyle y Furnham (1983) sobre la satisfacción con diferentes fuentes de apoyo, encontraron que en las tres dimensiones de satisfacción, ayuda material y tangible, intereses compartidos y apoyo emocional, la principal fuente de satisfacción es el cónyuge, seguida de los amigos íntimos y los familiares y después los compañeros de trabajo.

El más claro ejemplo de una relación que produce felicidad es sin duda el enamoramiento y la principal fuente de apoyo emocional por tanto es la pareja (Argyle, 1992). Los estudios muestran que las personas casadas son por término medio más felices que las solteras, divorciadas o viudas, siendo mayor el efecto en los hombres casados que en las mujeres. En cambio los hombres solteros son menos felices que las mujeres solteras, por lo que parece que los hombres casados obtienen más beneficios del matrimonio que las mujeres. La mujer proporciona más apoyo al marido y es mejor confidente; en cambio las mujeres prefieren recurrir a sus amigas o familiares femeninos en busca de dicho apoyo.

El impacto protector de las relaciones de pareja sobre la salud depende del sexo. Así los varones recurren al apoyo social de su pareja para afrontar el estrés. Este apoyo social amortigua los efectos del estrés sobre las respuestas biológicas y sobre su nivel de salud. Además los conflictos maritales tienen menor efecto en los hombres que en las mujeres. Por el contrario las mujeres emparejadas experimentan elevadas respuestas de estrés durante buena parte del día y buscan más apoyo social de su familia y amigas que de sus parejas. Sus respuestas al conflicto marital son más intensas y con mayores alteraciones fisiológi-

cas. En su caso las ventajas sobre la salud del apoyo social marital son modestas (Taylor y Gonzaga, 2006).

Parece que la aparición de niños pequeños en la pareja disminuye la satisfacción matrimonial, aunque los autores que han estudiado el tema vienen a mostrar que aunque suponen un coste físico importante cuando son pequeños y emocional cuando son adolescentes, al mismo tiempo proporcionan una gran satisfacción y un apoyo emocional exclusivo de esa relación y de la que carecen las personas sin hijos. Los niños pequeños fundamentalmente proporcionan un apoyo emocional muy importante que tiene ver con el amor y la compañía. Cuando los hijos crecen constituyen una fuente importante de apoyo no sólo emocional sino también instrumental. Especialmente las hijas se convierten en las principales dispensadoras de cuidados (Argyle, 1992).

### 4.3. Relaciones estables y matrimonio

Sexo, vínculos afectivos, apoyo social, son algunos de los beneficios que proporciona una relación de pareja. Así que las parejas que permanecen unidas maximizan esas ganancias. Esta unión favorece la complementariedad de habilidades, la división del trabajo, el hecho de compartir recursos, un frente unificado contra los enemigos comunes, un entorno hogareño estable para criar a los hijos y una red familiar más amplia. No ser capaz de conservar a la pareja significa desperdiciar todo el esfuerzo empleado en la selección, atracción, cortejo y compromiso. El varón que no evita que su pareja le abandone se arriesga a perder el acceso a valiosas facultades para criar a los hijos y a la inversión maternal. La mujer que no conserva a su compañero se arriesga a perder los recursos, la protección y la inversión paternal que le proporciona. Teniendo en cuenta la elevada tasa de separaciones (aproximadamente un 50 por 100) es obvio que seguir juntos no es automático ni inevitable. Es un hecho sorprendente de la especie humana que un

hombre y una mujer, sin genes comunes, mantengan una unión solidaria durante años, décadas o la vida entera. Seguir juntos es una frágil empresa que plantea un conjunto único de problemas adaptativos, en cuya acertada solución intervienen diversos elementos (Buss, 2003).

Todas las sociedades humanas tienen alguna forma de emparejamiento estable. Esta forma de emparejamiento es bastante rara entre los mamíferos. Es más frecuente en muchas especies de aves, en las que la descendencia requiere un cuidado intenso de la madre y el padre. La unión asegura la cooperación en el cuidado de unos descendientes bastante desvalidos. Como se dijo más arriba, la vinculación amorosa es una característica universal de nuestra especie. El animal humano parece estar psicológicamente condicionado para formar pareja con una sola persona, cada vez. La monogamia sucesiva es la regla general. Pero la universalidad del amor no requiere de relaciones exclusivamente monógamas. Alguien definió alguna vez la monogamia como «tener un/a esposo/a y casi ningún amante». Lo cual viene a significar que, junto esta primaria estrategia de emparejamiento basada en los vínculos amorosos estables durante un largo período de tiempo, existe una estrategia secundaria, oportunista, que hace que hombres y mujeres tengan relaciones ocasionales o continuadas fuera de su relación principal (Fisher, 1994). Esta dualidad es fuente de algunos conflictos de pareja, como se verá más adelante.

La prevalencia de los vínculos de pareja basados en el amor no requiere de un sistema necesariamente monógamo. Daly y Wilson (1983) tras analizar 849 culturas observaron que sólo 137 eran estrictamente monógamas. La mayoría (708) practicaban la poliginia (un hombre con varias esposas). La poliandria (una mujer con varios esposos) sólo era practicada por cuatro de las sociedades analizadas. Sin embargo la gran mayoría de las sociedades en las que la poliginia está permitida, sólo del 5 por 100 al 10 por 100 de los hombres tiene más de una esposa; lo que indica que en las diferentes culturas los hombres tienden a casarse con una sola mujer a la vez.

#### 4.4. Conservación de la pareja

Seguir juntos puede ser una empresa complicada, a no ser que la pareja adopte determinadas estrategias para asegurar el éxito de la unión. En todas las especies los machos y las hembras siguen pautas que le garanticen el éxito en la conservación de la pareja, al menos, hasta que se produzca la fecundación. Las tácticas de los humanos para conservar la pareja adoptan intrincadas formas únicas de manipulación psicológica que las distingue de las del resto del mundo animal. Entre ellas se encuentra el suministro de recursos para que la pareja no se vaya, la manipulación emocional, el mantener a raya a los rivales, e, incluso, la violencia. Las tácticas de conservación de la pareja en los seres humanos pueden resumirse en (Buss, 2002):

- a) Las tácticas de vigilancia directa, consistente en acciones físicas encaminadas a mantener a la pareja bajo su vigilancia.

- b) Los incentivos intersexuales negativos, que son actos conducentes a manipular o amenazar a la pareja para que sea fiel.
- c) Incentivos intrasexuales negativos: Acciones de manipulación o amenaza a los rivales potenciales.
- d) Los incentivos positivos, como los favores sexuales o los regalos.
- e) Las señales públicas de posesión, que suelen consistir en conductas posesivas de la pareja.

En el cuadro 9.2 se muestra un cuestionario de 38 ítems que se agrupan en 19 tácticas de conservación de la pareja (Buss, Shackelford y McKibbin, 2008). Permiten valorar la frecuencia con la que una persona las utiliza en una relación amorosa estable. Muchas de las conductas que se recogen en este inventario tienen como objetivo el evitar que la pareja se implique en una relación extramarital y se relacionan estrechamente con la emoción negativa más presente en una relación de pareja, los celos, que se verá más abajo.

#### CUADRO 9.2

*Tácticas de conservación de la pareja, valoradas mediante un cuestionario de 38 ítems que se agrupan en 19 dimensiones (Buss, Shackelford y McKibbin, 2008)*

<b>Adornos de posesión</b>	Le he pedido a mi pareja que lleve un anillo, símbolo de nuestra relación. Le he regalado alguna joya que indicase a los demás que estaba comprometida.
<b>Amenazar con castigar la infidelidad de la pareja</b>	Me he enfadado cuando mi pareja ha «tonteado» demasiado con otro hombre/mujer. He amenazado con la ruptura si ella/él me engaña alguna vez.
<b>Amenazas intrasexuales</b>	He clavado la vista fríamente en un hombre/mujer que estaba mirando a mi pareja. He lanzado una mirada asesina a otro hombre/mujer cuando él/ella ha mirado a mi pareja.
<b>Amor y atenciones</b>	He felicitado a mi pareja por su apariencia. He mostrado mucho afecto por mi pareja.
<b>Devaluación de la pareja</b>	Les he dicho a otros hombres/mujeres que mi pareja era muy pesada y aburrida. Les he dicho a otros hombres/mujeres que mi pareja no era una buena persona.
<b>Devaluación de los competidores</b>	He señalado a mi pareja los defectos y fallos de otro hombre/mujer. Le he dicho que otro hombre/mujer era un imbécil.

CUADRO 9.2. (continuación)

<b>Exhibición de recursos</b>	Le he comprado a mi pareja un regalo muy caro. He llevado a mi pareja a un buen restaurante.
<b>Incentivos sexuales</b>	He sido muy complaciente sexualmente con mi pareja para mantenerla cerca de mí. He tenido una relación física muy estrecha con mi pareja para fortalecer nuestros lazos sentimentales.
<b>Manipulación del compromiso</b>	Le he dicho a mi pareja que necesitamos un compromiso mutuo absoluto. Le he pedido a mi pareja que se case conmigo.
<b>Manipulación emocional</b>	He dicho que no podría vivir sin mi pareja. Le he dicho que soy totalmente dependiente de ella/él.
<b>Mejora de la apariencia física</b>	Me he puesto más atractivo/a para mi pareja. He procurado estar agradable y guapo/a para mi pareja.
<b>Monopolización del tiempo</b>	He tratado que mi pareja pasase todo su tiempo libre conmigo. He pasado todo mi tiempo libre con mi pareja para que no pudiera estar con otras personas.
<b>Ocultación de la pareja</b>	No he ido con mi pareja a una fiesta en la que hubiera otros hombres/mujeres. He mantenido a mi pareja fuera de lugares en los que hubiera otros hombres/mujeres.
<b>Provocación de celos</b>	He hablado con otra mujer/hombre en una fiesta para poner celosa a mi pareja. He mostrado interés por otra mujer/hombre para enfadar a mi pareja.
<b>Señales de posesión física</b>	He pasado el brazo alrededor de mi pareja cuando estamos con otras personas. He cogido de la mano a mi pareja cuando hay otros hombres/mujeres delante.
<b>Señales de posesión verbal</b>	He hablado con mis amigos de lo muy enamorados que estamos mi pareja y yo. He presumido de mi pareja ante otros hombres/mujeres.
<b>Sumisión y degradación</b>	He cedido a todos los deseos de mi pareja. He estado de acuerdo con todo lo que dice mi pareja.
<b>Vigilancia</b>	He llamado para asegurarme de que mi pareja estaba donde me dijo que iba a estar. He curioseado entre las pertenencias personales de mi pareja.
<b>Violencia contra los rivales</b>	He conseguido que mis amigos le den una paliza a alguien que estaba interesado en mi pareja. He pegado a otro hombre/mujer cuando ha tratado de ligar con mi pareja.

#### 4.5. Conflicto marital

Las relaciones interpersonales son un lugar idóneo para el conflicto entre las personas. Éste acompaña a todos los grupos sociales y familiares. La convivencia, que habitualmente se da en las relaciones amorosas, incrementa drásticamente las oportunidades para las interacciones conflictivas. Es un contexto propicio para las violaciones de las fronteras interpersonales, con consecuencias casi siempre negativas (Canary, Messman, 2000).

A) La frecuencia del conflicto. Los conflictos de pareja se producen con una cierta periodicidad. Así, Lloyd (1987) encontró en parejas de novios que tenían una media de 4,8 desacuerdos cada dos semanas. Las parejas casadas señalan que tienen entre uno y dos desacuerdos desagradables cada mes (McGonagle, Kessler y Schilling, 1992). Estas frecuencias son moduladas en función de la satisfacción con la pareja. Las más insatisfechas tienen un incidente conflictivo diario. La frecuencia baja a uno cada cinco días en las parejas satisfechas.

B) Asuntos conflictivos. Casi todo el mundo sabe que los asuntos potencialmente conflictivos en una relación de pareja son infinitos: problemas de comunicación, sexuales, de celos, de reparto de las tareas domésticas, económicos y un largo etcétera. Algunas categorías en las que se pueden agrupar los conflictos de pareja son (Canary, Cupach y Messman, 1995):

1. Comportamientos específicos y concretos, como no poner el tapón del champú, o las interrupciones de la conversación.
2. Vulneración de normas de la relación, como no llamar si se va a llegar tarde a casa, o ser irrespetuoso con la pareja.
3. Rasgos de personalidad, como la pereza o el alcoholismo.

Una forma de conocer los conflictos es a través de las conversaciones de las parejas, en las

que se arrojan mutuas quejas en un intercambio defensivo y con una escalada progresiva de los problemas. Alberts (1989) mediante entrevistas a las parejas identificó cinco tipos de quejas: *a*) de la conducta, por ejemplo, echarse en cara las deficiencias en las tareas del hogar; *b*) de las características personales, «eres un/a pedante»; *c*) de ejecución, «conduces muy rápido/a» o «aparcas fatal»; *d*) protestas, «siempre te estás quejando; *e*) apariencia personal, «estás gordo/a».

C) Una de las fuentes principales de conflicto marital es la que tiene su origen en la violación de normas relacionales, como tener una relación extramarital o engañar a la pareja. También las parejas señalan otras transgresiones normativas: vulneración de la confianza o de la privacidad de la relación, olvido de planes o de fechas especiales, falta de reciprocidad en los sentimientos y la comunicación, celos y desconfianza, ruptura de promesas, etc. Jones y Burdette (1994) establecen un ranking de traiciones en las relaciones de pareja: aventuras extramaritales, mentiras, traición de la confianza, engaño, dejar plantado, carencia de apoyo, ignorar y evitar a la pareja, crítica y cotilleo.

#### 4.6. Infidelidad y celos

Una de las paradojas de las relaciones de pareja es que siendo la infidelidad la principal causa de conflicto, las relaciones extramaritales hayan acompañado históricamente a las diferentes formas de matrimonio que ha habido. El adulterio, el engaño, la infidelidad son términos estrechamente relacionados con el concepto de pareja estable. Las estadísticas son contundentes: desde el primer y escandaloso informe Kinsey sobre la conducta sexual de los norteamericanos, hasta las más recientes encuestas sobre el comportamiento sexual de los españoles, reflejan que la infidelidad declarada se da en un tercio de las parejas. En ninguna de ellas baja de un tercio el número de hombres y mujeres con incidentes extramaritales. Y esto es, seguramente, sólo la punta del iceberg; la vida secreta de las personas siem-

pre está por debajo del punto de flotación. Menos contaminados por la deseabilidad social, los datos de las pruebas de paternidad indican que no hay coincidencia biológica entre el padre y su descendiente en cerca de un treinta por ciento de las mismas (Platek y Shackelford, 2006). A pesar de ser un comportamiento tan habitual, un estudio transcultural sobre las causas de divorcio en 160 sociedades diferentes (Betzig, 1989), indican que la infidelidad se sitúa entre las primeras razones para una ruptura de la pareja. La realidad de una pareja infiel o la simple evocación de que pudiera serlo, desencadena en la mayoría de los seres humanos lo que se considera la experiencia más prevalente y potencialmente destructiva de las relaciones amorosas, los celos. Pocas cosas alteran tanto la vida de una pareja como una infidelidad; así que no es de extrañar que desde tiempos ancestrales los seres humanos se las hayan ingeniado para detectarla. El mecanismo de detección que la naturaleza ha puesto en sus manos es el de los celos, «el monstruo de los ojos verdes» shakesperiano.

Los celos sirven de contrapunto la infidelidad. Los celos son una emoción universal diseñada para alertar a un individuo de las amenazas a una relación sentimental importante y valiosa. Los celos hacen que, como Otelo, los seres huma-

nos prefieran «ser sapo y vivir de los miasmas de un calabozo que dejar un rincón de mi ser más querido para uso de otros». ¿No? Hagamos la prueba: «Imagine lector que un día descubre que su pareja ha conocido y se ha enamorado de otra persona mientras está comprometida con usted. Imagínesela diciéndole a esa otra persona «te quiero» y comportándose con ella de forma muy íntima y cariñosa. Piense que se ha unido a ella de tal manera que todos y cada uno de sus pensamientos giran en torno a esa otra persona y cada vez necesita y desea estar más tiempo en su agradable compañía. ¿Cómo se sentiría usted? ¿Y con este otro supuesto?: Un día descubre que su pareja está manteniendo relaciones sexuales con otra persona. Imagínesela probando y disfrutando diferentes y variadas posturas; hasta ver cómo su pareja practica sexo oral, el coito y tiene un orgasmo con la otra persona. Piense que todas sus fantasías sexuales giran en torno a esa persona y a la relación que mantiene con ella. ¿Qué tal? Pocos son inmunes a imaginar estas dos situaciones; menos a vivirlas realmente. En el estudio clásico de Buss, Larsen, Westen, y Semmelroth, (1992) se les pregunta a un grupo de personas cuál de las dos situaciones anteriores le disgusta más: la infidelidad emocional o la sexual. En la figura 9.7 puede apreciarse en el

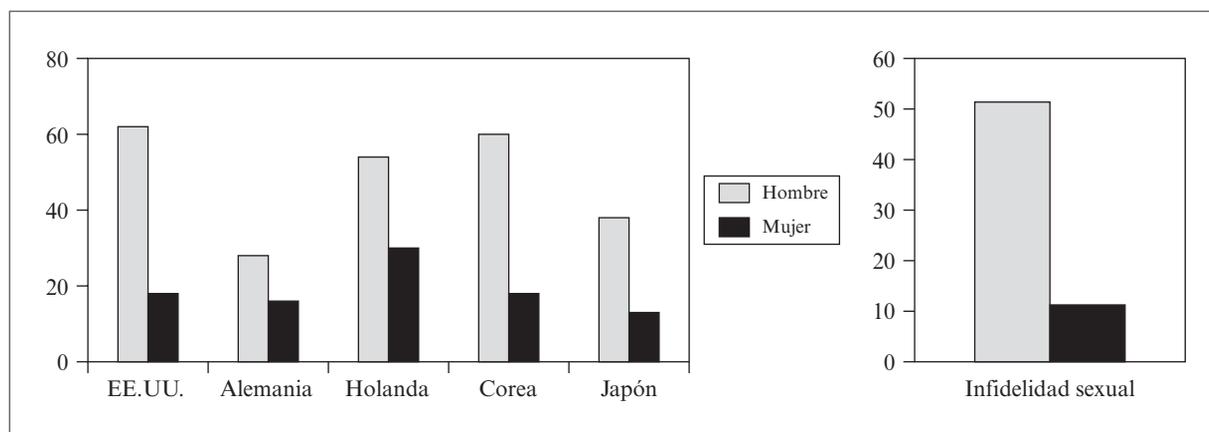


Figura 9.7.—Porcentaje de sujetos que eligieron la infidelidad sexual como más estresante, en distintos lugares del mundo (Buss, Larsen, Westen y Semmelroth, 1992) y en España (Gómez-Jacinto, Canto y Leiva, 2001).

gráfico de la izquierda que los varones de diferentes lugares del mundo se sienten más alterados que las mujeres por una infidelidad sexual. Mientras que ellas sienten más que ellos los efectos de una infidelidad emocional. A la derecha se muestra un patrón similar en nuestro país; la infidelidad sexual altera más a los varones que a las mujeres (Gómez-Jacinto, Canto y Leiva, 2001).

Tanto la infidelidad amorosa como la sexual mezclan en nuestra mente un cóctel emocional de cólera, miedo, vergüenza y tristeza. Ambos tipos de infidelidad son estresantes y proporcionan señales de la pérdida de recursos afectivos y sexuales valiosos. Hemos heredado esta respuesta emocional de nuestros ancestros más remotos. Desde la edad de piedra, quienes se afectaban ante los signos de un posible abandono del compañero y actuaban para evitarlo tenían una ventaja selectiva sobre los que no lo hacían. Quienes no impedían la infidelidad de la pareja tenían menos éxito reproductor. Nuestros antepasados de las cavernas se valían de diferentes estrategias para conseguir la fidelidad, siendo la vigilancia una de las más habituales. Lo mismo hacen esos millones de cavernícolas con móvil del presente post-moderno: vigilar, espiar, escudriñar en el confidente que más secretos escucha y, quizá, guarda, gracias al desarrollo de las nuevas tecnologías.

Buss (2000) recurre a la predisposición genética para explicar las diferencias entre hombres y

mujeres. Los celos son un mecanismo de mantenimiento de la pareja y las diferencias entre mujeres y hombres son debidas a los diferentes problemas adaptativos que han tenido que afrontar unas y otros durante el curso de la evolución para garantizar el éxito en la supervivencia y la transmisión de los propios genes. Las mujeres evolucionaron hacia los celos emocionales porque la infidelidad más amenazante para su prole consistía en que el hombre dirigiera sus recursos a otra mujer y a otros hijos. La evolución de los hombres hacia los celos sexuales tiene que ver con el intento de garantizar la paternidad y tener certeza de que las inversiones en la prole lo son en los propios genes.

Los celos se encuentran en el origen de muchas de las situaciones límite de una relación de pareja. Unas veces son la razón para la reactivación de una relación amorosa dormida. Otras veces se convierten en el origen de la violencia y el maltrato de las mujeres a manos de sus parejas sentimentales. En otras muchas son el principio del fin, la antesala de la ruptura y la disolución de la relación de pareja. En la actividad académica del capítulo se presentan diversas situaciones de infidelidad hipotética que permiten valorar si se es más vulnerable a los celos sexuales o a los emocionales. Una vez respondidas, se puede comprobar si los resultados se ajustan al patrón de los encontrados previamente.

---

## BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Buss, D. (2003). *La evolución del deseo*. Madrid: Alianza Editorial.
- Fisher, H. (2004). *Por qué amamos. Naturaleza y química del amor romántico*. Madrid: Taurus.
- Malach-Pines, A. (2002). *Enamorarse. Por qué y cómo elegimos a las personas de las que nos enamoramos*. Madrid: Acento.
- Sternberg, R. J. (2000). *El triángulo del amor. Intimidad, pasión y compromiso*. Barcelona: Paidós.
- Yela, C. (2000). *El amor desde la psicología social*. Madrid: Pirámide.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alberts, J. K. (1989). A descriptive taxonomy of couples' complain interactions. *Southern Communication Journal*, 54, 125-143.
- Argyle M. (1992). *La psicología de la felicidad*. Madrid: Alianza Editorial.
- Argyle, M. y Furnham, A. (1983). Sources of satisfaction and conflict in long-term relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 481-493.
- Aron, A. y Westbay, L. (1996). Dimensions of the prototype of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 535-551.
- Aron, A., Fisher, H., Strong, G., Acevedo, B., RIELA, S. y Tsapelas, I. (2008). Falling in love. En S. Sprecher, A. Wenzel y J. Harvey. *Handbook of relationship initiation* (pp. 315-336). Nueva York: Psychology Press.
- Beck, J. G., Bozman, A. W. y Qualtrough, T. N. (1991). The experience of sexual desire: Psychological correlates in a college sample. *Journal of Sex Research*, 28, 443-456.
- Berscheid, E. (2010). Love in the fourth dimension. *Annual Review of Psychology*, 61, 1-25.
- Betzig, L. (1989). Causes of conjugal dissolution: A cross cultural study. *Current Anthropology*, 30, 654-676.
- Bowlby, J. (1998). *El apego (el apego y la pérdida volumen I)*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Bredow, C. A., Cate, R. M. y Huston, T. L. (2008). Have we met before?: A conceptual model of first romantic encounters. En S. Sprecher, A. Wenzel y J. Harvey. *Handbook of relationship initiation* (pp. 3-28). Nueva York: Psychology Press.
- Buss, D. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and Brain Sciences*, 12, 1-49.
- Buss, D. (2000). *The dangerous passion*. London: Bloomsbury Publishing.
- Buss, D. (2002). Human mate guarding. *Neuroendocrinology Letters*, 23, 23-29.
- Buss, D. (2003). *La evolución del deseo*. Madrid: Alianza Editorial.
- Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D. y Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology, and psychology. *Psychological Science*, 3, 251-255.
- Buss D., Shackelford, T. K. y McKibbin, W. F. (2008). The mate retention inventory-short form (MRI-SF). *Personality and Individual Differences*, 44, 322-334.
- Campbell, A., Converse, P. y Rodgers, W. (1976). *The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*. Nueva York: Russell Sage Foundation
- Canary, D. J. y Messman, S. J. (2000). Relationship conflict. En C. Hendrick y S. S. Hendrick (eds.), *Close relationships. A sourcebook*. Thousand Oaks: Sage Publications, 261-270.
- Canary, D. J., Cupach, W. R. y Messman, S. J. (1995). *Relationship conflict*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Clark, R. D. y Hatfield, E. (1989). Gender differences in receptivity to sexual offers. *Journal of Psychology and Human Sexuality*, 2, 39-55.
- Cunningham, M. R. y Barbee, A. P. (2000). Social support. En C. Hendrick y S. S. Hendrick (eds.), *Close relationships. A sourcebook*. Thousand Oaks: Sage Publications, 273-286.
- Daly, M. y Wilson, M. I. (1983). *Sex, evolution and behavior: Adaptations for reproduction*. Boston: Willard Grant Press.
- Darwin, Ch. (1991). *El origen del hombre y la selección en relación al sexo* (1.ª edición en inglés de 1871). Madrid: Editorial EDAF.
- Delerga V. J., Winstead, B. A. y Greene, K. (2008). Self-disclosure and starting a close relationship. En S. Sprecher, A. Wenzel y J. Harvey. *Handbook of relationship initiation*. Nueva York: Psychology Press, 3-28.
- Driscoll, R., Davis, K. E. y Lipetz, M. (1972). Parental interference and romantic love: The Romeo and Juliet effect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24, 1-10.
- Fehr, B. (1988). Prototype analysis of the concepts of love and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 557-579.
- Ferrer Pérez, V. A., Bosch Fiol, E., Navarro Guzmán, C., Ramis Palmer, C. y García Buades, E. (2008). El concepto de amor en España. *Psicothema*, 20, 589-595.
- Festinger, L. (1950). Informal social communication. *Psychological Review*, 57, 271-282.

- Fisher, H. (1994). *Anatomía del amor*. Barcelona: Anagrama.
- Fisher, H. (2004). *Por qué amamos. Naturaleza y química del amor romántico*. Madrid: Taurus.
- Gil-Burmann, C., Peláez, F. y Sánchez, S. (2002). Elección de pareja estable a través de anuncios de periódico. *Psicothema*, 14, 268-273.
- Gómez-Jacinto, L., Canto, J. M. y García-Leiva, P. (2001). Variables moduladoras de las diferencias de sexo en los celos. *Revista de Psicología Social*, 16, 293-313.
- Gómez-Jacinto, L. y Hombrados-Mendieta, I. (2011). Análisis evolutivo de la diferencia de edad en la elección de pareja de los matrimonios celebrados en España durante el período 1976-2006. *Revista de Psicología Social*, 26, 73-89.
- Grote, N. K. y Frieze I. H. (1994). The measurement of friendship-based love in intimate relationships. *Personal Relationships*, 1, 275-300.
- Hampton, S. (2010). *Essential evolutionary psychology*. Los Ángeles: Sage.
- Hendrick, C., Hendrick, S. S. y Dicke, A. (1998). The love attitude scale: Short form. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 147-159.
- James, W. (1981). *Principios de psicología* (1.ª edición en inglés de 1890). México: Fondo de Cultura Económica.
- Jones, W. H. y Burdette, M. P. (1994). Betrayal in relationships. En A. L. Weber y J. H. Harvey (eds.), *Perspectives on close relationships*. Boston: Allyn y Bacon, 243-262.
- Kassin, S., Fein, S. y Markus, R. (2008). *Social psychology*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Kenrick, D. T. y Keefe, R. C. (1992). Age preference in mates reflect sex differences in human reproductive strategies. *Behavioral and Brain Sciences*, 15, 75-133.
- Kenrick, D. T., Gabrielids, C., Keefe, R. C. y Cornelius, J. S. (1996). Adolescents' age preferences for dating partners: Support for an evolutionary model of life-history strategies. *Child Development*, 67, 1499-1511.
- Kenrick, D. T., Sadalla, E. K., Groth, G. y Trost, M. R. (1990). Evolution, traits, and the stages of human courtship: Qualifying the parental investment. *Journal of Personality*, 58, 97-116.
- Lloyd, S. A. (1987). Conflict in premarital relationships: Differential perception of males and females. *Family Relations*, 36, 290-294.
- Malach-Pines, A. (2002). *Enamorarse. Por qué y cómo elegimos a las personas de las que nos enamoramos*. Madrid: Acento.
- McGonagle, K. A., Kessler, R. C. y Schilling, E. A. (1992). The frequency and determinants of marital disagreements in a community sample. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 507-524.
- Molero, F. y Cuadrado, A. (2008). Atracción interpersonal: el papel de la semejanza de las características psicológicas en la satisfacción y la duración de las relaciones de pareja. En J. F. Morales, C. Huici, A. Gómez y E. Gaviria (coords.), *Método, teoría e investigación en psicología social*. Madrid: Pearson-Prentice Hall, 365-375.
- Moya, M. (2007). Relaciones interpersonales: funciones e inicio. En J. F. Morales, E. Gaviria, M. C. Moya, I. Cuadrado (eds.), *Psicología Social*. Madrid: McGraw-Hill.
- O'Leary, K. D. y Smith, D. A. (1991). Marital interaction. *Annual Review of Psychology*, 42, 191-212.
- Pastor, G. (2008). *Conducta interpersonal: Psicología Social*. Salamanca: Publicaciones Universidad Pontificia de Salamanca.
- Platek, S. M. y Shackelford, T. K. (2006). *Female infidelity and paternal uncertainty*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Regan, P. y Berscheid, E. (1999). *Lust. What Know About Human Sexual Desire*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Renz, U. (2007). *La ciencia de la belleza*. Barcelona: Destino.
- Sangrador, J. L. y Yela, C. (2000). What is beautiful is loved: physical attractiveness in love relationships in a representative sample. *Social Behavior and Personality*, 28, 3, 207-218.
- Schachter, S. (1959). *The Psychology of Affiliation*. Stanford: Stanford University Press.
- Schmitt, D. P. (2008). An evolutionary perspective on mate choice and relationship initiation. En S. Sprecher, A. Wenzel y J. Harvey. *Handbook of Relationship Initiation*. Nueva York: Psychology Press, 55-74.
- Shackelford, T. K., Schmitt, D. P. y Buss, D. M. (2005). Universal dimensions of human mate preference. *Personality and Individual Differences*, 39, 447-458.
- Shackelford, T. K., Goetz, A. T. y Buss, D. M. (2005). Mate retention in marriage: Further evidence of the reliability of the Mate Retention Inventory. *Personality and Individual Differences*, 39, 415-425.

- Singh, D. (2002). Female Mate Value at a Glance: Relationship of Waist-to-Hip Ratio to Health, Fecundity, and Attractiveness. *Neuroendocrinology Letters*, 23, 81-91.
- Sternberg, R. J. (2000). *El triángulo del amor. Intimidad, pasión y compromiso*. Barcelona: Paidós
- Swami, V. y Furnham, A. (2008). *The Psychology of physical attraction*. Nueva York: Routledge.
- Taylor, S. E. y Gonzaga, G. C. (2006). Evolution, relationships, and health: The social shaping hypothesis. En M. Schaller, J. A. Simpson y D. T. Kenrick (eds.), *Evolution and Social Psychology*. Nueva York: Psychology Press, 211-236.
- Thornhill, R. y Gangestad, S. W. (1999). The scent of symmetry: A human sex pheromone that signals fitness? *Evolution and Human Behavior*, 20, 175-201.
- Trivers, R. (2002). *Natural selection and social theory*. Nueva York: Oxford University Press.
- Ubillos, S., Mayordomo, S., Páez, D. y Barrientos, J. (2008). Factores psicosociales asociados a la satisfacción sexual en la población urbana española. En J. F. Morales, C. Huici, A. Gómez y E. Gaviria (coords.), *Método, teoría e investigación en psicología social*. Madrid: Pearson-Prentice Hall, 621-640.
- Whitbeck L. y Hoyt, D. R. (1994). Social prestige and assortive mating: A comparison of students from 1956 and 1988. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11, 137-145.
- Wright, R. A. y Contrada, R. J. (1986). Dating selectivity and interpersonal attraction: Toward a better understanding of the «elusive phenomenon». *Journal of Social and Personal Relationships*, 3, 131-148.
- Yela, C. (2000). *El amor desde la psicología social*. Madrid: Pirámide.
- Zajonc, R. (1968). The attitudinal effects of mere exposure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9, 1-27.