

## INFIDELIDADES FAMILIARES

La *infidelidad* se suele entender como el mantenimiento de relaciones íntimas fuera de la pareja. No obstante, esta infidelidad sexual, aunque quizás sea la más dolorosa y la más dura prueba para una convivencia comprometida, no es la única forma de traición a la pareja. Y es que no sólo se engaña en el terreno sexual: cabe de igual manera la deslealtad a unos acuerdos, tácitos o explícitos. Por ejemplo, la ausencia de atención y de tiempo, el escatimar recursos (incluidos los económicos) o la falta de asunción de responsabilidades a partir de un momento dado, son campos donde un miembro de la pareja puede sentirse engañado. Además, de otra manera, también se puede ser infiel a los hijos y a otros miembros de la familia.

En los apartados que siguen vamos a presentar distintas aproximaciones al tema de la infidelidad. Recorreremos desde la biología hasta los aspectos más sociales; nos detendremos en las reacciones habituales, en las repercusiones para los miembros de la familia y, por último, ofreceremos unas líneas dirigidas a la posible superación de esta situación.

### La infidelidad entre la biología y la cultura

Muchas veces, al tratar de explicar el comportamiento infiel —o el fiel, pues es posible también aproximarse al fenómeno desde la posición contrapuesta— se recurre a la biología y se compara al ser humano con otras especies animales. En el mundo natural encontramos ejemplos de todo tipo: desde la promiscuidad de muchos mamíferos o aves hasta la absoluta fidelidad de otros (las ballenas y las cigüeñas, por ejemplo, procrean sólo con una pareja durante toda su existencia); desde la poligamia (leones, ciervos...) a la poliandria (hormigas, abejas, hienas...); desde los casos en que la reproducción masiva y continua es la norma hasta aquellos donde el coito es casi siempre exclusivo y mortal, por lo que sólo se puede realizar una vez en la vida (mantis, distintas arañas...). Entre las manadas de primates —un animal evolutivamente muy cercano a nuestra especie— lo habitual es una combinación de situaciones: los machos dominantes cuentan con varias hembras (entre las que incluyen a sus hijas); otros machos menos fuertes dominan sólo a una o dos; por último, los más débiles, casi nunca tienen posibilidades de procrear.

Nadie puede afirmar tajantemente que el ser humano es un animal de naturaleza monógama o polígama. Ni que los hombres sean de un tipo y las mujeres de otro. Existen tribus donde los hombres poseen muchas esposas, incluso en distintos espacios geográficos (varios poblados que recorren trashumantemente), pero en otras son las “reinas” las que cuentan con un harén de hombres. Sin embargo, lo que es evidente es que los hombres y las mujeres de nuestra cultura occidental presentan actitudes y comportamientos bastante distintos respecto a la infidelidad y respecto a los celos.

A la hora de explicar estas discrepancias muchas veces se han esgrimido justificaciones biológicas, pero para entenderlas es necesario primero recordar que, en la Naturaleza, lo fundamental es la transmisión de genes a la siguiente generación. Las mujeres, al ser las que gestan y dan a luz, se aseguran la transmisión de su propia carga genética, pero no así los hombres. Por ello, lo fundamental para el marido es tener la certeza de que el hijo que alumbró su mujer posee sus cromosomas y que no está gastando recursos (dinero, atención, esfuerzo, cuidados...) para sacar adelante al

descendiente de otro hombre. Esto explicaría por qué para los hombres la *infidelidad sexual* de su mujer es la más dolorosa. En buena lógica con lo dicho, la salida de casa de la mujer, su incorporación al trabajo y su mayor libertad de movimientos, que facilitaría las relaciones sexuales con otros hombres, explicaría una mayor tensión e inseguridad masculina.

Por su parte, la mujer, que debe asegurarse la ayuda del marido durante largos períodos del tiempo —época en la que, al tener que criar a su hijo, tiene más difícil adquirir recursos— viviría más dolorosamente la *infidelidad afectiva*; es decir, el hecho de que el hombre dirija su tiempo y cariño hacia otras mujeres rivales que le pueden acabar arrebatando bienes materiales y no materiales. De este modo, la mujer estaría más dispuesta a perdonar infidelidades puramente sexuales siempre que no se acompañen de compromisos afectivos (por ejemplo, una relación esporádica con una prostituta), pero no soportaría una relación comprometida y duradera con otra mujer (la tradicional *amante*).

Sin embargo, hoy en día todo esto ha cambiado. Para empezar, los períodos de cuidado de los hijos ya no implican la dependencia económica del hombre si se goza de un buen nivel de vida. Por otro lado, ahora las parejas pueden mantener relaciones sexuales con una alta frecuencia (por los métodos anticonceptivos, la pronta recuperación tras el parto o la pérdida de influencia de limitaciones morales y religiosas). Y, finalmente, existen tests para establecer fehacientemente la paternidad de los hijos. Por todo ello, las influencias evolutivas pierden su sentido. De hecho, muchas parejas esperan anhelantes la posibilidad de adoptar niños de otras razas y regiones del mundo, lo que implica una carga genética absolutamente distinta. Como seres humanos, y no puramente como animales, creemos que lo que transmitimos fundamentalmente a nuestros descendientes no son rasgos biológicos, sino nuestra manera de ser, nuestro cariño, nuestra memoria. Como en tantos otros ámbitos los seres humanos trascendemos nuestra biología. Todo ello explicaría por qué se ha ido produciendo un cambio de mentalidad que desdibuja los dos tipos de infidelidad descritos y las distintas reacciones ante ellos. Desdibuja, aunque naturalmente no borra, pues una biología cincelada durante miles de años no puede deshacerse en unas pocas décadas de cambios culturales.

### **Amor e infidelidad**

Para muchos, la infidelidad es fruto del desamor. No es que la justifique, pero sí se conceptúa como uno de los factores que la explica. Esto requiere una reflexión más detallada. De entrada, la concepción del amor imperante en nuestros días no es la misma que la que se poseía antiguamente. En realidad, es producto de un largo proceso de elaboración colectiva; y entre sus influencias más evidentes se hallan elementos de la época clásica y la filosofía platónica (en algún lugar existe mi otra mitad perfecta), del amor cortesano (el amor es como una enfermedad del alma a la que no podemos sustraernos, pero que nos procura los sentimientos más puros y elevados), del Romanticismo (el amor es una pasión que nos arrastra, más fuerte que nosotros, que nos obceca, y puede con todo: el resto del mundo no cuenta si se está junto al amado) y de los padres de la Cristiandad: San Agustín, San Jerónimo, Santo Tomás... (lo natural es la vinculación amor-sexualidad-matrimonio entre un solo hombre y una sola mujer).

Uno de los elementos nucleares de esta concepción es que la pareja idónea comparte todo: la intimidad individual se disuelve para formar una intimidad común. Ya

no hay secretos de cada uno, sólo hay secretos de la pareja hacia fuera. Arrastrar temas ocultos personales —defiende esta perspectiva— a la larga hiere de muerte a la relación.

Pero en el mundo real, casi ninguna pareja comparte absolutamente toda su intimidad. Por supuesto, hay ocultamientos más graves (una infidelidad prolongada, unas inclinaciones sexuales distintas de las esperadas...) que fácilmente acaban con la pareja; pero muchas otras que se dan en la práctica, en particular en el plano de los pensamientos y la imaginación, no son mencionadas, con objeto —se esgrime— de no provocar gratuitamente discusiones y situaciones incómodas.

Es difícil saber si compartir ciertos temas es beneficioso para la relación. Por supuesto, cuando algo importante se oculta e inesperadamente sale a la luz, el miembro ignorante se siente hondamente defraudado, y esta situación, sin duda, es perjudicial para la pareja. Las infidelidades sexuales corresponden a esta categoría y suponen siempre una dura prueba para la estabilidad matrimonial, para el amor mismo y para el respeto de los miembros de la pareja.

Muchas personas ven una contradicción en afirmar que se ama a alguien y que se le ha sido infiel. Desde esta perspectiva, nadie que ame a su pareja puede traicionarle así. No obstante, quizás sea más correcto afirmar que un amor profundo es el dique más seguro contra la infidelidad; pero ¿quién puede garantizar que un dique nunca y bajo ninguna circunstancia se romperá? Existen enfermedades, alteraciones transitorias (a veces motivadas por el consumo de alcohol), actos de los que no se aprecian las consecuencias en el mismo momento... que pueden también explicar la infidelidad con independencia del amor hacia la pareja. Sin duda existen muchos hombres y mujeres enamorados que engañaron a sus parejas, y que lo lamentan sinceramente. Aunque, es verdad, entre las infidelidades no es esta la situación más habitual y se ve con más frecuencia un comportamiento consciente y alevoso.

### **La infidelidad como venganza**

Para compensar el aislamiento, para vengar agravios, para herir, para humillar y para ofender un miembro de la pareja pueden servirse de la infidelidad sexual. Si la sangre llama a la sangre, la infidelidad sexual llama a la infidelidad sexual. Así que, cuando un miembro de la pareja se siente traicionado por las relaciones sexuales que ha mantenido su cónyuge, es muy posible que busque en los brazos de otra persona su desagravio. O, si no lo busca, al menos estará mucho más abierto a ello si se le presenta la ocasión.

Las personas más impulsivas y que toleran peor las frustraciones son las más propicias a escurrirse por esta peligrosa espiral. Nadie infiel a su pareja puede esperar que un acto así no tenga repercusiones si se descubre. Y es que, a la larga, cuando la pareja aún alberga sentimientos de afecto y mantiene el respeto, es complicado ocultar durante mucho tiempo algo tan importante. Más por sentimiento de culpabilidad que por descuido, las relaciones extra-matrimoniales acaban por desvelarse.

Cuando se produce este tipo de infidelidad, la compensación que se obtiene por la atención de otra persona está en un lado del fiel y el riesgo para la estabilidad de la pareja (y aun de la familia) en el otro. Por eso, muchas veces, se desea estar libre de las ataduras de toda una historia vital. Naturalmente, esto es imposible y se vuelve necesario asumir las consecuencias de los actos. De hecho, paradójicamente, si uno desea realmente vengar las frustraciones producidas por la pareja, ésta debe enterarse de la infidelidad. Sólo así “pagará del todo sus malas acciones”. Algunos pensarán que es

posible que el desagravio quede en el propio corazón, como una venganza íntima; no obstante, nadie puede negar que hará más daño en el caso de que se revele.

### **Crimen y... ¿alivio?**

Tras la confesión de una infidelidad caben distintas reacciones por parte de uno mismo y de la pareja. En un principio, confesar una infidelidad que se lamenta profundamente produce un sentimiento de alivio, pero muchas veces esta paz se esfuma al poco tiempo. Es más, es posible que pronto surja el arrepentimiento por haber hablado, dada la reacción de la pareja. También es paradójica, en ocasiones, la postura en que uno se halla tras referirlas. Si durante meses y meses, tal vez años, se ocultó un secreto por la difícil tesitura en que pondría —por ejemplo, una posible separación—, una vez dicho se puede apreciar que se sobrellevaría bien, y la persona se descubre con una resignación serena ante las consecuencias de sus pasados actos.

Cuando tenemos un hondo deseo por revelar un secreto importante, ensayamos mentalmente la escena en multitud de ocasiones. Pero si el secreto es, a nuestro juicio, tan inconfesable que casi tememos repetírnoslos interiormente por miedo a que se nos escape, entonces nuestra reacción al contarle es una incógnita.

No por casualidad, los estudios de Psicología Social sostienen desde hace años que es mucho más difícil contar cosas ingratas o sentimientos culpables del aquí y del ahora que del pasado, pese a que éstos sean mucho más trascendentales. Así, por ejemplo, nos resulta bastante más violento confesarle a nuestra pareja un flirteo ingenuo con una compañera de trabajo o una llamada del día anterior de una antigua relación que una infidelidad cometida hace cinco años, aunque lo primero puede ser una nimiedad y lo segundo crucial para la vida de una persona. El distanciamiento emocional que produce el paso del tiempo ayuda a contar aun lo más áspero, y, por eso, no es sorprendente que nos descubramos poco alterados emocionalmente cuando referimos algo doloroso que ocurrió hace mucho tiempo.

Aunque, ciertamente, deben conocerse las circunstancias de la pareja en concreto para saber tomar la mejor decisión sobre la confesión, es cierto que ocultar este tipo de hechos conduce a un alejamiento entre los miembros y a instalarse en la hipocresía. Por eso, aun a riesgo de la indeseada separación, revelarlo volverá la relación más genuina. Con toda seguridad, a cuento de la nueva situación, se hablará de problemas obviados durante mucho tiempo, pues cuando se establece una relación fuera del matrimonio tras un período de convivencia feliz suelen hallarse latentes varios problemas entre la pareja (abandono, desatención, rutina...) que, al menos en parte, pueden explicar la relación extra-marital. Además, es fácil que salgan a la luz ciertas dinámicas, presentes tal vez desde el inicio de la relación, que han podido emponzoñar la convivencia de forma insidiosa. Por eso, aunque resulta paradójico, algunas infidelidades (o, mejor, un buen afrontamiento de éstas) pueden llevar a mejorar la relación. Eso sí, si se produce un perdón auténtico.

### **Un asunto de todos**

Un secreto como las circunstancias que rodearon una infidelidad supone siempre un tema en extremo delicado. Tanto es así que, muy probablemente, afectará a todos los miembros de la familia y no sólo a la pareja, en especial si la duda por una infidelidad de la mujer hace sospechar al marido que los hijos no son suyos. Y esta coyuntura

puede hacer que los padres distingan entre los diferentes cariños que guardan hacia sus hijos.

El replanteamiento por parte de uno de los progenitores del afecto hacia sus hijos provoca inevitablemente todo un reajuste del sistema familiar. Si ahora son otros los queridos, o si no lo es ninguno en absoluto, las alianzas previas tienen que renegociarse o quizás deshacerse.

Por descontando, estas reacciones de los progenitores, aunque traten de disimularlas, afectarán a los hijos. Éstos aprecian los más leves cambios en el comportamiento de sus padres, pues sus relaciones familiares conforman lo más importante de su existencia, sobre todo cuanto más pequeños son. Y cuando los padres dedican toda su atención a los hijos y entienden su vida sobre todo en función de ellos, sus estados de ánimo, sus cambios, su falta de comunicación... influyen muy vivamente en sus vástagos.

Los padres deben hacer lo posible por no mezclar a los hijos en un problema de infidelidad. Es más, los hijos necesitan distanciarse por completo de los padres en estos asuntos. Todos los seres humanos con una maduración normal acaban por considerar legítimo seguir su vida de forma independiente, sin verse influidos por los problemas de los demás; por eso, si sus progenitores se inmiscuyen en exceso y les obligan a vivir unos acontecimientos muy por encima de su edad, aunque sea de forma bienintencionada, serán criticados y tratarán de desvincularse de sus padres. Al cabo del tiempo, en su madurez, si son capaces de comprender las circunstancias de sus progenitores, quizás puedan ser informados.

Sabemos que los hijos que notan “cosas raras” en la casa (medias palabras, críticas indirectas, etc.) y que aprenden que existen temas tabú (por ejemplo, papá no está en casa unos días y no se puede hablar de ello) adquieren mucho más precozmente y con más agudeza la capacidad para interpretar señales sutiles del medio donde se encuentran y, a la larga, son capaces de adivinar con más precisión y naturalidad las emociones disimuladas. Por supuesto, hay muchos medios para aprender estas habilidades, la infidelidad prolongada y conocida es sólo una vía. Pero, por descontado, no todo son ventajas, ni mucho menos. Los hijos que viven en un clima familiar así tienen mayores índices de estrés, más inquietud, problemas emocionales y pueden acabar por creer natural una vida familiar hipócrita e insatisfactoria.

### **¿Comenzamos de nuevo?**

Confesar una infidelidad no es ningún final, pero puede ser un principio. Volver a rehacer una pareja implica estar dispuesto a dejar atrás el pasado, a perdonar, pero también a cambiar conductas que, si vienen de antiguo, tienen un fuerte arraigo. Sólo con una voluntad mantenida es posible reorientar una nave que salió de puerto largo tiempo atrás. Pero es necesario contemplar la faena con objetividad y plantearse que el esfuerzo que habrá que dedicarle será enorme. A esto hay que añadir otro problema: todo ese trabajo por volver a levantar el edificio familiar puede quedar en nada, pues muchas veces éste, pese a su apariencia, es vulnerable a los menores contratiempos ya que queda herido estructuralmente por la infidelidad.

Las reacciones ante una confesión de infidelidad son difíciles de prever. Es probable llevarse las mayores sorpresas. Los que parecían más inclinados a poner la casa patas arriba, ante la perspectiva real de los cambios, optan por dejar pasar las cosas; sin embargo, aquellos que parecían preferir la vida cómoda de la estabilidad sin

cuestionamientos, de pronto se muestran dispuestos a tirarlo todo por la borda. No hay psicólogo en todo el mundo capaz de predecir ciertas reacciones.

La separación es otra alternativa. Humillado por la infidelidad, el miembro de la pareja traicionado puede creer que lo mejor es deshacer la relación. Algunos se arrepienten de ello al cabo del tiempo y piensan que deberían haber sido más flexibles, pero otros concluyen que esa actuación fue la más digna que podía darse. Quizás si el perdón no es posible supone un camino más halagüeño que una convivencia llena de reproches. Sin embargo, no conducirá a la tranquilidad si el que deseó la ruptura usa esa separación para castigar al “traidor” y que pague así su culpa. También se vuelve perjudicial una situación en la que no se da el paso por temor, pusilanimidad, miedo excesivo a encontrarse solo... En estas ocasiones muchos se escudan en valores como la importancia de la familia, o en justificaciones como el perjuicio que para los hijos supone *siempre* la separación. Por descontado que la separación es un mal trago para los hijos. Pero con independencia de su edad es mucho peor una situación de agresión permanente (moral y, por descontado, física) entre los padres.

Lo que sí es cierto es que la única manera de volver realmente página y aprovechar la desagradable experiencia de la infidelidad pasa por eliminar todo resto de rencor y mostrarse dispuesto a un olvido sincero. Aquél que alimenta su vida con la venganza y abriga el deseo de utilizar la infidelidad como arma arrojadiza nunca acabará de superar este acontecimiento; su sombra penderá siempre sobre la relación.

*Anna Karenina* de Tolstoy es una obra inmortal que ha hondado en la infidelidad de una manera mucho más lúcida de lo que se recoge en este artículo. En un momento de la obra (Parte IV, Capítulo 17), cuando la protagonista está a la borde la muerte, su marido, conocedor de su infidelidad, la perdona de corazón. El amante de Anna, el Conde Vronsky, observa entonces la grandeza de espíritu que, en ese momento, refleja el acto de perdón del marido al hablarse así:

*“(...) Me decidí por el divorcio e hice diligencias en este sentido. Confieso que antes de entablar la demanda vacilé mucho... Pero el deseo de vengarme de ella y de usted hizo desaparecer mis escrúpulos. Es más, debo decirle que he deseado la muerte de Anna. Pero... pero la vi y la perdoné. Y la felicidad que experimenté perdonando me mostró claramente mi deber. He perdonado sin reservas, con absoluta sinceridad. Sólo pido a Dios que no me sea quitada la dicha de perdonar”.*

**Jorge Barraca Mairal**  
**Doctor en Psicología**