



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

"El desiderátum en el amor y desamor: Estudio de caso en mujeres y hombres"

T E S I S

**QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

P R E S E N T A

Omar Alexi Hernández-Arroyo

Directora: Dra. Diana Isela Córdoba Basulto

Dictaminadores: Dr. Angel Corchado Vargas

Lic. Verónica Estela Flores Huerta



Facultad de Estudios Superiores
IZTACALA

Los Reyes Iztacala, Edo de México, 2023



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIAS

A las y los participantes:

Por la confianza que me tuvieron al contarme sin ninguna reserva, sus experiencias, lo que sienten y cómo han vivido sus relaciones socioafectivas y su vida en general. Muchas gracias, Shwty, Jessica, Bell, Mar, Tom, Mario, Pacheco y Carlos, ya que sin cada una/o de ellas/os no hubiera podido lograrlo.

A la Dra. Diana Isela Córdoba Basulto:

Por su apoyo incondicional desde la primera vez que nos conocimos hasta este momento, donde damos por concluido este trabajo de investigación que con mucho cariño hemos hecho. Asimismo, me ha enseñado mucho como persona y profesional, dejando una huella en mi vida.

Al Dr. Angel Corchado Varga:

Por su acompañamiento y apoyo incondicional, genuino interés y la confianza que me ha dado desde que nos conocimos y que nuestra relación personal como profesional ha crecido de manera exponencial, muchas gracias por estar en mi vida, dejando una huella inolvidable.

A la Lic. Verónica Estela Flores Huerta:

Por su valioso cuestionamiento y asesoramiento para esta investigación, pues me acompañó en un proceso de deconstrucción y un continuo cambio en mi esencia y ser con respecto a como veo la vida, mis acciones, palabras y sentires.

Al Lic. Pablo Morales Morales y a la Lic. Mónica Aranda García:

Por su gran ayuda en este proyecto que, sin su apoyo la presentación de esta investigación no hubiera podido realizarse.

A mi mamá Azucena Arroyo:

Que, sin su apoyo incondicional, paciencia, motivación y su gran sabiduría, no hubiera podido llegar hasta este momento. Ella es una de las personas más importantes para mí, donde me di cuenta que el esfuerzo y la dedicación valía cada segundo. Que me hizo valorar y amar mi carrera y ser cada día mejor Psicólogo, sobre todo como persona.

A mi papá Carlos Hernández:

Por su infinito amor y acompañamiento desde el día en que nací hasta este momento que concluyo la Licenciatura. Él me enseñó, gracias a su vasto conocimiento, diversas formas de ver la vida, así como educarme con total libertad y siempre estar para mí. Asimismo, brindarme las herramientas para enfrentarme a los obstáculos que la vida me ha puesto.

A mi hermana Lizzet Hernández:

Por estar conmigo en los momentos más felices como en los más difíciles, por apoyarme a pesar de que ella también está estudiando. Simplemente por estar conmigo en cada espacio de mi vida y por cada juego o risa que hemos compartido.

A mi hermano Carlos Hernández:

Por sus valiosos y gratos consejos, apoyos económicos y un cariño sincero que me brindó durante este proceso y en mi vida general, que, sin su apoyo hubiera dejado esto a medias. A pesar de la distancia, está pendiente de mis avances y por cada juego o risa que hemos compartido.

A Pechan y Scamp:

Por estar conmigo y alegrarme el corazón todos los días.

A mis tíos Mario Arroyo, Felipe Arroyo y a mi tía Julia Arroyo:

Por su preciado apoyo, guía, consejos y recomendaciones en todo ámbito, que me compartían desde que era un niño y me han servido hasta este momento para culminar una etapa muy importante en mi vida. Asimismo por confiar en mí y motivarme, por impulsar mis estudios y aprendizajes con sus experiencias, por el apoyo moral y económico, agradezco a la vida poder tenerlos a mi lado.

A mi abuelita Marha Contreras y mi abuelito José de Jesús Arroyo:

Por su provechoso acompañamiento, cuidado, cariño, tradiciones, sabiduría desde que nací. Me enseñaron que no hay imposibles y que la dedicación nos puede llevar a lugares muy altos. Gracias por heredarnos sus grandes sueños y aspiraciones, porque luchando se pueden lograr cosas increíbles.

A Sergio Ortega:

Por ser la mejor persona del universo, me mostró que estar juntos es un privilegio y que con su ayuda puedo conseguir lo que quiero y deseo, concluyendo una parte de mi camino.

A Tania Ortega:

Por su inmenso y magnífico cariño desde el día que nos conocimos, por apoyarme y brindarme su sabiduría en la realización de esta tesis y acompañarme a lo largo de los años para desarrollarme y ser mejor persona cada día. Por ser muy especial en mi vida, honor a quien honor merece.

A Fernanda Rivera:

Por su gran apoyo desde el primer día de clases de la carrera, donde hemos construido y co-construido nuestro Ser y nuestra esencia. Por enseñarme a realizar un trabajo sensible y humano, posee un gran tacto y nobleza.

A Vanessa Narvaes:

Que me vió crecer y estar en mi vida desde la infancia y que me acompaña hasta este momento, por su apoyo durante toda la carrera, sus ánimos y palabras me llenan de alegría.

A Angelica Guillen:

Por su apoyo incondicional, brindándome la motivación y escucha para no perderme en mi camino, siendo una guía, un faro en mi vida. Shine bright like a diamond.

A Berenice Hernández:

Por el apoyo y la compañía que me ha brindado a lo largo de mi vida, por los momentos felices y difíciles, por el afecto, sinceridad y comprensión, tengo la fortuna de conocerla. You showed me a power that is strong enough to bring sun to the darkest days.

A Carolina Rangel:

Por alegrarme mis días y noches, ser una persona inteligente, dedicada y sobre todo una excelente acompañante en mi vida. Equilibradamente intensa.

A Oralia González:

Por sus magnificas técnicas y preparación para que mi aspecto físico se mantuviera estético durante 4 años y lo que resta de vida.

A la UNAM, CCHN y FESI:

Por ser mi segunda casa y formarme tanto profesional como personalmente, soy gracias a esta Universidad.

A la Beca “Beca de Titulación - Egresados Alto Rendimiento 2022 - 2023”:

Por apoyarme económicamente para concluir de manera satisfactoria mi formación profesional.

RESUMEN

Introducción: El presente trabajo centra su interés en el desiderátum, entendido como aquellos significados impuestos que son aprendidos como leyes o normas culturales sobre cómo se debe de pensar, sentir y actuar según lo políticamente correcto o incorrecto de acuerdo al género. El amor y desamor juegan un papel importante llevando a las personas a estar y participar de una forma particular en las relaciones amorosas (formas en las que deben ser, actuar y pensar al tener una pareja). **Objetivo:** Analizar los significados del Desiderátum en la construcción del amor y desamor en jóvenes universitarios/as. **Metodología:** Para esta investigación se consideró el enfoque cualitativo cuya finalidad es profundizar en la esencia de un tema, comprendiendo y analizándolo de manera particular en realidades específicas y contextos naturales. Se utilizó el Estudio de Caso. También el uso de un cuestionario en un Formulario de Google, donde se contestaron las preguntas de la forma más explícita posible, brindando detalles y ejemplos sin importar la extensión de sus narraciones, así como una entrevista semiestructurada definida como una conversación donde se comparten visiones del mundo, significados y sentidos de sus experiencias. Se hizo uso del análisis de contenido categorial cualitativo como estrategia metodológica para clasificar, resumir y tabular la información obtenida. **Resultados:** La valiosa información que se encontró a partir del cuestionario y de las entrevistas, se organizó en tres principales ejes; I) Mandato o decisión: ¿Qué es el desiderátum?, II) Tragedia o felicidad: Experiencias sobre las relaciones social, afectiva, erótica y sexual y III) Entretejiendo el desiderátum: Impacto de la pandemia COVID-19 en las relaciones socioafectivas. **Conclusiones:** Se encontró que podemos tener un checklist para elegir a las personas, sin decir que es correcto o incorrecto, solamente existen posibilidades de relacionarse, no negando uno ni aceptando otro como norma o ley, sino comprender que pueden ser.

Palabras clave: Desiderátum, amor, desamor, normas, leyes, contextos naturales.

Índice

Introducción.....	8
1.1 Planteamiento del problema	27
2. Metodología.....	29
2.1 Acercamiento al campo de estudio.....	29
2.2 Participantes.....	29
2.3 Procedimiento.....	31
2.4 Herramientas metodológicas.....	31
2.5 Ejes de entrevista.....	33
2.6 Estrategia analítica.....	33
2.7 Ejes de análisis.....	33
3. Resultados.....	34
3.1 Mandato o decisión: ¿Qué es el desiderátum?.....	34
3.1.1 Destino o libertad: Construcción del desiderátum según el género.....	37
3.1.2 Relacionarnos desde la sexualidad.....	45
3.1.3 El inicio de la vida sexual activa (IVSA).....	47
3.2 Tragedia o felicidad: Experiencias sobre las relaciones social, afectiva, erótica y sexual.....	55
3.2.1 El yin y el yang: La incógnita del amor en el desiderátum.....	65
3.2.2 Del flan a la gelatina de agua: El desiderátum del desamor.....	67
3.2.3 Cómo te ven te tratan: La importancia de la apariencia física en las relaciones socioafectivas.....	69
3.2.4 Eres o no eres: La personalidad ideal para tener relaciones socioafectivas.....	73
3.2.5 Encender la llama del amor: Experiencias que mantienen una buena relación socioafectiva.....	79
3.2.6 Apagar el fuego: Motivos por los cuales se terminan las relaciones socioafectivas.....	82
3.3 Entretejiendo el desiderátum: Impacto de la pandemia COVID-19 en las relaciones socioafectivas.....	85

4. Análisis y discusión	92
4.1 Mandato o decisión: ¿Qué es el desiderátum?.....	92
4.1.1 Destino o libertad: Construcción del desiderátum según el género.....	95
4.1.2 Relacionarnos desde la sexualidad.....	101
4.1.3 El inicio de la vida sexual activa (IVSA).....	104
4.2 Tragedia o felicidad: Experiencias sobre las relaciones social, afectiva, erótica y sexual.....	107
4.2.1 El yin y el yang: La incógnita del amor en el desiderátum.....	113
4.2.2 Del flan a la gelatina de agua: El desiderátum del desamor.....	116
4.2.3 Cómo te ven te tratan: La importancia de la apariencia física en las relaciones socioafectivas.....	119
4.2.4 Eres o no eres: La personalidad ideal para tener relaciones socioafectivas.....	122
4.2.5 Encender la llama del amor: Experiencias que mantienen una buena relación socioafectiva.....	125
4.2.4 Apagar el fuego: Motivos por los cuales se terminan las relaciones socioafectivas.....	128
4.3 Entretejiendo el desiderátum: Impacto de la pandemia COVID-19 en las relaciones socioafectivas.....	130
Conclusiones	133
Propuestas	139
Referencias	140

Introducción

La vida de una persona es demasiado fuerte, pero a la vez muy débil, puede construirse, reconstruirse y co-construirse, así como apagarse, morir y quedar pérdida en el tiempo. Se esperaba (aunque algunas partes del mundo lo negaban) desde hace varios años una Pandemia de origen viral con terribles y catastróficos resultados, donde habría cambios en la cultura/sociedad jamás antes vistos, pensábamos que tardaría mucho más, sin embargo, nos tomó por sorpresa.

No teníamos los recursos y herramientas para enfrentar algo tan grande, eso ocasionó varios estragos, que hasta ahora (después de 2 años y medio) no hemos podido sanar. En diciembre del 2019, el Ministerio de Salud de China informó a la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre 41 pacientes que tenían “neumonía atípica grave” (inflamación en los pulmones), debido a una infección por un virus propagado en un mercado de mariscos y animales exóticos en la ciudad de Wuhan, China (Escudero, et al, 2020).

Este virus es llamado SARS-CoV-2 (COVID-19, COronaVirus Disease 2019), pues se integra al cuerpo a través de las secreciones respiratorias (sustancias liberadas), permitiendo que una persona contagiada, pueda infectar de 2 hasta 10 personas, teniendo una incubación (desarrollo del virus) de 7 a 14 días (Escudero, et al, 2020). En marzo del 2020, se reportó que 37,364 personas fuera de China estaban contagiadas por este virus, la OMS en cuestión de días anunció oficialmente que habíamos entrado en una “Pandemia”, refiriéndose a que el virus afectó a gran parte del sector geográfico, así como su fácil traslado y mortalidad (Escudero, et al, 2020; Carrillo, 2021).

En el caso de nuestro país, México, el 24 de marzo del 2020, se anunció la restricción de las actividades esenciales y no esenciales, un protocolo de estricto confinamiento y distanciamiento social (Escudero, et al, 2020). La máxima velocidad de propagación del COVID-19, fue ocasionada por factores económicos, políticos, sociales, climáticos y principalmente por la salud mundial (enfermedades crónico-degenerativas, mala alimentación, situaciones emocionales y comportamentales) (Escudero, et al, 2020).

Uno de los principales objetivos del Gobierno de México con el programa “*Quédate en casa*”, fue salvar a la mayor cantidad de personas posibles de esta terrible enfermedad. Sin embargo, tuvo efectos colaterales que cambiaron el rumbo de nuestra sociedad, ocasionando que se develaran múltiples eventos, como el miedo a contagiarse, alegría por quedarse en casa, desarrollar emociones y sentimientos como la ansiedad, estrés, amor, felicidad, estabilidad y/o comodidad, asimismo la pérdida o ganancia de relaciones socioafectivas (Carrillo, 2021; Rodríguez y Rodríguez, 2020).

Esto puso en la mira lo inestable y/o estable que somos, es decir, nos hizo cuestionarnos si podíamos vivir aislados/as o no, llegando a la conclusión que la única forma de desarrollarnos es mediante la interacción y socialización con otras personas (Ángeles y Hernández, 2022). Entonces, ¿cómo los gobiernos alrededor del mundo “conociendo nuestra necesidad de socialización”, determinaron un confinamiento estricto durante 2 años? Fue para salvar vidas, pero ¿a qué costo?

¿Cómo se pudo socializar e interactuar en este confinamiento? Las redes sociales y los medios de comunicación potencializaron su uso, creando desinformación, así como poderosas maneras de comprender cómo es el mundo actualmente y el gran impacto de cómo debíamos comportarnos, sentir, pensar y ser. Gracias o no, la comunicación a distancia (videollamadas, mensajes de texto, mensajes directos, llamadas telefónicas), se convirtió en “un resguardo” para algunas personas y “una invasión” para otras.

En cualquier caso, las personas que consideran sus hogares como algo privado, se vieron obligadas a pasar a lo público o semipúblico, según Rabotnikof (1995) menciona que lo público es todo aquello que pertenece, es accesible, visible, abierto y es de importancia a una comunidad, a la inversa, lo privado es inaccesible, cerrado, oculto, aunque sea relevante para las demás personas no se muestra, por último, lo semipúblico, es todo aquello que la persona decide mostrar y/o ocultar. Entretejiendo de manera rápida lo que debe de hacer, sentir, pensar y lo que no.

Sumergiéndose así, en conflictos relacionales de lo que debían mostrar u ocultar, ya que al estar en confinamiento (para no contagiarnos) tuvimos que buscar maneras de tener contacto con las personas cercanas, así como las responsabilidades del trabajo, la escuela, las citas en los hospitales, psicológicas,

etcétera. Por lo que transitamos caminos desconocidos, tomando decisiones sobre los lugares que debíamos mostrar en una videollamada, por ejemplo, una esquina de la recámara, cocina, sala de estar, patio, jardín, parque, y si no era del agrado personal, se ponía un fondo de pantalla neutro para cubrir los lugares privados y así poder controlar la privacidad.

Dando cuenta de la confianza y seguridad que les brindaba cierto espacio del hogar o las que descubrieron que ni en su hogar se sentían así, cuestionando si en verdad lo privado podría ser público o viceversa. Teniendo una polaridad; 1) Un exceso del control en la privacidad, a saber, ocultando todo aquello que, para las personas eran/es importantes o 2) Una disposición para mostrar lo privado, convirtiéndose en público o semipúblico.

Estas pérdidas, encuentros y nuevas formas de ser, llevaron a cuestionar y profundizar lo importante que son las relaciones socioafectivas, pues generaron “vulnerabilidad y riesgo, por la falta de libertad, de desplazamiento y pérdida de privacidad” (Rodríguez y Rodríguez, 2020, p. 219). A saber, antes de la Pandemia, la mayoría de las relaciones socioafectivas tenían 2 Actos de Amor para que fueran duraderas; I) debían de verse la mayor parte del tiempo (si es que no vivían juntas) con la intención de demostrar interés, amor y compromiso. II) Tener contacto físico (abrazos, besos, tocamientos) para demostrar el cariño y la cercanía, ocasionando que no se diera nada por hecho.

Sin embargo, durante la pandemia, hubo una prohibición impuesta, así que no podíamos realizar los Actos de Amor que estábamos acostumbrados a hacer por tres razones; a) Sanciones públicas, es decir, salir del hogar, no usar cubrebocas, no tener una distancia mínima de metro y medio era considerado un castigo. b) Consecuencias a la salud, el contacto físico estaba juzgado como una forma de no cuidado y quien lo hacía se contagiaba. Y c) La muerte, generando culpa, remordimiento y juicios por haber violado las normas impuestas.

Entonces, no nos podíamos ver presencialmente por miedo a la muerte, así que se retomaron, modificaron y adaptaron los cinco lenguajes del amor propuestos por Chapman (1992), que en esta investigación los nombramos Actos de Amor para demostrar el afecto y mantenimiento de las relaciones socioafectivas; En primer lugar, las *Palabras de afirmación*, se demuestra el amor mediante la palabra

hablada (verbal), por ejemplo, las peticiones, cumplidos, cosas positivas y palabras de aprecio, que son estimulantes para sentirnos motivados. Empero, en la pandemia este Acto de Amor, se convirtió de la palabra hablada, a la palabra digital, así que cualquier palabra debe de escribirse y mandarla a la otra persona, permitiendo que se pueda leer una y otra vez.

En segundo lugar, es el *Tiempo de calidad*, se expresa a través de la unión, en otras palabras, se debe de tener una atención plena (sin distracciones) en la persona amada, disfrutando cada segundo en que se encuentren juntos (de manera presencial) para que pueda ser escuchada y comprendida. Sin embargo, durante la Pandemia se modifica, entendiendo que el tiempo de calidad son las llamadas de larga duración por teléfono celular (para escucharse, entenderse y comprenderse), las videollamadas para contemplarse y ver películas, series, así como escuchar música juntos y así disfrutarse.

En tercer lugar, el *Recibir regalos*, se visibiliza el amor por medio de la atención en los detalles y estar en el pensamiento de la otra persona, proporcionando así la búsqueda de un regalo (no necesariamente tiene que ser costoso o que conlleve dinero, por lo que también pueden ser realizadas con puño y letra), convirtiéndonos en “buenas” personas dadoras. La Pandemia desestabilizó los regalos presenciales a los regalos tanto virtuales o a domicilio, por ejemplo, hacer un video con los momentos más alegres con la otra persona, regalar fotos, imágenes, publicaciones en redes sociales, enviar TikTok’s, así como enviar comida, flores, objetos al hogar de la persona amada.

En cuarto lugar, son los *Actos de servicio*, se demuestra el amor a partir de hacer algo que sabemos que le gusta a la persona amada, a saber, complacer y servir porque se ama, por ejemplo, realizar favores, cocinar, tareas del hogar, dar todo lo que se tiene, etcétera, se necesita de tiempo, energía y planeación para que se haga de la mejor manera. Durante la Pandemia, estos actos de servicio se demostraban al subir fotos, videos, publicaciones, historias (de Instagram, Facebook, WhatsApp), incrementando la objetivización de las personas en propiedades y ofrecer toda la ayuda necesaria, sin justificaciones o mentiras, en resumen, “*tienes que demostrar que estas en relación conmigo para que todas las personas lo sepan*”, impactando en la calidad de vida de las personas.

Y, por último, el *Contacto físico*, es una manera de comunicar amor e intimidad, puesto que el cuerpo necesita el calor de la otra persona a través de besos, abrazos, caricias, tener relaciones sexuales, toqueteos y roces en todo el cuerpo, gracias a esto, la persona se siente amada e íntimamente conectada, ocasionando que no haya dudas del amor y el afecto que se tiene. Todo cambió en la Pandemia, pues fue el único Acto de Amor que se quedó en “el olvido obligatoriamente”, en consecuencia, comenzaron los rompimientos en las relaciones socioafectivas, hubo infidelidades, mentiras, ocultamientos y compromisos quebrantados. Poco a poco el contacto físico se retomó, existían besos con el cubrebocas puesto, palmadas en la espalda o brazo, acercamiento menos del metro y medio, solo así las relaciones socioafectivas podían funcionar.

No obstante, tenemos como premisa que solamente en la interacción y socialización, nos desarrollamos y aprendemos a conocer, comprender y entender el mundo que nos rodea y a nosotros/as mismos/as, somos agentes de transformación y cambio, nos construimos y co-construimos gracias a lo que se vive día con día (Ángeles y Hernández, 2022; Méndez, 2018). Vygotsky, respalda lo antes mencionado, pues desarrolló durante la mitad de su vida, ideas que después llevaron a la creación de un enfoque psicológico llamado Sociocultural, su principal objeto de estudio, es que las prácticas sociales, nos transforman, construyen y expresan la mente humana (Shweder, 1990; Ángeles y Hernández, 2022).

Asimismo, las personas son moldeadas por la cultura que ellas mismas crean, mediadas por el lenguaje como herramienta, podemos decir que la cultura y la mente son una sola, ya que se constituyen entre sí (Lucci, 2006; Álvarez y Río, 2013; Perez, 2017). Sin embargo, ¿qué es la cultura? Ángeles y Hernández (2022) nos mencionan que “es el campo específico de lo intelectual y lo artístico, de cuyo seno irradian características psicológicas particulares de ideologías, signos, valores, creencias y normas de la práctica social” (p. 212). En tal caso, el desarrollo se va transformando todo el tiempo, ya que siempre estamos expuestos a diferentes contextos y experiencias como es el caso de la pandemia y lo que ahora se debe o no hacer y ser.

Podemos ver que no somos totalmente independientes, sino que necesitamos de las personas, la interacción constante con las demás nos abre la

oportunidad para cuestionarnos sobre nuestro actuar y nuestra forma de pensar, en este sentido, cada sociedad tiene su propia cultura llena de prácticas sociales, dando un proceso de significados, normas, ideologías, leyes, costumbres y tradiciones, en resumen, las personas se desarrollan en una pluralidad de contextos sociales (Hojholt, 2005; Yoseff, 2012; García et al., 2021).

Siguiendo la misma línea, la sociedad va influir (aunque en diferente medida y forma) de manera multidireccional, como es el caso de las relaciones socioafectivas (cualquier relación que involucre un vínculo afectivo, por ejemplo, relaciones familiares, de amistad, pareja, etcétera.) y su gran impacto en la pandemia, teniendo como principal agente; el amor, construyendo, co-construyendo y reconstruyendolo, como lo hemos visto hasta este momento, por lo cual nos cuestionamos; ¿Qué es el amor?, una pregunta difícil de contestar que ha llevado a diferentes respuestas, causando controversias y pactos de lo que debería o no ser el amor. Sin embargo, nadie se ha puesto de acuerdo para llegar a una sola definición o ¿será que no la hay?

Para entrar en contexto y comprender la importancia de este término daremos algunas definiciones que han pasado a lo largo del tiempo; La psicología sociocultural, lo define como el compartir experiencias y co-construirse. García et al. (2021), menciona que el amor tiene como principal objetivo, establecer “lo que significa enamorarse” así como las “formas de sentir, comprender, expresar, definir y vivir” (p. 65). Por otro lado, Castro (2001) entreteje que el amor pasa a través del espacio y tiempo.

Sternberg (1986) por su parte, dice que el amor debe de tener tres componentes fundamentales; 1) la pasión, basada en la unión, deseo sexual y atracción, 2) intimidad, refiriéndose al afecto y cercanía de otra persona y 3) compromiso, teniendo presente que deben de permanecer juntos. Fromm (2014), menciona que el amor es todo un arte que necesita mucha práctica para ser dominado, pues conlleva una decisión de vivir con otra persona y compartir experiencias.

La teoría feminista define al amor como la práctica de relaciones sociales y sexuales, más allá de lo psicológico, emocional y sentimental, como una forma de dominación y sumisión (Velázquez, 2021). Algunas personas piensan que el amor

es tener una conexión emocional, sexual y física con una sola persona para toda la vida, otras personas, relatan que el amor es poseer y despersonalizar a otra persona para su beneficio (García et al., 2021).

Ahora que sabemos algunas definiciones de lo que es amor, veamos lo que significa el desamor, ¿si no se tiene las características mencionadas, no se ama?, ¿será lo contrario al amor?, ¿cómo es que tantas canciones, poemas, retratos hablan del desamor? Para Linares (2010) es la evolución negativa del amor, asociándose con la separación, crisis y sufrimiento de la persona amada. Santa (1996) menciona que el desamor es el fracaso, desgracia, desconexión, desapego, error, indiferencia, aborrecimiento, falta o inexistencia de sentimientos con la persona vinculada.

Por otro lado, Cáceres, et. al. (2009) expresan que el desamor es la reconstrucción del futuro, teniendo pérdidas en la imagen personal, física, psicológica, etcétera., también están en un estado de sufrimiento, en palabras de las autoras “mientras más significativo es lo perdido, más duele” (p. 45). Giraldo (2018), menciona que el desamor es un proceso traumático para la persona que lo sufre, quitando toda intención de un bienestar psicológico.

Para Goicoechea (2018) el desamor es el rompimiento de un vínculo afectivo, aprendiendo a vivir con duelos, las personas se encuentran a sí mismas, permitiendo el cuestionamiento de su propia apariencia física e identidad, y cuáles fueron las causas, consecuencias y estrategias para esta ruptura. En palabras de Peral, et al. (2021) “implica la despedida o muerte simbólica de alguien querido, lo que exige al individuo realizar ajustes cognitivos, conductuales y emocionales (p. 858).

Podemos percatarnos de que cada definición de amor y desamor tiene un significado e historia contextualizada, aun así, tienen un deber ser de cómo comportarse, sentir y comunicar. Cada autor/ra nació en un lugar distinto con costumbres, hábitos y en circunstancias diferentes, por lo tanto, se tiene un desarrollo particular que puede complementar o contrastar con el nuestro (Yoseff, 2012). Estas definiciones de amor y desamor pueden causar ansiedad, depresión, felicidad, alegría, asombro, sin embargo, nos preguntamos ¿cómo saber lo que es correcto, bueno, lo mejor o todo lo contrario para cada persona?

El concepto del amor y desamor es creado y narrado por diferentes medios informales como leyendas míticas, cuentos, libros, novelas, series de televisión, películas, redes sociales (Facebook, Instagram, WhatsApp, Twitter), música. Y formales, como; instituciones religiosas, escuela, trabajo y el eslabón más importante, la familia (García et al., 2019). Dando por consecuencia las siguientes preguntas, ¿cómo sé que siento amor por una persona?, ¿cómo es que me llegan a gustar ciertas personas?, ¿es amor o desamor?, ¿cómo sabemos que somos atractivos/as o que alguien más es atractivo/a?

Según López (2019) desarrollamos el don de la atraktividad desde la infancia. La familia es la primera institución donde se construye y co-construye la subjetividad de cada persona, esto sirve como una guía, que da atribuciones físicas, emocionales, psicológicas, formas de comportarse para producir y reproducir prácticas cotidianas, generando así un deber ser (García et al., 2019). De la misma manera, nos aceptan, valoran y reconocen.

Asimismo, la cultura va marcando lo que es “bonito”, “feo”, “hermoso” y “horrible”, que obviamente son muy subjetivas, sin embargo, controlan las relaciones socioafectivas sin siquiera darnos cuenta. Este “deber ser” está implícito y arraigado en cada uno/a de nosotros/as, pues no solamente sirve para ver cómo nos vemos, sino que va más allá (López, 2019). Esto quiere decir que la atracción es una valoración tanto personal como de otros/as, que nos sirve para elegir con quién nos relacionamos, no sólo con la vista, sino también con los olores, sabores y ciertas manías (López, 2019).

Existen cinco factores fundamentales para sentir atracción por una persona; I) seguridad, II) confianza, III) aceptación, IV) comprensión y V) bienestar. Por ende, tendrán más atracción las personas que se sientan protegidas por otra y viceversa. La atracción supone un deseo, y el deseo implica la selección de una persona u objeto que se prefiere, en palabras de López (2019) “el deseo es sentido y se expresa en atracciones. Una cosa es el hambre y otra las cosas que más nos gusta comer” (p. 52).

Sin embargo, el deseo se ha definido por instituciones religiosas, ideológicas y científicas como la única energía orgánica (actividad biológica) e instinto que motivan, el cual necesita descargarse si o si para que la persona se mantenga sana

(López, 2018). Se concluye, según la sociedad actual, que la actividad sexual, es el deseo, es una condición necesaria y única para que se tenga un bienestar. Por otro lado, el deseo es una motivación vital que ayuda al bienestar, el sexual es uno de ellos, pero hay otras formas de estar con una persona u objeto. Tal y como lo dice López (2018) “el deseo es sentido e interpretado por cada persona, en el cuerpo, en la mente y, sobre todo, en su dinámica emocional y social” (p. 48). Es decir, el deseo sexual, emocional y físico, es contextualizado y subjetivo, pues depende de qué, cómo, dónde, para qué elegimos a una persona.

La realidad es que el deseo se diferencia del amor por los substratos neurobiológicos, ya que el deseo se da mediante los estrógenos y andrógenos (Manrique, 2013), en consecuencia, si hay atracción y deseo, existe el enamoramiento y posteriormente el amor. El enamoramiento, se ha categorizado como aquel estado de bienestar donde la persona se siente en las nubes y es punto clave para que una relación de pareja dure, ya que potencializa a escalas sin precedentes al deseo y atracción.

Esto produce un exceso de sustancias que generan un estado de felicidad u obsesión, donde la persona se encuentre alerta y no tenga nociones de cansancio, en palabras de López (2019) “aumentan la capacidad de atención, concentración y motivación que provoca una sensación de exceso de vitalidad y energía” (p. 52). Está asociado con procesos bioquímicos que involucran neurotransmisores como la dopamina, serotonina y oxitocina.

Según Manrique (2013) la dopamina está asociada a la motivación y concentración, cuando las personas están enamoradas solo la motiva, y desea a una sola persona. La serotonina se le reconoce como la hormona de la felicidad, pues produce efectos de bienestar. Esta sensación que provoca puede compararse a la de una droga por lo adictiva que puede ser, pues la persona exige dosis altas de atención, sin embargo, llega un punto donde la persona genera resistencia a la dopamina.

Es aquí donde se piensa que el enamoramiento se acaba, pero entra la oxitocina que conduce a un vínculo más profundo y maduro. Todo este proceso se genera después de pasar por el deseo y atracción, al tal punto que “solo tiene ojos

para una sola persona”, todo lo que entra por sus sentidos (gusto, oído, olfato, tacto, vista) es invadida por la persona que eligió (López, 2019).

El enamoramiento es parte de la motivación para hacer “cambios bruscos de estilo de vida” (López, 2019, p. 53). Asimismo, no se aburre, ni se cansa, todo lo mantiene en una gran expectativa, no ve los defectos ni mucho menos las cosas que deja de hacer, aunque éstas le afecten. Pues construyen, co-construyen y reconstruyen los significados al estar con otra persona, por ejemplo, lugares físicos o simbólicos.

El amor, desamor, atracción, deseo y enamoramiento es entendido por cada persona de manera diferente, contextualizada. Aunado a esto, la perspectiva de género nos invita a reflexionar y cuestionar los diferentes roles que se nos han marcado, específicamente a las personas que se consideran mujeres y hombres, puesto que el desarrollo biopsicosocial es diferente para cada una/o de ellas/os. Trayendo como consecuencia la creación de diferentes estereotipos de lo que hacen los hombres y las mujeres cuando están enamoradas/os, por ejemplo, las mujeres son las que deben de dar regalos y dar un orden en la relación. Los hombres deben ser protectores, proveedores y poderosos.

En general, deben de procurar y complacer en todo a la otra persona, así se demuestra que se aman y que no hay necesidad de irse con alguien más (López, 2019), más o menos como decir “tú eres mío y de nadie más”, “no te vayas, yo te hago feliz”. Por lo que nos preguntamos ¿qué dicen las personas, los artículos de investigación, las páginas web y las redes sociales de lo que debe de ser y hacer una persona enamorada? Las respuestas son infinitas y contextualizadas, así que ninguna está mal o bien, simplemente son, por lo que podemos comprenderlas.

En lo que concierne a Castro (2001) la persona tiene comportamientos románticos, donde deben de ser adecuados y correctos, pues son manifestaciones sinceras de amor, por ejemplo, el apego, protección, cooperación, “el intercambio mutuo, expresión de sentimientos íntimos y la validación consensuada de merecimientos personales” (p. 28). Para Ojeda et al. (2010) los principales signos de una persona enamorada son el infinito apoyo, comunicación, afecto, seguridad y compromiso, y se miden a través “los hechos, las acciones, detalles, esfuerzos, dedicaciones y tolerancias, que son un reflejo del nivel de energía que se invierte

hacia la relación, que redundan en tiempo, espacio e interés” (p. 128). La mayoría de estas cosas, no son cuestiones materiales, sino psicológicas, pero con un tinte de sacrificio de tiempo, esfuerzo y dinero

Las redes sociales y páginas de internet, determinan lo que debe de hacer y ser una persona que está enamorada, por ejemplo; El Personalista (s.f.), Chávez (2018) y Brante (2015) mencionan que las mujeres son buenas para expresar sus emociones, ama, apoya, valora, deja de hacer lo que sea que esté haciendo y va corriendo a ayudarlo, caen rendidas a los pies de la persona que aman y hacen todo lo necesario para darles felicidad.

A saber, las mujeres quieren pasar más tiempo con esa persona, sonríe con frecuencia ante comentarios e incluso ante la sola presencia, busca contarle cómo le fue en su día, lo incluye en todos sus planes de futuro, mediante detalles expresa su amor, sus conocidos/as saben la existencia de esa persona, toma la iniciativa para empezar y para mantener una conversación, orientada a obtener la atención de la persona (Aduara, 2020; Ruiz, 2017; Perezera, 2015).

Por otro lado, las acciones que hace un hombre cuando está enamorado son las siguientes; busca la manera de volver a ver a la persona, hace locuras, la admira, siempre está pendiente, se vuelve su prioridad, la persona se siente absolutamente segura a su lado y con lo que siente, planea citas especiales y románticas con anticipación, la quiere para él (Glover; Kirchheimer, 2021).

Pero esas acciones no se quedan ahí, de la misma manera, González (2020), Acosta (s.f.) y Antonacci (s.f.) dicen que los hombres se ponen nerviosos, su tono de voz pasa de ser aguda a ser grave porque según es más atractiva, escriben poemas, canciones, te dedican canciones que les hacen recordar a ti, versos románticos y confesiones de amor: todo esto será una corriente interminable de mensajes electrónicos. La fidelidad y el compromiso se relacionan muchas veces con el amor, puesto que la fidelidad es exclusividad (aún no se tiene bien estructurado el concepto) (Marie-France et al., 2020), El compromiso, es lo más importante en las relaciones de pareja, pues es el punto de partida para que perdure esa relación, da seguridad, confianza y deseo a quedarse juntos por el resto de sus vidas (Ojeda, et. al., 2010).

El tener compromiso con una persona es que está enamorada, sin embargo, existen 3 tipos de compromiso propuestos por Ojeda, et, al., (2010): 1) Presión social, se basa en el compromiso que se espera por la familia y amigos. 2) Relación moral, se basa en una ideología religiosa o una creencia social. 3) Pareja monitoreo, se sienten libres de estar juntos y se acepta el compromiso. En palabras de Ojeda, et al., (2010) el compromiso “se expresa en nombre del amor, por él y para él” (p. 132). Nos sorprende la variedad que hay en torno a la infidelidad, ¿qué pasa con la fidelidad que se alimenta de la exclusividad? El compromiso va de la mano con la fidelidad, ya que es la responsabilidad e interés que tiene una persona por otra para estar durante mucho tiempo juntas; comparten planes y metas (Marie-France et al., 2020).

Sin embargo, Manrique (2013) se pregunta “¿por qué la mayoría de individuos termina enamorándose de quienes los atraen sexualmente y no simplemente buscamos la pareja con mejores cualidades como para compartir toda una vida?” (p. 32). Asimismo, responde:

“Los vínculos de amor se forman usualmente entre quienes tienen mayor proximidad o contacto. El deseo sexual promueve un fuerte motivo para un contacto extendido, por lo que finalmente la mayoría de personas termina enamorándose de quienes los atraen sexualmente” (p. 32).

De otro modo, el desenamoramiento es un estado desigual en las relaciones socioafectivas, ya que una persona comienza a sentir insatisfacción y la otra no puede/quiere cubrir todas las necesidades que se le presentan. Es decir, el desenamoramiento empieza desde los reclamos, exigencias hasta la indiferencia. generando sentimientos de culpa, remordimiento y rechazo, por lo tanto, Chicchon y Tirado (2020) mencionan que la persona insatisfecha, busca por medio de otras vías de satisfacer todas sus necesidades con la intención de desprenderse lo más rápido posible de la pareja, a saber, la persona en cuestión está “reestructurando mentalmente su vida y cuando se sienta listo dejará la relación” (p. 24) a través de las posibilidades que le presenten.

Para Alonso (2019) el desenamoramiento es un darse cuenta de la cruda realidad del ser, dicho de otra manera, se despojan las idealizaciones, expectativas

y virtudes que se han impregnado en la otra persona, en consecuencia, la persona afectada tiende a dejar toda la responsabilidad, culpa y remordimiento a la pareja que se encuentra aún enamorada. En lo que concierne a Vargas (2018) toma el desenamoramiento como una luz que ilumina nuestro camino, ya que nos ayuda a darnos cuenta que nada es para siempre y que el amor es terrenal, nada de otro mundo o universo, aunque no niega que la vivencia de este suceso es equivalente a la muerte.

A lo cual, nos preguntamos ¿qué dicen las personas, los artículos de investigación, las páginas web y las redes sociales de lo que debe de ser y hacer una persona enamorada? Las respuestas son infinitas y contextualizadas, así que ninguna está mal o bien, simplemente son, por lo que podemos comprenderlas. En el caso de Gallego (2020) comparte 3 puntos clave para que sepamos si estamos en la etapa del desenamoramiento; La primera es la Pérdida de la Intimidad, refiriéndose a la degradación del contacto físico (ahora hay menos abrazos, besos, sexo, deseo) ya no hay una excitación corpórea al estar con la otra persona. En segundo lugar, es la Pérdida de Confianza, ya no existe comunicación para decir lo que sienten y piensan, por lo que se ocultan las cosas hasta el grado de mentir. Y, en tercer lugar, Baja Autoestima, se ven como personas tontas, estúpidas sin habilidades, aptitudes, incluso una apariencia física horrenda.

Para Linares (2010) las personas se olvidan de las fechas importantes, como los cumpleaños, el día en el que se conocieron, y requieren momentos solitarios en la intimidad. Respecto a Aros (2021) nos brinda 6 señales para identificar los comportamientos de una persona que se está desenamorando:

- 1) Ya no quiere pasar la mayor del tiempo disponible con la pareja, existe un desinterés y se ven cada vez menos.
- 2) Ausencia de elogios y detalles, se le olvida con intención o no, elogiar la apariencia física, acciones buenas o simplemente por ser una persona amada.
- 3) La comunicación falla, ya no existe una conversación que dure más de 5 minutos.
- 4) Encontrar atractivas en todos los sentidos (cuerpo, rostro, voz, acciones, etc.) a otras personas.

- 5) Ya no soportan los conflictos, berrinches o complacencias de la pareja.
- 6) Comienza la infidelidad de tal manera que es un escape para la persona en cuestión.

Marie-France et al. (2020) mencionan que la infidelidad, por su le sobran significados, pues va desde la ruptura y daño emocional, físico y sexual hacía una persona, traición y mentira, hasta el aburrimiento, “cualquier involucramiento emocional que ocasione deterioro del vínculo amoroso oficial” (p. 9). ¿Qué pasa ahora con la pandemia donde se ama sin estar? El amor, desamor, atracción, deseo, enamoramiento y desenamoramiento han creado diferentes mitos, entendiendo al mito como las creencias, ideologías, prejuicios que son aceptados (aunque dañinos) y llevados a la práctica sin necesidad de justificarlas (López, 2019).

El mito más común es el de la “media naranja o almas gemelas”, se piensa que la persona que elegimos está predeterminada y destinada para cumplir con la tarea de completarnos (García et al., 2019). Partiendo de esto, se crean mitos más profundos, por ejemplo, el de “la fidelidad y exclusividad”, se cree que los deseos sexuales, emocionales o físicos solo “deben de” satisfacer a una sola persona, y si no se cumple no se ama (García et al., 2019).

Otro mito es el de “encontré a mi príncipe o princesa”, se tiene la ideología que alguien nos va a salvar de nuestros problemas, pero no cualquier persona, sino una fuerte o débil, sobre todo con atributos físicos excelentes y que juntos todo lo soportan y superan porque se aman (García et al., 2019). Un mito que ha causado revuelo estas últimas décadas es “los celos son buenos”, pues se piensa que si la persona con la que tenemos una relación nos cela constantemente es porque nos ama incondicionalmente (García et al., 2019).

Siguiendo el hilo del mito anterior, surge uno similar con tintes de perfección, “el amor todo lo soporta”, se refiere a que la persona tiene que aguantar malos tratos y humillaciones por amor, esperanzado que la persona cambie esas actitudes o acciones, perdonando todo lo que afecte su bienestar (García et al., 2021). Por último, el mito, de “el amor es entrega total”, tomando al amor como la felicidad total, o sea que se tiene una pareja para ser feliz, si no se tiene es infeliz, asimismo se

deja de lado la vida personal (familia, amistades, vida laboral, académica y/o profesional, actividades de ocio) no se vale realizar actividades por separado (García et al., 2021).

Como se puede entender, estos mitos están sostenidos por la cultura y las prácticas sociales. ya que se va construyendo a partir de las vivencias de cada persona en una época sociocultural particular, afectando a las mujeres y hombres a lo largo de la vida, pues tienen que cumplir con los roles que le son asignados, a partir de un “deber ser” (Cazés, 2000). Pero eso no se queda ahí, ya que se crean mitos y leyendas sobre el amor y lo que “debe de” ser correcto, aceptado, bueno y lo que no, como se ha mencionado anteriormente (García et al., 2021).

Para comprender cómo se ha llegado hasta este momento de normalización del amor, desamor, atracción, deseo, enamoramiento y desenamoramiento, hablemos desde la perspectiva de género; pues tiene implicaciones económicas, políticas y culturales, desde una manera integral, histórica y dialéctica para brindar una sociedad equitativa, igualitaria y justa (Cazés, 2000).

Esta perspectiva es un parte aguas para comprender y entender las relaciones socioafectivas. Hacemos juicios de lo que debe o no ser el amor, por ejemplo, al decir que las mujeres son inferiores a los hombres (machismo), asimismo, categorizamos a las personas cuando le tenemos un odio por su género (misoginia) y de forma sutil o brutal las hacemos menos, violentamos, ridiculizamos, etcétera. (Cazés, 2000). Estas prácticas se justifican por los roles de género que “debe” cumplir las mujeres y hombres para que brille la sociedad, Rubin (1986) menciona que las acciones de más de 2000 años, han priorizado a los hombres posicionándose como los privilegiados y a las mujeres como las derrotadas y débiles de esta sociedad.

Por ejemplo, a los hombres se les obliga, a través del “deber ser” a que sean los dominantes, con mucha fuerza, dinero en exceso, buena salud física (músculos marcados), que sean comprometidos-responsables (López, 2019). Así como a las mujeres se les obliga a tener cuerpos de “reloj de arena”, con una buena salud física, emocional y psicológica, que sea inteligente y un alto deseo sexual (López, 2019).

Ya que el ejercicio del poder contra las mujeres y cualquier género es una forma de opresión e imposición de cualquier ideología, cayendo en el castigo y sentencia (Lagarde, 2005). Sabemos que como hombres nos limitamos a opinar sobre la historia de la mujer y así será a lo largo de esta investigación, poniendo sobre la mesa, las posturas que constituyen a cada persona. Asimismo, podemos abrirnos a la experiencia y cuestionar nuestro “deber ser”, se requieren diferentes perspectivas para abordar una situación y así visualizar mayores soluciones, resultados y cambios en la sociedad para una mejor comprensión del presente y así construir el futuro.

Si un punto de vista, ideología, creencia, movimiento, organización, etcétera, se vuelve parcial se monopoliza el discurso, y eso nos parece una forma de “desvalorizar” diferentes opiniones, pensamientos, sentimientos, emociones, etcétera, en pocas palabras violentar. Asimismo, cada persona puede decidir cómo vivir, seguir, dejar y/o replicar, empero, se cae en lo “políticamente correcto e incorrecto”. Como investigadores, seguir la ética profesional nos da las pautas necesarias para llegar a una aproximación de comprensión de los significados, experiencias y sentidos de cada persona, sin tener una mirada parcial de lo que se piensa, sino brindar la ayuda necesaria a cada persona, No queremos decir que tengamos que invalidar lo que pensamos, más bien es entender cada manera de pensar para llegar a negociaciones.

Exploremos tres momentos que marcaron las relaciones de poder y el “deber ser”: 1) el capitalismo, es el conjunto de las relaciones sociales de producción (conversión de dinero), no distinguía el género/sexo, pues decía que la única opresión y subordinación era de clases, donde se creaba y expandía la capital mediante la plusvalía (el capitalista recupera el costo del salario más un incremento) (Rubín, 1986).

En ese momento, lo único que importaba era eso, que se generaba a partir del trabajo de las personas obreras, ya que eran producto de las necesidades de las personas (Rubín, 1986), pero ¿quiénes eran las personas obreras? La mayoría de la clase trabajadora era hombre ¿quién se quedaba en el hogar? La mujer, donde se convirtió en doméstica, pues ¿quién iba a mantener en forma al trabajador que aportaba dinero al hogar?

El trabajo doméstico es un elemento clave en el proceso de reproducción del trabajador, cayendo en que la mujer debería de servir a los hombres y los hombres a la plusvalía, quedando las mujeres en “su sitio” el “hogar”, en algunas culturas se le conocía como domesticación de las mujeres (Rubín, 1986). Por otro lado, 2) el psicoanálisis puso un parte aguas para el cuestionamiento de las mujeres, pues comentan que el deseo sexual es igual para todas las personas, diciendo que las mujeres solo desean a los hombres y viceversa (Rubín, 1986).

Si un hombre era afeminado estaba enfermo y mal, lo mismo con la mujer si era masculina. 3) las organizaciones sociales, eran parte fundamental del capitalismo, si existe una producción en la familia, existe una producción en el trabajo (Rubín, 1986), posteriormente se convirtieron en sistemas que categorizaron a las mujeres y hombres; la familia como sistema sexual de reproducción (procreación) y la economía como sistema económico de producción.

Poco a poco las tareas se dividieron por sexo: las pesadas y que conllevaban fuerza, eran echas por “hombres”, y todas las delicadas las hacían las “mujeres”. Estos sistemas han ocasionado que se les vea a las mujeres como productos/objetos de valor y bienestar. Es un punto crucial para la sociedad porque se comenzó a “vender”, “dar”, “compartir” y “pasar de mano en mano” a las mujeres para un beneficio de los hombres (Rubín, 1986).

En pocas palabras es un “intercambio de mujeres”, aceptando que ellas no tienen derecho de sí mismas; un ejemplo muy común es cuando el padre entrega a la novia (Rubín, 1986). A saber, los hombres se posicionan como las personas que proveen al hogar y las mujeres como las domésticas para el cuidado de la familia y su reproducción, dejando un legado en la historia (Rubín, 1986). Quedando hasta nuestros tiempos, que las mujeres se encuentren en el ámbito privado (estar para otros) y los hombres en el ámbito público (estar para sí mismos).

Por ende, las personas al ser divididas en la sociedad patriarcal (hombres y mujeres), se entienden, comprenden y significan el amor totalmente diferente, llevando así distintos roles para relacionarse (García et al., 2019). Por lo tanto, la mujer “debe de” cumplir un rol afectivo, destacando las siguientes características: empática, cariñosa, delicada, complacientes, inteligente, dependiente, reciben

protección, apoyo, honestas, trabajadora, sumisa, tierna, coqueta, seductora, bella e indecisa (García et al., 2019).

De la misma manera, los hombres “deben de” cumplir un rol protector, destacando: la diversión, compasión, apoyo, activo, dominante, iniciativa en cualquier ámbito, exitoso, independiente, caballeroso, fuerte, guapo, no manifiestan sus emociones toma de decisiones y combativos (García et al., 2019). Donde en palabras de García et al. (2019) “se fija un perfil de mujer y de hombre, se condena todo lo que no se ajusta a él” (p. 225). Estableciendo que las mujeres requieren y piden más amor que los hombres, ya que hacen fungir su necesidad con el coqueteo, la mayoría de los hombres lo llaman “trampa mortal”, y que el fin último es atraparlos (García et al., 2021).

Estos roles ocasionan que se tengan estereotipos de lo que un hombre y una mujer “deben” de poseer y comportarse. De tal forma que estos roles crearon debeísmos que potencializan fuertemente las relaciones sociales donde hicieron a las mujeres, madresposas, monjas, putas, presas, locas, mercancías, domésticas, materia prima y productos (Lagarde (2005). Y de los hombres protectores, proveedores y poderosos.

Esta manera de tener estereotipos y categorizar los roles (lo que “debe de” ser una mujer y hombre) en las relaciones socioafectivas, se le llama sexismo, ya que se considera que lo biológico determina, sin tomar en cuenta que estamos con otras personas, prácticas y contextos donde cada uno de ellos influye en las creencias, deseos, emociones y propósitos, a saber, somos personas que co-construyen los significados (Cazés, 2000).

De tal manera que, las expresiones “deber ser”, “deben de”, “deberes”, se resumen en lo que Cazés (2000) define como Desiderátum:

“Es un mandato cultural de cada sociedad en torno a la sexualidad, se forman y se estructuran las personas, los géneros y sus relaciones. Constituye el deseo social para que las personas sean de una manera y no de otra; al tiempo que es culturalmente impuesto a los sujetos, cada sociedad logra que lo hagan suyo, como impulso y deseo, las personas, los sujetos genéricos y las instituciones inventadas en el desiderátum mismo” (p. 16).

Somos personas con las habilidades para cambiar estas prácticas elaborando nuevas narrativas que promuevan el bienestar biopsicosocial (García et al., 2019). Experimentando muchos cambios en las nociones del amor posmodernas, surgiendo como primera vez, un tipo de amor basado en el individualismo, la reciprocidad de dar y recibir deseo físico, sexual y emocional, dando así una satisfacción completa de cada persona (Marie-France et al., 2020).

Sin embargo, estamos en una sociedad capitalista y el amor retomó el rumbo de una plusvalía, pues ahora el pilar principal del amor es todo o nada, un amor líquido y la industria sabe esto así que es más rentable el desamor que el amor (Marie-France et al., 2020). Y es aquí donde se vuelve un círculo vicioso, pues al tratar de quitar esos mitos del amor romántico, la violencia que se generaba, los roles impuestos por el “deber ser”, hemos caído en lo mismo, empero de una forma más sutil. Ahora nos crea inseguridades más implícitas como; querer satisfacción y cercanía o sentirnos mal porque perdemos nuestra individualidad y que nos prohíben la libertad (Marie-France et al., 2020).

Entonces, ¿qué es el amor en esta posmodernidad?, relaciones socioafectivas efímeras, donde se intenta tener todo, pero a la vez nada, en pocas palabras “consumen las relaciones como lo hacen con otros productos, desechándolas cuando no cumplen con sus expectativas”. (Marie-France et al., 2020, p. 7). Ver esta historia del amor, pasar de un lugar a otro, siendo similares es sorprendente e irónico, nos ayuda comprender que el contexto sociocultural, promueve modelos a seguir para “mejorar el bienestar biopsicosocial”, significan y resignifican experiencias cada día.

Como se ha visto hasta ahora, se intenta salir del “deber ser” haciendo campañas, actividades, nuevas ideologías, deconstruyendo el amor, etcétera. Sin embargo, aún no aceptamos que jamás, así es, jamás saldremos del “deber ser” porque habrá lo que “debe de” ser una persona en cualquier ámbito. Así que nos preguntamos ¿qué es lo bueno?, ¿qué es lo malo?, ¿qué es aceptable?, ¿qué es lo inaceptable?, ¿cómo podemos juzgar, criticar, desvalorizar a una persona? Por más que luchemos por quitar el “deber ser”, más se crean formas de entrar, la persona sale de un cautiverio para entrar a otro. Así surge el objetivo de esta investigación;

Analizar los significados del Desiderátum en la construcción del amor y desamor en jóvenes universitarios.

1.1 Planteamiento del problema

Somos quienes somos a partir de nuestras relaciones socioafectivas, aprendemos qué, cómo, dónde, porqué, para qué nos gustan o no las cosas, por ejemplo, la comida, moda, ideologías, creencias, relaciones, etcétera. No necesariamente habremos de comprenderlos como inherentemente perjudiciales, sino que son incluso necesarios para recibir información del entorno; tomando en cuenta, además, que en las etapas tempranas de la vida sería bastante complicado esperar un análisis crítico, un masticar (Muñoz, 2014; Robine, 1998). Según el par de anteojos desde el que observemos un fenómeno, este cobrará un sentido y significado. Esto no quiere decir que uno sea más válido que el otro, dependiendo de nuestra realidad será como nosotros/as lo observamos en ese momento.

Nos encontramos en un panorama pandémico, nuestra experiencia en estos casi 3 años ha sido de gran relevancia para realizar esta investigación, ya que existieron pérdidas físicas, familiares, espirituales, creencias, ideologías, relaciones de pareja y una gran deconstrucción/reconstrucción de lo que significa ser persona. Es necesario expresar que la mayoría de nosotros/as estamos tratando de hallarnos, conviviendo y conociéndonos en este encierro obligado en el que nos vimos forzados a cumplir, averiguando nuestras vulnerabilidades, intercambiando ideas viejas por nuevas, sintiendo y transitando.

Los límites geográficos y temporales ya no tienen un impacto tan severo, todo puede encimarse; decisiones individuales impactan en el ambiente virtual, retroalimentamos y reproducimos contenido, en ese sentido, constantemente estamos expuestos a cosas no solicitadas que también conforman la realidad (Rodríguez y Rodríguez, 2020). Las redes sociales permiten polarizar los discursos y bloquear todo aquello que contradiga los propios dogmas. Además, la ausencia de pensamiento crítico crea un listado de aquellas cosas que “debe de” cumplir, formuladas desde la perspectiva de otra persona y no de sus propias necesidades.

Asimismo, salieron a relucir debeísmos que son mensajes explícitos o implícitos de situaciones, acciones, sentimientos, actividades, creencias, personas, pensamientos ajenos a la propia experiencia. Se basa en el pensamiento de “yo pienso-las demás personas piensan”, pues surge a partir de lo ajeno y de lo que debo de ser a partir de la otredad, así que nos encontramos con la discordia con uno/a mismo/a, la cual se da a partir de dos puntos, el primero es la autocrítica del pasado (acciones, valoraciones y juicios no aprobados) y la segunda se relaciona con la expectativa generada que tenemos sobre nosotros/as mismos/as (Muñoz, 2014; Robine, 1998).

Estos cambios crearon prejuicios y creencias en nosotros/as, por ejemplo, que las relaciones socioafectivas podían ser libres y responsables, sin tener un compromiso, así como todas las personas sienten atracción por otras, aun cuando tengan pareja. Y esto se vio mucho en el confinamiento porque el tan solo hecho de ver una historia de Instagram, Facebook, WhatsApp, Twitter, etcétera., nos causaba ciertas emociones y sentimientos. Si antes se hizo famoso Snapchat por sus historias cortas donde se vislumbraba el físico de las personas, ahora con las redes sociales antes mencionadas y el auge de TikTok, la atracción se hizo presente.

Siendo la principal causa de celos y rompimientos amorosos, ya que; si estás conmigo ¿cómo es que miras a alguien más? ¿Hay alguien mejor que yo? ¿El amor solo se siente con una persona? Asimismo, nos cuestionamos, ¿cómo debemos vivir?, ¿Las personas pueden sentir, hacer y pensar las cosas por sí mismas?, ¿necesitamos a alguien más para desarrollarnos?, ¿realmente somos independientes?, ¿complacer es bueno o malo?, ¿a quién quiero complacer?, ¿debo de amar o quiero amar?, ¿debo desear o quiero desear?, ¿soy quién soy porque quiero o porque debo de ser?, ¿cómo se construye el desiderátum del amor y desamor en mujeres y hombres?

2. Metodología

Se realizó una investigación cualitativa en su tradición de Estudio de Caso (Ito y Vargas, 2005) cuya finalidad fue profundizar en la esencia del tema, comprendiendo y analizándolo de manera particular. La investigación cualitativa, permitió estudiar los fenómenos sociales en realidades específicas y contextos naturales, así como los procesos e interacciones de una manera flexible y holística (Álvarez-Gayou, 2003).

Gracias a lo anterior, comprendimos de forma subjetiva, los significados, sentidos y experiencias que las personas le otorgan a un fenómeno. Haciendo conscientes aquellos juicios e ideas que impiden acercarnos desde una mirada parcial, desconocimiento, ingenuidad y profundo interés, al concepto del Desiderátum propuesto por Cazés (2000) y lo que significa para la construcción del amor y el desamor en jóvenes. De la misma manera, se abordó cada realidad como valiosa e importante, pues como lo menciona Álvarez-Gayou (2003), no buscamos “la verdad o la moralidad, sino una comprensión detallada de las perspectivas de otras personas” (p. 26), concibiéndolas como únicas e irrepetibles.

2.1 Acercamiento al campo de estudio

El campo de investigación sobre el deber ser en el amor y el desamor es ampliamente complejo y reflexivo, ya que causa muchas dudas respecto a lo que es políticamente correcto (lo bueno) y lo incorrecto (lo malo). Se sabe que es un campo de lo investigado, pero la mayoría con una mirada privilegiada. La intención de esta investigación fue integrar diferentes puntos de vista, contrastarlos, analizarlos y brindar una mirada amplia, situada y contextualizada de la manera en la que los y las jóvenes construyen y significan lo que es el amor y el desamor, de acuerdo a sus condiciones, posibilidades y decisiones desde su propia voz.

2.2 Participantes

8 jóvenes universitarios, 3 mujeres heterosexuales y 1 bisexual y 3 hombres heterosexuales y 1 bisexual que tuvieron relaciones sexuales, emocionales y físicas con una o varias personas, así como su rompimiento con ellas (ver tabla 1):

Tabla 1. Datos sociodemográficos de las y los participantes

Seudónimo	Edad	Género	Orientación sexual	Escolaridad	Estado Civil	Nivel socioeconómico	Vive con	Tiene hijos/as	# de parejas	IVSA
<i>Shwty</i>	20	Femenino	Heterosexual	Universidad en curso	Soltera	Clase media	Madre y Padre	No	7	18
<i>Jesica</i>	23	Femenino	Heterosexual	Universidad completa	Soltera	Clase media baja	Madre, Padre, hermanas e hijo	Si	3	16
<i>Bell</i>	23	Femenino	Heterosexual	Universidad completa	En relación	Clase media	Mamá, hermana e hija	Si	7	18
<i>Mar</i>	22	Femenino	Bisexual	Universidad completa	En relación	Clase media baja	Sola	No	3	14
<i>Pacheco</i>	21	Masculino	Bisexual	Universidad completa	Soltero	Clase media	Madre, Padre y hermanos	No	4	17
<i>Tom</i>	23	Masculino	Heterosexual	Universidad completa	En relación	Clase media alta	Madre, Padre y hermano	No	4	19
<i>Carlos</i>	19	Masculino	Heterosexual	Universidad en curso	En relación	Clase media	Madre, Padre y hermano	No	3	16
<i>Mario</i>	21	Masculino	Heterosexual	Universidad en curso	Soltero	Clase media baja	Abuela materna	No	6	14

2.3 Procedimiento

Se contactó a las y los participantes por medio de la red social WhatsApp, enviándoles un mensaje donde se les invitaba a participar en una investigación para un trabajo recepcional de tesis. Al momento que accedían se les solicitó a las y los participantes que firmaran un consentimiento informado, mediante un Formulario de Google ya que se audiovideograbarían las entrevistas, pidiéndoles que eligieran un seudónimo para resguardar la confidencialidad de sus datos. Toda la participación fue de manera voluntaria.

Posteriormente, se les envió un cuestionario en un Formulario de Google, donde se les invitaba a contestar las preguntas de la forma más explícita posible, brindando detalles y ejemplos sin importar la extensión de sus narraciones. Asimismo, se realizó una entrevista semiestructurada, después, se llevó a cabo una transcripción de cada una de las entrevistas con la finalidad de establecer categorías analíticas mediante la relectura de la información obtenida, organizada en un esquema de resultados analizados bajo el marco teórico de la psicología socio-cultural y la perspectiva de género, sin dejar de lado la mirada y el sentido crítico de la investigación. Finalmente se realizaron las conclusiones y propuestas del trabajo.

2.4 Herramientas metodológicas

Se utilizó la entrevista semiestructurada, definida como una conversación donde se comparten visiones del mundo, significados y sentidos de sus experiencias (Álvarez-Gayou, 2003). Elaborada mediante una guía de 3 a 6 preguntas abiertas, fáciles, concretas y estimulantes, para que cada participante se exprese sin ninguna condición o limitante. Álvarez-Gayou (2003) menciona que no existe un participante perfecto para hacer entrevistas, sino que es “la habilidad y la experiencia del entrevistador” (p. 112). De la misma manera, se hizo la grabación de las entrevistas para posteriormente llevar a cabo las transcripciones que permitieron ir definiendo y construyendo las categorías de análisis.

La entrevista se dividió en dos partes. En la primera parte, se elaboró un cuestionario (ver Tabla 2), que en palabras de Álvarez-Gayou (2003) sirve para recopilar la información sin la necesidad de contacto cara a cara, así se puede llegar

a más personas en menos tiempo, realizando preguntas abiertas para poder comprender la subjetividad del tema en cuestión. Este cuestionario se realizó a través de un Formulario de Google, que contiene 10 preguntas por cada eje de análisis, con la finalidad de conocer y comprender particularidades de los/as participantes y así conocer cada caso. La segunda parte consiste en realizar las entrevistas (ver Tabla 3) a través de una videollamada en la plataforma de Zoom. A continuación, se muestran las tablas de los cuestionarios y entrevistas:

Tabla 2. Datos generales del cuestionario

#	Cuestionario	Duración en minutos	Página
C1	Jessica	50	1
C2	Pacheco	30	2
C3	Bell	40	3
C4	Mar	50	4
C5	Tom	60	5
C6	Carlos	20	6
C7	Shwty	50	7
C8	Mario	50	8

Tabla 3. Datos generales de las entrevistas

#	Entrevista	Duración en minutos	Hora de inicio	Hora de cierre	Fecha	Páginas	# de entrevistas
E1	Mar	58	20:10	21:08	marzo 2022	12	1
E2	Tom	55	16:15	16:10	marzo 2022	11	1
E3	Shwty	54	18:10	18:04	marzo 2022	11	1
E4	Mario	51	23:20	23:11	marzo 2022	10	1
E5	Carlos	28	19:30	19:58	marzo 2022	6	1
E6	Jessica	30	18:20	18:50	marzo 2022	7	1
E7	Bell	50	10:30	10:20	marzo 2022	10	1
E8	Pacheco	31	18:00	18:31	marzo 2022	7	1

2.5 Ejes de entrevista

- 1) *Pandemia*: COVID-19, impactos sociales y personales a partir de los contagios.
- 2) *Sexualidad*: Es la expresión concreta y subjetiva de la vida humana que convierte en elemento estructurador y contenedor del desenvolvimiento social e individual.
- 3) *Relaciones socioafectivas*: Compartir sentimientos, emociones, pensamientos entre dos o más personas.
- 4) *Construcción de género*: El desiderátum induce a los hombres a vivir como seres-para-sí-mismos. En cambio, a las mujeres las encierra en seres-para-otros.

2.6 Estrategia analítica

Se utilizó el análisis de contenido categorial cualitativo que se refiere al proceso de categorización de datos escritos, con la finalidad de clasificar, resumir y tabular la información obtenida (Kvale, 2008). El análisis se centra en el significado, mediante tres pasos: 1) Codificación, 2) Condensación y 3) Interpretación.

2.7 Ejes de análisis

- 1) *Desiderátum*: Significados impuestos que son aprendidos como leyes o normas culturales, de cómo pensar, sentir actuar, dependiendo tu género.
- 2) *Desiderátum en el amor*: Lo que significa culturalmente lo que es el amor y cómo debe actuar y pensar, un proceso de deseo, atracción y enamoramiento.
- 3) *Desiderátum en el desamor*: Lo que significa culturalmente lo que es el desamor, por ejemplo, sufrimiento por la/s persona/s que se pierde, conlleva desenamoramiento, pérdida de deseo y atracción.

3. Resultados

La valiosa información que se encontró a partir del cuestionario y de las entrevistas, se organizó en tres principales ejes; I) Mandato o decisión: ¿Qué es el desiderátum?, II) Tragedia o felicidad: Experiencias sobre las relaciones social, afectiva, erótica y sexual y III) Entretejiendo el desiderátum: Impacto de la pandemia COVID-19 en las relaciones socioafectivas. Cada eje fue dividido en categorías, los hallazgos fueron ejemplificados con fragmentos de las/los jóvenes estudiantes universitarios/as.

3.1 Mandato o decisión: ¿Qué es el desiderátum?

El desiderátum es una subcategoría teórica entendida como aquellos significados impuestos que son aprendidos como leyes o normas culturales sobre cómo pensar, sentir y actuar según lo políticamente correcto o incorrecto de acuerdo al género. Para las y los participantes, el desiderátum es entendido como un mandato *“correcto y aceptado”* (Shwty, 20 años, C7, p. 7) de cómo debemos ser, pensar, sentir y actuar, a saber, una *“forma predeterminada”* (Bell, 23 años, C3, p. 3) de lo que la sociedad *“quiere que seas”* (Carlos, 19 años, C6, p. 6), llegando a lo *“hegemónico”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2).

Esto implica el seguimiento de *“normas y valores con las cuales nos regimos dentro de una sociedad”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1), es decir, la familia, la religión, la cultura, las redes sociales y los medios de comunicación. Obligándolos a decidir *“según la deliberación entre lo bueno y malo”* (Mario, 21 años, C8, p. 8), para *“encajar en la sociedad y cultura a la que pertenecemos”* (Mar, 22 años, C4, p. 4), justificándose con la frase: *“tiene que ser así porque así siempre ha sido”* (Tom, 23 años, C5. p. 5). Por lo tanto, Pacheco, Tom, Jessica, Carlos, Shwty y Mario solo aceptan el desiderátum si cuentan con estas 7 características:

- 1) Que no se vea como una orden u obligación, sino como un consejo, esto sirve para decidir *“si lo interiorizo y lo veo práctico en mi vida, y si no es así no tengo que hacerlo”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2).
- 2) Lo dice un jefe de trabajo, pues *“¿quién sabe más que el experto en un ámbito?”* (Carlos, 19 años, C6, p. 6).

- 3) Si lo manda el padre o la madre porque se tiene que respetar a la familia (Bell, 23 años, C3, p. 3).
- 4) Mientras no afecte la moral o el bienestar personal (Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 5) Ayuda a crecer y ser mejor, puesto que *“cada persona tiene una consciencia en dónde sabe lo que le conviene o no”* (Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 6) Solo si hay un trasfondo racional se debe tomar en cuenta, para que puedan *“obedecer”* (Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 7) Viene de un interés genuino (ver las posibilidades para hacer, pensar, sentir y ser) (Jessica, 23 años, C1, p. 1).
- 8) Tiene mucha practicidad, debe de hacer más sencilla y venidera la vida (Tom, 23 años, C5. p. 5).

Por otro lado, Pacheco, Tom, Jessica, Carlos, Shwty y Mario no aceptan el desiderátum cuando están presente estas 5 características:

- 1) *“El simple hecho que alguien más te diga lo que debes hacer”* es una imposición, limitante o conflicto de la cual hay que *“liberarse”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1).
- 2) No existe un beneficio por llevarlo a cabo (Carlos, 19 años, C6, p. 6).
- 3) Es un abuso y no se puede tomar una decisión, hay que *“luchar por librarse lo más que se pueda”* (Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 4) Quien lo dice es una amistad, una pareja y colegas profesionales, pues que *“alguien me quiera imponer cómo debo ser va en contra de todo lo que soy y en contra de todo lo que promuevo en las personas”* (Bell, 23 años, C3, p. 3).
- 5) No tienen el conocimiento suficiente para decirlo, nadie *“sabe que todo lo que hago lo pienso un millón de veces”* (Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 6) Causa un daño biopsicosocial, cierra las posibilidades de ser persona (Tom, 23 años, C5. p. 5).

En consecuencia, Shwty y Tom comparten lo que piensan acerca de las creencias e ideologías sociales que existen en la actualidad y con las que entran en contacto, diciendo que *“el ser humano va a tener algo más allá de lo terrenal en el que se va apoyar para creer o poner su fe en eso para sentirse realizado”* (20 años,

C7, p. 7), así como *“darle sentido a tu vida de dibujarte a ti mismo, escribirte una historia que te de seguridad que te haga sentir que todo esto vale la pena que te permita vivir”* (23 años, C5. p. 5), con las consecuencias de las decisiones que tomes con total libertad.

Mario y Tom, mencionan que las creencias e ideologías actuales *“hacen más daño que beneficio, el propósito es ambiguo”* (21 años, C8, p. 8), pues se construyen ideas deterministas de cómo debemos de ser, pensar, hacer y sentir de acuerdo a cierta cultura, ocasionado que se dificulte acercarnos a *“nuevas experiencias que jamás sabrás si podrías disfrutar”* (23 años, C5. p. 5). Sin embargo, para Jessica, Bell y Carlos cada persona es *“libre de creer lo que quiera”* (19 años, C6, p. 6), respetando la *“línea por la que cada persona se decida guiar”* (23 años, C1, p. 1), no tienen que ser juzgadas, ya que las personas se *“viven como mejor les acomoda y se refugian en los ideales que los hacen sentir más cómodxs”* (23 años, C3, p. 3).

Mar (22 años, C4, p. 4) tiene el deseo de romper con los desiderátums que se le han impuesto, por ejemplo, que *“la mujer debe ser tranquila, callada, amable, que debe de saber hacer todo, pero también debe ser más fuerte para sobrevivir”*, así como los aprendizajes de estar con un hombre, pues se le ha enseñado que existe una *“especie de pertenencia del otro, es decir, la fidelidad, los celos, la “confianza” abusiva”*.

De otro modo, Tom y Mario comparten que se han preparado a través de talleres, lecturas y cursos para cuestionar y reflexionar sobre su *“machismo bien encarnado, también concierto clasicismo y con algunas ideas familiares tradicionales, principalmente normas de convivencia social”* (23 años, C5. p. 5), gracias a esto, están a las *“expectativas del conocimiento”* (21 años, C8, p. 8), dándose cuenta que todo tiene ideología e imposiciones como *“la monogamia, capitalismo, el consumo y la happycracia”* (23 años, C5. p. 5).

Por lo tanto, las y los jóvenes estudiantes universitarios/as comparten algunas creencias e ideologías con las que se viven en la actualidad, permitiendo cuestionar, reflexionar, aceptar y sentir sus vivencias, pensamientos y acciones, por ejemplo:

- 1) Tomar en cuenta las normas morales y valores que la familia ha enseñado para que al final *“tomemos lo que creemos que es bueno o no”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1).
- 2) Fomentar el rompimiento de los géneros, que no exista las categorías de hombre o mujer, también el no etiquetar lo que la comunidad LGBTTT+ debe de ser y hacer (Pacheco, 21 años, C2, p. 2).
- 3) Vivirse en el aquí y ahora, pues pensar *“en el futuro es estresante y terminan no haciendo nada”* (Bell, 23 años, C3, p. 3).
- 4) Cada persona es responsable de su propia vida, *“como la filosofía existencial”* (Carlos, 19 años, C6, p. 6).
- 5) Respeto, amabilidad, empatía y comprensión hacía las demás personas, *“sin buscar algo a cambio”* (Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 6) Estar a las expectativas del conocimiento, esto permite creer en *“la libertad y en el cambio colectivo”* (Mar, 22 años, C4, p. 4).

3.1.1 Destino o libertad: Construcción del desiderátum según el género

La construcción del deber ser según el género es un eje teórico entendido como el desiderátum que induce a las mujeres a vivir como seres-para-otros y a los hombres a vivir como seres-para-sí-mismos. En ese sentido, ser mujer para Jessica, Mar, Bell y Shwty significa *“mitad esperanza y mitad agonía”* (22 años, C4, p. 4), pues aprenden a *“pelear siempre con las ideologías que la sociedad les impone”* (23 años, C3, p. 3), así como sufrir, ceder y aguantar sin quejarse, siendo un estilo de vida. Asimismo, deben de tener ciertas características (actitudes y valores) de manera obligatoria:

- 1) **Paciencia:** deben de sufrir y tolerar cualquier cosa sin quejarse o alzar la voz (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 2) **Bondad:** siempre deben de hacer el bien (lo políticamente correcto) (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 3) **Afectividad:** deben de relacionarse de forma sentimental y emocional (expresar todo lo que sienten) (Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

- 4) **Responsabilidad:** deben de cumplir con sus deberes y obligaciones al pie de letra (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3).
- 5) **Empatía:** deben de entender y comprender a los hombres (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 6) **Tranquilidad:** deben de estar totalmente calmadas y serenas (Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 7) **Sumisión:** deben de someterse a la autoridad (el hombre) (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 8) **Flexibilidad:** deben de ser adaptativas ante cualquier evento que se les presente (Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 9) **Fuerza:** deben resistir y aguantar todo lo que vivan (Bell, 23 años, C3, p. 3; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 10) **Resiliencia:** deben de superar situaciones desagradables (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 11) **Respeto:** deben de dar todo el reconocimiento y valor hacía los hombres (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).

En el caso de Pacheco, Tom, Carlos y Mario, el ser mujer es “*haber nacido con características físicas de sexo femenino*” (vulva y ovarios), darse cuenta “*del tipo de sociedad que existe*”, a saber, machista, misógina y patriarcal de acuerdo a las siguientes reglas de juego de ser mujer que se ven desde la “*crianza, convivencia y aprendizaje*”:

- 1) **Responsable:** deben de tomar conciencia de las decisiones que ellas tomen (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) **Atenta:** deben de ser cortés y amable en todo momento, generando respeto (Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6).
- 3) **Inteligente:** deben de tener la capacidad para entender y comprender a los hombres (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 4) **Guapa:** deben de ser agradables, atractivas y lindas con los hombres (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

- 5) **Poderosa**: deben de ser productivas e influir en la gente (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5, p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Por lo tanto, las participantes de esta investigación detallan algunas ventajas que tienen ante esta sociedad, verbigracia:

- 1) Los hombres tienen el deber de cuidarlas y protegerlas, *“ante su caballerosidad” dejan pasar primero a una mujer*, por lo que ellas se sienten contentas y felices (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3).
- 2) *“Hay un grupo honesto de mujeres, es un grupo unido”*, no se sienten juzgadas, señaladas, criticadas entre mujeres (Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 3) La validación y expresión de todas las emociones y sentimientos, pues *“todas sus emociones están bien”* y *“es más sencillo”* hablar de ellas (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

Del mismo modo, las mujeres han aprendido a utilizar su cuerpo para diferentes situaciones:

- 1) El arte de la seducción, pues *“muchas mujeres se aprovechan de eso al grado de obtener lo que quieren de los hombres”* (regalos, citas, viajes, compras, transporte gratis) *“solo por ser mujeres”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 2) La aceptación de las mujeres y hombres, por el simple hecho de tener un cuerpo atractivo, ya que *“puedes poner tu cuerpo antes de tu personalidad”* (Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 3) Las múltiples maneras de sentir placer, desde la autoexploración, exploración con otras personas hasta tener muchos orgasmos con o sin penetración, sintiéndose únicas (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 4) Lucir y presumir las partes que les gustan de su cuerpo, ya sea de manera presencial o virtual (redes sociales), puesto que *“suben mucho la autoestima”* (Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

En paralelo, Jessica, Mar, Bell y Shwty comparten las desventajas de ser mujer en esta sociedad, en particular:

- 1) *“Son los problemas que tengo como mujer en cuanto a la menstruación y periodo”*, ya que es muy doloroso, es un tabú y no hay información suficiente para llevarla de manera adecuada (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 2) Las toman como personas débiles, *“inferiores e ingenuas”*, que su única función es hacer *“las cosas del hogar, limpieza”*, puesto que la sociedad dice que *“no puedes otras cosas”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3).
- 3) Los hombres piensan que deben educarlas en todo ámbito de la vida (educación, economía, política) (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 4) Tienen que ser siempre emocionales y sentimentales, por el simple hecho de ser mujer porque esto les facilita hacerlo y no deben de guardarse nada, en el caso que lo hagan son *“prácticamente un hombre”*, solamente ellos no sienten (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3).
- 5) Siempre tienen que verse bien en todo aspecto; lo físico (hacer ejercicio, tener senos y trasero estereotipados, tener una cara bonita sin imperfecciones, maquillarse y la manera en que se visten) (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 6) No pueden mostrar todo su cuerpo, pues la educación que reciben es que *“no lo debe de ver nadie, es incluso malo mostrarlo a alguien más”* (Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 7) Su *“placer se basa simplemente en llegar al orgasmo”* mediante la penetración, sin la exploración de otras prácticas o el cuestionamiento si existe placer en otras partes del cuerpo (Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 8) No pueden hablar con una connotación sexual de manera libre porque comienza la sexualización, acoso verbal y físico de manera constante, ya sea *“en la calle”* o en las redes sociales, a través de frases como *“estas bien buena”, “a cuanto la cita”, “ven y te hago mujer”*. Por lo que ser mujer es

considerado como “*algo muy prohibido y muy peligroso*” (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

Por otro lado, ser hombre para Pacheco, Tom, Carlos y Mario significa nacer con características físicas de sexo masculino (pene y testículos), que tienen un privilegio muy marcado: “*pueden ser y hacer lo que se les antoje*”, esta idea se va reproduciendo mediante la crianza, convivencia y aprendizajes cotidianos. También, vienen de un sistema donde tienen que seguir las reglas del juego para que sean considerados como tal, teniendo como obligación ciertas características:

- 1) **Dominación:** deben de mandar y dirigir a las mujeres (Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6).
- 2) **Poderío:** deben de hacer todo lo que implica fuerza, así se dan a notar que son poderosos y que pueden con todo (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **Proveedor:** deben de dedicarse a cubrir todas las necesidades que tenga una mujer (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 4) **Protector:** debe de ayudar a una mujer con su fuerza e influencia (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 5) **Ideal:** deben de estar en constante actualización para ser el modelo perfecto (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

En el caso de Jessica, Bell, Mar y Shwty, el ser hombre significa la fuerza, poder de decisión, “*sencillo de pensamiento y acciones*”, es un simple ser humano que “*tiene los mismos derechos y capacidades iguales que una mujer*”, sin embargo, deben de ser:

- 1) **Pacientes:** deben de esperar y aguantar todo lo que hace una mujer (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 2) **Responsables:** deben de cumplir con todas sus obligaciones como hombres (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).

- 3) **Amorosos**: debe de complacer a la mujer en todo lo que pidan, sin exigir nada (Bell, 23 años, C3, p. 3; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 4) **Comprensibles**: deben percibir, entender y comprender a las mujeres (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 5) **Respetables**: deben de dar el reconocimiento a la mujer por lo que hace (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 6) **Trabajadores**: deben de tener la fuerza suficiente para mantener a una mujer (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3).
- 7) **Seguros**: deben de tener mucha confianza sin debilitarse (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

Por lo tanto, los participantes de esta investigación detallan algunas ventajas que tienen ante esta sociedad, aunque se sienten mal por decirlas porque no desean que sigan estas ventajas sin cuestionamiento, verbigracia:

- 1) *El estar tranquilos y seguros al “vestirse como quieran”*, ya que no reciben acoso físico o verbal por lo que llevan puesto o lo que muestran (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) *“Una movilidad en el sector social más fácil”*, pueden pedir informes de trabajo, escolares y no habrán miradas o insinuaciones para querer algo más (sexo) (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) La comodidad con la que toman decisiones, pues nadie los cuestiona, simplemente pueden *“expresar y participar en todo lo que decidan”* y las demás personas tienen que aceptarlas (Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6).
- 4) Las conversaciones entre hombres son más fácticas, rápidas y prácticas, lo que más les interesa son los hechos y no los detalles (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 5) No necesitan utilizar su cuerpo para recibir aprobación, ya que al ser hombres tienen el derecho que los acepten tal cual son (Pacheco, 21 años,

C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

- 6) Tener un colchón en el desamor, es decir, ostentan una marca récord de cuantas novias han tenido, cuantas los terminaron o ellos terminaron, así como con cuantas ha tenido relaciones sexuales, estas son maneras de reconocimiento sin esfuerzo (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 7) Una ventaja extraordinaria, pero que la mayoría de los hombres desaprovechan son los métodos anticonceptivos, ya que son de fácil acceso, sin juicio moral y si *“de verdad no quieres tener hijos y hacerte un ahorro, la vasectomía es facilísima y rápida”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 8) La narrativa de su vida sexual, ya que cada experiencia cuenta como una corona, quien junte más es el Rey del Sexo, por lo que un hombre que no ha tenido relaciones sexuales, los demás lo ayudan a conseguir su primera corona (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 9) Ser más fuertes en sentido de supervivencia, pues *“biológicamente somos más fuertes físicamente”*, ayudando así a que no nos extingamos (Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 10) Que no existe la menstruación, pues *“se ve que es muy doloroso y cuando lo veo, me da mucho dolor”*, así que se sienten muy aliviados al no tenerla (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 11) El conocimiento que existe hasta ahora sobre cómo *“estimular un pene que una vagina”* (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).

En paralelo, Pacheco, Tom, Carlos y Mario comparten las desventajas de ser hombre en esta sociedad, en particular:

- 1) El deber ser siempre *“seguros, fuertes y superiores”*, esto no les permite ser inseguros o inferiores porque ya no son atractivos, se les toma como tontos o que no tienen algún valor (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

- 2) El ser una *“figura de poder en toda la sociedad”*, se les obliga a ser líder en todo aspecto de la vida, no tienen que bajar la guardia, no poder ayudar a las mujeres porque se les considera mandilones, *“no tenemos la posibilidad de decir que hacemos el quehacer y vivir con las expectativas que tienen las mujeres”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) El tener que demostrar que son buenas personas, antes de que los cataloguen como *“hijos de la chingada”*, malos, sin sentimientos, machistas y misóginos, puesto que *“día con día se tiene que redimir esta situación”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 4) Ser el hombre ideal que esperan las mujeres; estar totalmente deconstruidos con las ideas del patriarcado y cumplir con todas las expectativas que tienen ellas, a saber, *“proveedores, poderosos y protectores, tenemos que luchar para ser un hombre perfecto”* (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 5) La oferta y demanda en torno al ligue, es decir, *“el hombre es un producto y tiene algo que ofrecer”*, se les exige dar todo, y si a la mujer no le interesa, simplemente lo desecha (Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 6) El manejo de ligas, en palabras llanas, cuando se considera a una mujer muy guapa y el hombre no es atractivo socialmente tiene que estar fuera de sus límites, en consecuencia, se crea inseguridades y el hombre no sale de una zona de confort, ya que se quedan en su liga anterior *“puedo ligar con un tipo de personas así y me va bien”* (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 7) La presión económica hacía las exigencias y antojos de las mujeres, pues al no cumplir con todo eso el hombre es *“un pasado de lanza”*, es pobre, para que las invitan, sino tienen con qué pagar (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 8) El acoso verbal y físico de la comunidad transexual y homosexual, pensando que están abiertos a nuevas experiencias (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 9) La lucha de la paternidad, *“las mujeres tienen más peso para ganar eso”* por el simple hecho de serlo (Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

- 10) La inhibición de los sentimientos que socioculturalmente se han catalogado como negativos, por ejemplo, “la tristeza, enojo, miedo”. Solo se deben expresar la alegría y afecto (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

3.1.2 Relacionarnos desde la sexualidad

La sexualidad es una categoría teórica entendida como la expresión concreta y subjetiva de la vida humana que convierte en elemento estructurador y contenedor del desenvolvimiento social e individual. Para los y las jóvenes estudiantes universitarios/as, de acuerdo a la *“trascendencia en la vida y las clases”* (Jessica, 23 años, E6, p.1), la sexualidad somos todas las personas, es decir, *“es la manera en la que te vivencias a ti mismo, lo que te da identidad, una manifestación de la personalidad”* (Mar, 22 años, E1, p.4).

Por lo que, la sexualidad es un conjunto de *“cómo nos expresarnos con los demás”* (Shwty, 20 años, C7, p. 7), ya sea de manera *“física o psicológicamente con otras personas de acuerdo a la forma en que nos parece más cómoda”* (Bell, 23 años, C3, p. 3), así como las prácticas *“sexuales, géneros expresados, ideologías, erotismo, identidades sexuales, orientaciones sexuales”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2) y muestras de afecto porque *“no es lo mismo las muestras de afecto con una persona que con otra”* (Jessica, 23 años, E6, p. 1), en palabras llanas, la manera en la que experimentamos.

Siguiendo la misma línea, Tom y Mar, mencionan la importancia de conocer y significar la sexualidad, ya que es un concepto tanto biológico como social, buscando esquematizar las variadas formas de *“atracción relacional, estética, simbólica, sensorial y/o corporal, así como distintos ejercicios de contacto con un deseo”* (23 años, C5. p. 5), solamente sí conocemos estas formas de la sexualidad podremos relacionarnos con otras personas, pues *“cualquier tipo de relación con alguien, la sexualidad va aflorar”* (22 años, E1, p. 4).

Para conocer el significado que tienen de la sexualidad, Tom (23 años, C5. p. 5) menciona que la información recibida en la escuela no era suficiente, así que buscaba en *“internet, viendo pornografía, páginas de información, foros médicos, y revistas como MensHealth”*, donde al final medio orientaban y medio confundían.

Todo lo contrario, a Pacheco (21 años, E8, p. 6), pues tuvo una educación sexual en el hogar (su mamá es enfermera y su hermana psicóloga) libre de juicios o estereotipos, rompiendo con los esquemas de género, tuvo conocimiento de su cuerpo, de relaciones sexuales y métodos anticonceptivos, pues *“no había algo prohibido de ver o de hacer, no me limitaron a nada”*.

Para expresar el significado que tienen de la sexualidad, Tom (23 años, C5. p. 5) lo aborda de manera teórica y cultural *“que, entrándole a lo personal, pues se me hace más complicado encontrar el camino”*, pues muchas veces al ser hombre, se piensa que, solo tienen intenciones de coito, por lo que resulta más fácil expresarse mediante la *“teoría y del enfoque, haciendo una crítica más social”*. También, Tom (23 años, C5. p. 5) se siente incómodo cuando comparte lo que hacen con su pareja, por lo cual piden permiso para expresarla, así que decidió preguntarle si está *“de acuerdo con que yo hable de nuestra relación. Entonces, siento que estoy compartiendo algo que es íntimo, también estoy contando la historia de mi pareja”*.

La sexualidad es una expresión biopsicosocial, que, de acuerdo con Jessica, Pacheco y Mar, la han vivido de *“forma extensa”* (22 años, C4, p. 4), *“responsable y consciente”* (23 años, C1, p. 1), *“sin prejuicios, estigmas, romper la barrera impuesta de lo heteronormado que la sociedad ha obligado a vivir”* (21 años, C2, p. 2). Lo que concierne a Tom y Shwty, la han vivido en primer momento de manera autoexploratoria *“la viví conmigo mismo, físicamente y en un plano erótico explorando lo que existe, lo que me gusta, lo que no”* (23 años, C5. p. 5), *“conociéndome a mí misma, consensuadamente y siempre y cuando mi salud no corra en riesgo”* (20 años, C7, p. 7). Cuando logran conocerse, ahora sí pueden explorarlo con otras personas *“a través del diálogo, de leer, de consumir contenido”* (23 años, C5. p. 5).

En paralelo, la vivencia de la sexualidad de Bell (23 años, C3, p. 3) es de manera confusa, ya que *“es una pregunta que jamás me he hecho y me cuesta mucho contestar. He pensado por varios minutos, pero no logro conseguir una respuesta”*. Respecto a Carlos (19 años, C6, p. 6), actualmente vive su sexualidad *“un poco esporádica por la distancia en las viviendas”* entre su pareja y él. De acuerdo a Mar (22 años, E1, p. 5), su sexualidad ha entrado en encrucijadas, ya que

es bisexual, y eso le ha causado conflictos familiares, pues tienen una educación donde *“etiquetan, tachan, critican”* todo lo relacionado con la diversidad sexual *“y obviamente yo no quiero que hagan eso conmigo”*. Así que hubo una negociación consigo misma, cuestionando *“¿qué te gusta?, ¿qué quieres?”*, llegando a la conclusión que *“son mis padres, no son nada más”*, no quienes controlan su vida.

Sin embargo, al expresar la sexualidad existen diferencias de género entre mujeres y hombres. Para Mar (22 años, E1, p. 5), como mujer, cuando se vive de manera libre y responsable, los hombres piensan que ella les habla porque *“quería algo con ellos, y no, yo solo te hable porque literalmente solo me caíste bien”*, asimismo *“se vuelve esto de – se vistió tan bonita porque quiere algo más, se puso un vestido porque quiere otra cosa –”*, para ella es muy difícil vivir su sexualidad porque no le gusta que solo se le vea así, desea que la *“vieran algo más que solo yo necesito algo, más bien ¿qué necesitas tú de mí?”*.

En cuanto a Tom y Pacheco, al expresar su sexualidad, lo viven de forma peyorativa y agresiva hacia sus experiencias, por ejemplo, *“esa vieja si me la cogí y que la chingada”*, al hacer comentarios como *“¿quién es virgen?, ¿con quién la perdieron?, ¿cómo fue?, ¿cuántos les mide?”* (23 años, E2, p. 2) porque *“el hombre es quien coje mucho”* (21 años, E8, p. 6) sintiendo mucha presión, por lo que prefieren abordar los temas por fuera, medio abstracto o muy estético. Los hombres se dan cuenta que entre ellos *“celebraban cuando tenían relaciones sexuales, contaban todo y se sentían los reyes del mundo”* (21 años, E8, p. 6) y en cuenta a las mujeres *“jamás hablaban de eso, quien tenía relaciones sexuales, se lo quedaba y a veces nos contaba para dudas, consejos”* (21 años, E8, p. 6).

3.1.3 El inicio de la vida sexual activa (IVSA)

El inicio de la vida sexual activa es una subcategoría teórica entendida como el primer uso del cuerpo para tener un contacto corporal, sentimental, psicológico y emocional ante una o varias personas en una situación íntima, donde se experimentan sensaciones placenteras. Las y los jóvenes estudiantes universitarios/as compartieron su edad al IVSA dando un estimado de entre 16 a 19 años, así como la edad de la otra persona, oscilando entre los 16 y 21 años, de la misma manera se comentó el sexo y el género de estas personas (ver Tabla 5):

Tabla 5. Datos del IVSA de las y los participantes

Seudónimo	IVSA	Edad de la otra persona	Sexo	Género
Jessica	16	21	Hombre	Heterosexual
Pacheco	17	19	Mujer	Heterosexual
Bell	18	18	Hombre	Heterosexual
Mar	14	14	Hombre	Heterosexual
Tom	19	20	Mujer	Heterosexual
Carlos	16	16	Mujer	Heterosexual
Shwty	18	18	Hombre	Heterosexual
Mario	14	16	Mujer	Heterosexual

Las jóvenes estudiantes universitarias narraron su experiencia al IVSA, teniendo las siguientes características:

- 1) **“No fue la mejor”**, porque no se tenía el conocimiento de lo que se debía de hacer, sentir y pensar, así que imaginaron otra cosa de cómo querían que fuera su primera vez, sin embargo *“no fue así”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1).
- 2) **“Horrible”**, se sintieron presionadas y avergonzadas, porque el hombre ya había experimentado en la vida sexual, mientras que ellas no, así que todo el tiempo *“sentía que lo hacía mal, que no era suficiente, que él necesitaba más”, “no lo puedo culpar porque yo tampoco dije nada, o sea, nunca dije que no, que sí, que fuéramos lento, que se detuviera, solamente me callé y fue como de, cierra los ojos y haber que pasa”* (Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 3) **“Olvidarse de sí mismas”**, tenían la idea que el hombre era el más importante en la vida sexual, por lo que se enfocaron mucho en *“lo que él quería y olvide vivir desde mi cuerpo, no prestaba atención a lo que me gustaba a lo que sentía”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

- 4) **“Incomodidad”**, porque no había ningún tipo de conexión emocional, sentimental o psicológica, en consecuencia, llegaron a pensar si *“hay algo malo conmigo qué tal si no puedo sentir nada, me hizo sentir como que fue una intrusión en mi cuerpo”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 5) **“No hubo comunicación”**, el hombre no se preocupó por ellas, jamás les preguntaron un *“estás bien, estás cómoda, pasa algo, simplemente como yo me quedé callada, él asumió que todo estaba bien”*, generando insatisfacción (Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 6) **“Pena”**, no se sentían cómodas con su cuerpo y que alguien las viera completamente desnudas les causaba miedo y muchos nervios, así que no estaban seguras si eso que estaban haciendo estaba bien (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).

Contrastando estas experiencias, los jóvenes estudiantes universitarios comparten su experiencia al IVSA, teniendo las siguientes características:

- 1) **“Muy rica”**, se dio de manera espontánea creando un momento cálido, íntimo y delicado, *“estábamos escuchando música acostados y la agarré y la subí encima de mí”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2).
- 2) **“Sincera”**, los intereses eran meramente sexuales a lo cual ellas accedieron sin problemas *“la vi como otras dos veces y como que ya quitó ese terror”* (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **“Picosa”**, se inició tomando cerveza ayudándoles a quitarse la pena, *“nos subimos a mi cuarto y cogimos”* (Tom, 23 años, C5. p. 5).
- 4) **“Satisfactoria”**, los hombres prefieren iniciar su vida sexual con mujeres que tengan mucha experiencia y trayectoria en el ámbito, pues les gusta *“la adrenalina, la naturaleza que se da”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 5) **“Incómoda”**, se dio la situación cuando estaban enfermos, esto no permitió el disfrute, ya que la preocupación era no toser o estornudar, *“no fue en contra de la decisión de nadie, pero aun así creo que no fue el mejor momento”* (Carlos, 19 años, C6, p. 6).

Ahora que lo reflexionan, Mar (22 años, E1, p. 9) comenta que los motivos por los cuales las mujeres viven su IVSA con las características antes mencionadas es porque la educación sexual es nula en nuestro país México, no tenemos las herramientas necesarias para decir lo que nos gusta, *“la educación que yo recibí es que la mujer complace, la mujer está ahí para que él se sienta bien, entonces, ¿cómo le digo a un chico que no me está gustando, cuando se supone que debería de gustarme?, sentía que se iba a sentir mal y yo tenía muy internalizado se acaba la fiesta”*. En consecuencia, Mar se sentía diferente, como si su cuerpo fuera otro, se sentía otra persona por hacer algo que socialmente estaba mal.

Asimismo, Tom y Mario comparten que al IVSA tenían diferentes presiones por el simple hecho de ser hombres, por ejemplo, *“te va a doler, la vas a cagar, tienes que durar tres horas”* (21 años, E4, p. 2) en el coito, inhibiendo el disfrute, deseo y ganas por tener *“miedo de ser un hombre con eyaculación precoz porque llevábamos tres minutos y dije - ¡Oh Fuck! -”* (21 años, E4, p. 2), en consecuencia *“simplemente tenía que durar, incluso perdí la erección”* (21 años, E4, p. 2). Asimismo, los obligan a comprar condones en todo momento, amenazándolos de la siguiente forma; *“no wey, no vuelvas a entrar a mi cuarto si no traes”* y daban por hecho terminar la relación, así que ya *“comencé a comprar”* (23 años, E2, p. 7).

Jessica, Bell, Mar y Shwty describen su peor experiencia sexual (que no va tan alejada de su IVSA) cómo:

- 1) **“Sin ganas”**, en los momentos que tenían relaciones sexuales, pero no existía una motivación para realizarlo (Jessica, 23 años, C1, p. 1).
- 2) **“Sin consentimiento”**, cuando no existe comunicación, escucha, estimulación o intimidad necesaria para llevar a cabo ciertas prácticas, *“me dolió mucho y lo quitaba y le decía que parara porque me estaba lastimando, pero no escuchaba y me decía que me callara y terminé llorando toda la noche”* (Bell, 23 años, C3, p. 3).
- 3) **“Fue muy rápido”**, cuando solo sirve para calmar el deseo y no para disfrutar, *“pasaron unos 7 min y terminó y solo me dijo “estuvo super rico”, se vistió y agarro sus cosas para decirme ¿todo bien?”* (Mar, 22 años, C4, p. 4).

- 4) **“Por compromiso”**, no existía ninguna conexión (física, emocional o psicológica), solamente fue para que no hablaran mal de ellas (Shwty, 20 años, C7, P. 7).

En lo que respecta a Pacheco, Tom y Mario describen su peor experiencia sexual cómo:

- 1) **“Inexistencia del disfrute”**, se encontraban en un estado de ebriedad o drogadicción, por lo que estaban más preocupados que no se mal viajaran que el mismo acto del sexo, *“yo sentía que se estaba dando la pálida además que estaba muy mareado”* (Tom, 23 años, C5. p. 5).
- 2) **“No se tuvo la erección”**, al estar en estados de ebriedad el cuerpo no les hizo caso, así que dan una explicación para esos eventos, *“ni querías estar ahí, sino querías ir al baño, la neta estaba nervioso, me quedé enfadado, por desaprovechar el momento”* (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **“Mala higiene”**, al estar en el acto, notaron que olía muy mal (axilas, glúteos, vulva), no existía un cuidado personal, por consecuencia *“me bajó la libido”* (Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Las jóvenes estudiantes universitarias llegan a la conclusión de lo que no les gusta al tener relaciones sexuales:

- 1) **“Sentirse como un juguete”**, se sienten usadas por el simple hecho de que ellas pueden complacer a los hombres, llegando a aborrecer las relaciones sexuales (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 2) **“Solo piensan en su propio placer”**, tanto mujeres u hombres solo piensan en cómo satisfacer sus necesidades sin incluir a la otra persona, siendo narcisistas (Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 3) **“Hacerlo a la fuerza”**, cuando no hay deseo, ganas, motivación y aun así se comete el acto para no quedar mal (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

- 4) **“El cansancio corporal”**, existen malestares y dolores en el abdomen, espalda, incluso *“al orinar cuando la penetración fue muy intensa”* (Mar, 22 años, C4, p. 4).

Los estudiantes universitarios llegan a la conclusión de lo que no les gusta al tener relaciones sexuales:

- 1) **“No tener una conexión afectiva”**, los encuentros casuales *“no me prenden ni me llama la atención”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2).
- 2) **“Los gastos financieros”**, los hombres que aún no tienen hogar propio gastan en hoteles, moteles y comidas, ocasionando que sacrifiquen una cosa por otra (Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **“La presión para comprar condones”**, están cansados de que siempre se les diga que son ellos quienes deben de traer condones (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 4) **“El cansancio”**, el dolor corporal en las piernas, abdomen y pene, pues el roce con otra persona tanto duele como se disfruta (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 5) **“Concentrarse en su propio placer”**, las mujeres se enfocan en tener su propio orgasmo, olvidándose de ellos (hombres) sintiéndose rechazados (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Por otro lado, Jessica, Bell, Shwty y Mar describen su mejor experiencia sexual, como:

- 1) **“Accidentes en el acto”**, puesto que las anima a seguirlo y no a pararlo, *“me pegue con un tipo cabecera y fuera de ser algo desagradable, fue un momento en el que estuvo lleno de risas”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1).
- 2) **“Realizarlo en lugares públicos”**, les gusta experimentar, atreverse y probar cosas nuevas, por ejemplo, *“nos fuimos detrás de una camioneta en*

pleno estacionamiento y tuvimos relaciones”, esto ayuda a que lo disfruten, de tal manera que se sientan satisfechas, *“a pesar de que no fue algo del otro mundo pues me gustó la conexión que teníamos y que estábamos dispuestos a disfrutar en la misma magnitud y eso lo hizo más placentero”* (Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, E1, p. 10).

- 3) **“El juego previo”**, es decir, que existan besos, caricias, masajes hasta sexo oral, antes de la penetración, es este *“aprieta y afloja”*, es *“tentar a la persona de – ya va a pasar, pero qué crees, todavía no, te voy a seguir besando otra media hora”*, así como no estar en el mismo lugar (cama, baño, piso, cocina, sala) (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, E1, p. 10; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 4) **“La comunicación para estimular”**, cuando se expresa abiertamente que lo que les gusta, pueden saber dónde, cómo y para qué estimular, provocando que se sienta el placer de la mejor manera posible, logrando *“conocer mis límites principalmente y fueron respetados”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, E1, p. 10; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

En lo que concierne a Pacheco, Carlos, Tom y Mario describen su mejor experiencia sexual, como:

- 1) **“Conectar alma y cuerpo”**, cuando existen sensaciones de alegría, amor, paciencia, aceptación del cuerpo, como sentir si *“hubiera sido la primera vez que lo hacía, fue algo muy lindo”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Mario, 21 años, E4, p. 3).
- 2) **“La libertad de preguntar”**, para ellos es muy importante cuestionar su práctica para que puedan mejorar en su calidad y rendimiento, *“no me quité la costumbre de preguntar - ¿te gustó esto?, ¿te gustó el otro? - pues teníamos mucha chance de retroalimentar, fue madurando más ese diálogo”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, E2, p. 6).
- 3) **“Experimentar”**, les gusta saber si el bondage (sexo duro) es para ellos y sus parejas, ya que les genera mucho placer (Tom, 23 años, E2, p. 6; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, E4, p. 3).

- 4) **“Estilo de vida”**, les encanta que cada encuentro sexual sea agradable y disfrutable, así que antes y después del evento *“nos poníamos a comer, nos poníamos a platicar, con ella ya no fue sólo la relación sexual, sino que había una relación pre-sexual y post-sexual, una conversación, una cercanía”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, E2, p. 6; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, E4, p. 3).

Las jóvenes estudiantes universitarias llegaron a la conclusión de lo que más les gusta al tener relaciones sexuales:

- 1) La **“intimidad”**, les gusta que el encuentro sexual sea personal, ya que pueden ser ellas mismas sin miedo o vergüenza (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 2) **“Conexión emocional”**, gracias a esto, ellas pueden ser adaptativas, espontáneas, comprendidas, entendidas, *“definitivamente el placer se da”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 3) **“Perderse en las sensaciones”**, prefieren dejarse llevar por el placer que sienten en su cuerpo, ya que *“eso hace que el deseo crezca”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 4) **“Comodidad”**, lo más importante es que ellas necesitan sentirse protegidas en el momento y *“con mucho afecto físico, si me ganan”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

En paralelo, los jóvenes estudiantes universitarios llegaron a la conclusión de lo que más les gusta al tener relaciones sexuales:

- A. **“El juego previo”**, les gusta que entre ellos y ellas se sientan calientes, es decir, *“los besos, las caricias, la comunicación”* antes de la penetración, solo así llegan al orgasmo y sientes placer porque *“El momento que se vive es*

muy intenso” (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

- B. **“La concentración de energía”**, cuando aumenta en gran medida el deseo y el placer pueden *“dedicarse a complacer, ceder el control”* (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Por último, Jessica, Bell, Mar y Shwty comparten sus aprendizajes al vivir las experiencias antes mencionadas, empezando con que *“siempre sea con consentimiento y lo más importante es solo si yo quiero tener el encuentro y que sea con preservativo en todo momento”* (20 años, C7, p. 7), asimismo *“siempre se debe platicar y explorar lo que les gusta o no hacer”* (23 años, C1, p. 1). De la misma manera, aprender a *“conocer mis límites, el placer, a escuchar a mi cuerpo y a sentirlo”* (22 años, C4, p. 4), así como valorar *“mi placer como el del otro”* (23 años, C3, p. 3),

En lo que respecta a Pacheco, Tom, Carlos y Mario, aprendieron la importancia de la comunicación, pues ayuda a saber *“comunicarnos lo que nos gusta, que no nos gusta, apreciar la confianza del otro y darles la nuestra”* (21 años, C2, p. 2), comprender que cada persona tiene *“sus tiempos, su ritmo, sus gustos y expectativas”* (23 años, C5. p. 5) y *“conocer mejor a las mujeres, sus deseos”* (21 años, C8, p. 8), así se pueden quitar tabúes, miedos, vergüenzas que puedan afectar en la relación sexual.

3.2 Tragedia o felicidad: Experiencias sobre las relaciones social, afectiva, erótica y sexual

Las relaciones social, afectiva, erótica y sexual es una categoría teórica entendida como dinámicas de relaciones humanas contextualizadas, cotidianamente conocidas como de pareja, dependiendo de su lugar de origen, cultura y sociedad, es cómo se vivirá, en primera instancia una relación, posterior a ello, la influencia de sus propias experiencias y de las otras personas. Los y las jóvenes estudiantes universitarios/as, compartieron la edad de su primera relación de pareja (13-16

años), las parejas que ha tenido hasta este momento (4-7), años de duración en cada pareja (1 mes - 6 años) y el tiempo de soltería (1 mes - 4 años) (ver Tabla 6):

Tabla 6. Datos de las relaciones de pareja en las y los participantes

Seudónimo	Edad de la primera relación de pareja	# de parejas hasta el momento	# de pareja	Años de duración	Tiempo de soltería en total
Jessica	13	3	1	11 meses	2 años
			2	2 meses	
			3	6 años	
Pacheco	15	4	1	6 meses	2 años
			2	6 meses	
			3	2 años	
			4	6 meses	
Bell	15	7	1	8 meses	1 año
			2	1 mes	
			3	3 meses	
			4	3 meses	
			5	11 meses	
			6	1 año	
			7	4 años	
Mar	13	3	1	1 año 6 meses	5 meses
			2	2 años	
			3	4 años	
Tom	13	4	1	5 meses	5 años 5 meses
			2	2 años 6 meses	
			3	5 meses	
			4	3 años	
Carlos	15	3	1	4 meses	6 meses

			2	5 meses	
			3	2 años	
Shwty	15	5	1	1 semana	1 mes y medio
			2	1 mes	
			3	1 semana	
			4	6 meses	
			5	3 años	
Mario	14	6	1	1 semana	2 años
			2	2 semanas	
			3	1 semana	
			4	2 semanas	
			5	1 semana	
			6	1 año	

Los y las participantes de esta investigación, narran su primera experiencia en una relación de pareja. Para Jessica (23 años, E6, p. 2), su primera relación fue en la secundaria, cuando ella iba en primer grado y él en tercer grado, *“lo conocí estando en las canchas de la escuela”*, la mandaron a plantar árboles, y él estaba en educación física, *“el chavo se acercó a donde estaba yo y desde ahí comenzamos a hablar más”*, existen lagunas mentales en su experiencia, *“la verdad no me acuerdo mucho de lo que pasó después, solo me acuerdo del primer contacto”*, hasta que un día él le dijo a sus amigos que ella era su novia, *“pero yo como de - x no importa – solo me saqué de onda y lo tome como a juego”*. Con él duró 11 meses (recibía las atenciones primordiales, iba por ella a su casa, salían juntos y se preocupaba por ella).

En el caso de Pacheco, Tom, Mario Carlos y Shwty, su primera relación fue en la secundaria de manita sudada, *“solo era de vernos en la escuela, estar juntos, besarnos y algunas veces salir a comer o ir al cine”* (21 años, C2, p. 2), aunque fueron breves e inocentes, se vivieron de manera *“intensa por cada paso que*

dábamos” (conocidos, amigos, mejores amigos y pareja) (23 años, C5, p. 5), así que su experiencia fue bastante satisfactoria *“diría que era mejor de lo que esperaba”* (21 años, C8, p. 8), aunque había momentos en donde *“ambos no sabíamos que se debía hacer”* (20 años, E3, p. 1)

En cuanto a Mar y Bell, su primera relación fue *“muy significativa para mí, fue mi primer novio formal”* (22 años, C4, p. 4), *“me gusta la formalidad”* (23 años, C3, p. 3), se presentaron ante la familia nuclear e iban a la casa de la pareja, en un principio fue agradable, *“me gustaba sentirme enamorada y tener miles de experiencias sensoriales en el cuerpo cuando veía o hablaba de esa persona incluso solo pensándola”* (22 años, C4, p. 4), asimismo, experimentaron su primer beso y su primera relación sexual, *“vernós a diario casi todo el día era muy satisfactorio”* (23 años, C3, p. 3).

Así como narraron su primera relación de pareja, de la misma manera, describen su primera ruptura. Para Shwty (20 años, E3, p. 1), la ruptura fue muy curiosa, pues él la terminó diciendo *“que su mamá se había enterado de que tenía novia, o sea yo, y que ya no lo dejó tener novia”*, pues él era muy problemático y su mamá iba continuamente a la escuela, sin embargo, *“a los pocos días él ya tuvo otra morrita”*. En el caso de Mario (21 años, E4, p. 1), la relación se terminó porque todo fue muy rápido, muy fugaz, ya que desde el día que se hicieron novios *“ya nos agarramos la mano, ya nos decimos te amo”*, lo que ocasionó que se aburriera, *“ya no sabía qué hacer, era como si ya visitas los juegos importantes en una feria y ¿ya para qué?”*.

En lo que concierne a Carlos (19 años, E5, p. 1), su relación fue un *“intento fallido”*, pues *“las vistas eran cada 2 semanas, 3 semanas”*, pues no era fácil verse cara a cara en el transporte público, y la distancia y *“la falta de experiencia”* jugó un papel muy importante, ocasionando que fuera muy intensa (exigencias, celos, manipulación): Respecto a Jessica (23 años, E6, p. 2), ella engañó a su primer pareja, porque *“entró como mucha desconfianza, a veces hasta desconfiaba de una de mis amigas porque se llevaba súper bien con él, yo sentía que se gustaban”*, así que *“había otro niño en mi salón, no me gustaba, pero no sé, algo pasaba”*, en consecuencia, se aburrió, *“ya no fue como de chido para mí”*.

Con referencia a Bell (23 años, E7, p. 4), su relación se fue fracturando porque *“vivir tantas cosas juntos, en vez de ayudarnos nos destruyó”*, ya que a ella le gusta vivir, aprender y experimentar cosas muy intensas, nuevas e innovadoras, le gusta el cambio, entonces *“el verlo diario, hacer lo mismo y no salir de esa rutina de lo mismo, eso fue lo que nos afectó, vivir en automático”*, asimismo el hecho de que no se sentía cómoda con ciertas acciones de él, *“por ser una relación formal pues no tenía opción a terminar o a alzar la voz”*, concluye que fue por la inmadurez e inexperiencia. Para Mar (22 años, C4, p. 4), se terminó su relación porque *“hubo mucha infidelidad, mentiras, solía aislarme de mis amigas”*, llegando a la violencia física, verbal y psicológica.

Estos/as jóvenes estudiantes universitarios/as, exponen algunos encuentros donde el objetivo principal era tener **relaciones sexuales**. Mar (22 años, E1, p. 9), tuvo una experiencia con un hombre estando en la preparatoria, él *“empezó a insinuarse sexualmente y dije – okey también me atraes físicamente, pues vamos a ver qué pasa”*, como eran menores de edad no podían ir a un hotel, motel o a sus hogares, por lo que el acto de tener relaciones sexuales era en la escuela, *“él conocía al responsable del gimnasio de la escuela, nos dijo que a tal hora no había nadie y pues fuimos y no me molesta el lugar, creo que me agrada el hacerlo en lugares indebidos”*.

Tom (23 años, E2, p. 6), comparte que conoció a una mujer cuando estuvo trabajando, se la presentaron unos amigos, *“me presentó una amiga suya y pues me cayó chido, no anduvimos solo traíamos nuestras ondas”*, él se sentía más maduro *“en cuanto a conocerme a mí de lo que me gusta a mí y en cuanto a no sentir tanta pena para tocar esos temas”*, para comenzar este tipo de relaciones, así que fueron encuentros *“muy efímeros, muy rápidos, de que tenía casa sola y no sé, unos manoseos, sexo oral y así”*. Mario (21 años, E4, p. 1), desde un principio tuvo claro que la relación giraba en torno al sexo, su pareja *“se llamaba Micaela”* (se ha cambiado el nombre), *“desde que nos veíamos, la forma en que nos saludábamos, en la forma en que nos hablábamos y cambiábamos la voz, las interacciones físicas”* eran insinuaciones para tener encuentros sexuales.

Algunos/as de los y las participantes de esta investigación, exponen las **rupturas de relaciones basadas en el sexo**. Para Mar (22 años, E1, p. 9), el

motivo para dar por terminada la relación fue que el hombre sólo se enfocó en su propio placer, dejándola a ella de lado, *“no me enojé con él, pero la comunicación es muy importante y no la hubo, nunca me preguntó nada y pues yo tampoco dije nada, eso no me gusta, me siento rechazada y no me gusta sentirme rechazada”*.

En referencia a Tom (23 años, E2, p. 6), su relación se terminó porque había días donde se le olvidaba comprar condones y la mujer se enojaba, por lo que cada quién se iba por su lado. De la misma manera, menciona que *“puede haber amor sin deseo sexual en algunos momentos y puede haber deseo sexual sin amor”*. Mario y Bell mencionan que el sexo fungió como pilar de todo (comunicación, apoyo, confianza), por lo que se aburrieron, *“nos quedamos como en la feria que ya visitaste, entonces todo se volvió muy gelatinoso e insípido”* (21 años, E4, p. 1) y comenzaron las discusiones, peleas y conflictos, ya que *“no teníamos las mismas visiones, ni los mismos valores, nada”* (23 años, E7, p. 8), en consecuencia, no había acuerdos o cuidados.

Las mujeres y hombres de esta investigación, relatan algunas experiencias donde estaban en **relaciones informales**. Tom (23 años, E2, p. 6), tenía varios ligues, comenzó a ser novio de dos personas, *“anduve con las dos así un rato, pero pues ellas también tenían sus cosas y todos estábamos conscientes de cada quien tenía sus cosas, entonces tampoco era de no me siento mal al decirlo”*, el que cada persona sepa con quién se relaciona da la oportunidad de aceptación. Para Shwty (20 años, E3, p. 1), tuvo una relación con un niño que vivía cerca de su casa, empero, sólo *“dos semanas nos vimos, pero las otras dos semanas no nos vimos”*, el nulo contacto físico y verbal, provocó que durara muy poco tiempo, *“de hecho, no se los conté a mis papás”*.

En lo que concierne a Mario (21 años, E4, p. 2), su pareja *“se llamaba Sarahí”*, fueron momentos muy efímeros y rápidos, *“seguía haciendo ese típico ritual de - ¿quieres ser mi novia? Me dice que sí y ya andamos, nos damos las atenciones debidas, nos damos el saludo debido. Ya después era como de ya adiós”*. En el caso de Pacheco (21 años, E8, p. 4), comenta que una de sus relaciones informales fue puro juego, pues una chica le dijo *“- ¿quieres ser mi novio? – y yo le dije que sí porque pensé que era de juego”*, pues él no estaba enamorado de ella.

A lo que refiere Jessica (23 años, E6, p. 2), anduvo con un chavo que vivía cerca de su casa, aunque lo conoció a través de las redes sociales, *“el primer contacto que tuve con él fue por Facebook, sin embargo, fue muy, muy apresurada”*. En referencia a Bell (23 años, E7, p. 5), confiesa que nunca se ha tomado el tiempo para *“aprender, reflexionar, que hice mal, que hice bien, que no me gustó, que sí me gustó”* aun así, empezaba otras relaciones, en ese sentido, ella terminaba una relación *“hoy y mañana había conocido a mi otro novio”*, considerando que no los tomaba en serio y solo estaba con ellos porque su familia, en específico su padre, le decía que no podía tener novio, a lo que ella comenta *“me aferré a esa relación solo porque mi papá me dijo que no”*.

Para las mujeres y hombres de esta investigación, comparten las **rupturas al tener relaciones informales**. Para Shwty (20 años, E3, p. 1), existen dudas respecto a lo que sucede en la relación informal y eso ocasiona el desgaste físico, emocional y psicológico, *“yo le dije - ¿qué está pasando?, es que quiero hablar contigo – y me dijo – ya, tienes razón ya hay que dejarlo aquí –, y yo como de - ¿qué? Nada más te pedí hablar –”*, cuando se da por terminada la relación, ella no quiere que la busquen, *“me choca cuando mis ex’s me buscan, me daba flojera y no respondo”*.

En lo que respecta a Carlos (19 años, E5, p. 1), la ruptura fue ocasionada por actitudes que él llama tóxicas, por ejemplo *“- ¿por qué no me contestas? No estás ocupado –”*, ya que había mucha distancia en su relación y no existía contacto físico, *“creo que eso también hacía que se acabara y que se llevara a ese extremo”*. A lo referente a Jessica (23 años, E6, p. 3), considera que los motivos para que su relación terminara es que no hay un duelo al terminar con la pareja anterior o no comunicar que existe una ruptura antes de entablar una nueva relación, *“él todavía la quería, entonces terminó regresando con ella y esta relación fue como de más x”*, para ella este tipo de relaciones no le afectan, ya que no tiene mucha importancia a nivel emocional, *“no me costó asimilarlo me dio igual”*.

En lo que concierne a Bell (23 años, E7, p. 3), terminó su relación informal porque estaba acostumbrada a los tratos y atenciones de su pareja anterior, *“el primero que me presumía en todos lados, me compartía con su familia, espacio con su familia, amigos y redes sociales, en todos lados yo estaba presente y no había*

quien dudara de que yo fuera su novia". Ella no se sentía parte de la vida del chico, a lo cual ella menciona *"no me presumes de aquí yo no soy"*.

Estos/as jóvenes estudiantes universitarios/as relatan algunas experiencias donde han estado en **relaciones formales**. Para Shwty (20 años, E3, p. 2), solo se llama relación formal cuando el tiempo de duración es más de 6 meses, así como contarle y presentarlo a la familia, *"fue mi primer novio que mis papás supieron"*, asimismo el hacer cosas por primera vez, esto implica que se tenga una conexión (emocional, psicológica y sentimental), *"fueron mis primeras veces que yo salía con alguien como tan lejos o cositas así, fue una relación bonita"*. En el caso de Jessica (23 años, E6, p. 4), entabló una relación con un chavo que no le gustaba, el motivo era molestar a una compañera que no le caía bien, *"supe que esta niña quería andar con este chavo, pero yo lo busqué y comenzamos a hablar y a salir"*, lo que más le gustaba de esa relación era el tiempo que duró (un año) y que recibía toda la atención (detalles, regalos, salidas, insistencias) que ella le pedía.

Mario y Carlos comparten que la única forma de tener una relación formal es conectar con alguien en todo sentido, por ejemplo, suelen relacionar el sexo, con la estabilidad que se vive en la relación, *"si no hay una buena comunicación de la sexualidad, la relación para mí no tiene futuro"* (21 años, E4, p. 2), solo así existe una relación capaz (madura). A ellos les gusta seguir cierto proceso para que la relación se concrete, en primer momento tienen que estar todo el tiempo juntas, en compañía, como se ve en las películas románticas, *"están así de que no se aguantan, que están super melosas, que dices, me va a dar un coma diabético"* (19 años, E5, p. 2). En segundo momento, necesitan que el contacto físico sea escalonado, *"empiezo a besar en el cachete y poco a poco en la boca es magia"* (21 años, E4, p. 2), *"de puramente compañerismo, fue escalando, así como roces, fajes hasta llegar a algo formal"* (19 años, E5, p. 2). Y en tercer momento, deben de encontrar un equilibrio, que no sea tan meloso, pero que tampoco sea indiferente.

Para Bell (23 años, E7, p. 10), las relaciones formales es regresar y terminar infinidad de veces, pues lleva casi 5 años con su pareja actual. A él lo conoció en un bar cerca de la universidad donde estudiaba, *"el papá de mi hija se encontraba en esta bola de amigos, entonces me decían que él me estaba viendo mucho yo dije – no está tan mal –, pero como si me gustó físicamente le dije – te puedo pasar mi*

Facebook –”, así que se fueron conociendo poco a poco, sin embargo ella quería que se formalizara su relación, pero él le daba excusas para no hacerlo, “yo ya quería que llegara ese mes, en marzo yo ya estaba de – ya o que – y le dije – ay no si quieres andar con alguien en un mes que no sea conmigo – y él dijo de – tienes razón ya hay que andar – y así empezamos a andar”.

Algunos/as de los y las participantes de esta investigación, comparten las **rupturas al tener relaciones formales**. En el caso de Shwty (20 años, E3, p. 2), su relación se terminó de manera extraña y confusa, pues él chico le decía que la amaba y que estaba enamorado de ella, un día después “*me terminó y diciéndome que ya no sentía bien conmigo desde meses atrás, literal me dijo – te amo – y al día siguiente – ya no quiero nada contigo –*”, lamentablemente, dos semanas después que la terminó, él ya tenía otra novia, “*nunca ya volvimos a hablar del tema, y pues ya ahí quedó todo*”. Asimismo, Bell (23 años, E7, p. 10), comparte que sus relaciones formales han terminado porque es muy intensa, es decir, “*no nos sabemos comunicar bien, no somos tan empáticos, fuimos en momentos diferentes y cambios diferentes*”, en consecuencia, existen infidelidades “*cada año como 4 infidelidades*”.

Para Mario y Jessica, sus relaciones terminaron porque fueron infieles (por mensajes de texto y besarse con otras personas), “*fue muy doloroso, nunca supe porque cometí esa pendejada de engañarla*” (21 años, E4, p. 3), “*en un evento de aquí de mi municipio me besé con el chavo de mi salón y el chavo con el que andaba se enteró y terminamos*” (23 años, E6, p. 4). Por lo que buscan alguna explicación para esos comportamientos, a lo cual mencionan que no había las atenciones debidas en la relación, así como no cubrir las necesidades de la pareja, “*jamás he sido prioridad, siempre ha sido como de si está ahí, sé que está, pero él se puede ir con otra y sabe que ahí yo voy a estar*” (23 años, E6, p. 4).

Por otro lado, Jessica y Bell, compartieron sus experiencias al tener un bebé con su pareja. En primer lugar, sus parejas no querían tener un hijo/a, “*le dije que - aquí está el problema, aquí está la niña, aquí está la responsabilidad*” (23 años, E7, p. 3), por lo que en todo el proceso del embarazo no sintieron su apoyo, “*ocasionó varias infidelidades de parte de él y la relación se fracturó*” (23 años, E6, p. 6). En segundo lugar, perder “*el sentido de ser pareja*” (23 años, E7, p. 3), “*jamás fuimos*

una pareja después del nacimiento de mi hijo” (23 años, E6, p. 6), es decir, se dedicaron según su rol de género, para los hombres *“dedicarse a dar un gasto, el ser ese soporte económico de la familia y cuidarme”* (23 años, E7, p. 3), y en el caso de las mujeres *“pues cuidarme por el embarazarme, la responsabilidad de solo cuidarla, hacer de comer y o hacer ruido para que se durmiera”* (23 años, E7, p. 3). Y, en tercer lugar, la mayor parte del tiempo eran problemas, peleas y discusiones, *“dejamos de hacer muchas cosas de ese tipo entre nosotros por el simple hecho de estar cuidándola”* (23 años, E7, p. 3)

El embarazo les ha cambiado la vida, en lo que concierne a Jessica (23 años, E6, p. 6), expresa que ser madre es muy lindo si solo es *“con la persona que te demuestre y que en verdad esté contigo”*, gracias a las experiencias que ha tenido en relación con su ex pareja (padre de su hijo), siente que ahora todo se le hace muy tonto *“ahora soy más complicada, como que más aburrida”*. Asimismo, se crean inseguridades cuando una persona le dice que le gusta y quiere tener una cita con ella, a lo que ella se pregunta *“¿te van a querer con un hijo? ¿les gustaras cuando sepan que tienes un hijo? ¿te amarán sabiendo eso? ¿soy suficiente con un hijo?, siempre me justifico que tengo un hijo de 5 años y que nadie aceptará eso”*.

En lo que refiere Bell (23 años, E7, p. 3), ser madre implica muchos cambios y retos, verbigracia, se tienen que hacer las siguientes cosas se quiera o no se quiera:

- 1) Hacer de comer.
- 2) Atenderla/o todo el tiempo,
- 3) Cambiar un pañal a tiempo porque si no ya se rozó.
- 4) Preocuparte por una vida que tiene que cuidarse, pero no sabe hacerlo, tienes que cambiar pañales.
- 5) Tener que estar al pendiente que no se atragante, ahogue o tire toda la comida.
- 6) Es muy complejo hacerte responsable de otra vida.
- 7) Implica esta parte de amor y de cuidado.

3.2.1 *El yin y el yang: La incógnita del amor en el desiderátum*

El desiderátum del amor es una subcategoría entendida como lo que significa culturalmente el amor y cómo debe actuar y pensar, un proceso de deseo, atracción y enamoramiento. Para las mujeres de esta investigación, el amor es:

- 1) Una “**necesidad**”, por lo que siguen una serie de pasos para que un hombre pueda satisfacer sus necesidades; las mujeres se dan cuenta de sus propias carencias, así que buscan a un hombre que las cubra (pueden ser, amigos, hermanos, pareja, padre, etc.), al encontrar al hombre ideal, deciden que él debe cubrir sus necesidades. Consideran estas preguntas para su proceso: “¿Necesito lo que sea que me brinda un chico?, ¿esta persona me llena los espacios que yo no puedo?” (Mar, 22 años, E1, p. 11; Bell, 23 años, E7, p. 10).
- 2) Un tipo de “**violencia aceptada**”, ya que muchas veces se tienen prácticas que pueden percibirse como violentas (celos, infidelidades, gritos, golpes, chantajes, manipulaciones), al cual se preguntan si “¿toda la vida he vivido violencia y cuándo he amado? ¿Realmente he amado a alguien?” (Mar, 22 años, E1, p. 11; Bell, 23 años, E7, p. 10; Jessica, 23 años, E6, p. 5).
- 3) “**Empático**”, es decir, deben de aceptar incondicionalmente a la persona que se ame, sin darle importancia a los defectos que pueda llegar a tener (Shwty, 20 años, E3, p. 5; Jessica, 23 años, E6, p. 5).
- 4) “**Proteger**” y estar para la persona amada en todo lo que le pase, pues tienen que “actuar siempre pensando en la otra persona”. Como consecuencia, genera seguridad y maneras de experimentar preocupación, “si me ama, se preocupa” (Bell, 23 años, E7, p. 10; Jessica, 23 años, E6, p. 5).
- 5) “**Procurar**”, a saber, “hacer todo por algo o alguien”, pero que no rebase un punto donde dañe física, emocional y psicológicamente, un ejemplo de esto, sería “yo le tengo y tenía muchísimo amor a la danza, pero empezó un momento donde ya no me sentía bien, entonces ahí lo dejé” (Shwty, 20 años, E3, p. 5; Mar, 22 años, E1, p. 11).
- 6) “**Lealtad**”, una cualidad muy importante para amar a alguien, porque “realmente no sabes que están haciendo los demás, nunca vas a poder

saberlo, nunca vas a saber realmente lo que en verdad sienten por ti” (Jessica, 23 años, E6, p. 5; Mar, 22 años, E1, p. 11).

- 7) **“Demostrar”**, que el amor sea palpable, tienen que estar seguras que la relación es en serio, esto va a generar confianza y respeto, por lo que *“al final las personas que vas a conocer no tienen la culpa de lo que otras personas te hicieron”* (Jessica, 23 años, E6, p. 5; Bell, 23 años, E7, p. 10).
- 8) **“Recibir”**, es fundamental que no solo se demuestre el amor, sino que se debe recibir en todas las formas posibles, desde los mensajes, llamadas, videollamadas, publicaciones hasta lo verbal, no verbal y el afecto físico (Shwty, 20 años, E3, p. 5; Jessica, 23 años, E6, p. 5; Bell, 23 años, E7, p. 10; Mar, 22 años, E1, p. 11).

En lo que concierne a los hombres que participaron en esta investigación, el amor es:

- 1) *Un “interés genuino”*, puesto que las personas que les interesan legítimamente siempre van a querer ver crecer a la otra persona, así como *“sentirse feliz por sus logros, el querer un bienestar”* y fomentar relaciones más íntimas (Tom, 23 años, E2, p. 10; Pacheco, 21 años, E8, p. 4).
- 2) *Una “necesidad”*, por lo que buscan a una mujer que tenga necesidades de afecto, apoyo y de bienestar biopsicosocial, un ejemplo de esto sería el siguiente: *“pongo a esa persona que amo en una zona de confort donde se siente feliz, se siente segura y si siento bonito quiere decir que, si quiero algo, no quiero que nadie le haga daño, quiero que coma aquí en paz”* (Mario, 21 años, E4, p. 7; Carlos, 19 años, E5, p. 3).
- 3) **“Dar”** todo lo que esté al alcance de sus manos para que se puedan tener relaciones perdurables, así que deben de ser vitaminosos, productivos y reales (Mario, 21 años, E4, p. 7; Pacheco, 21 años, E8, p. 4).
- 4) **“Empático”**, deben de *“sentir la piel de la otra persona”* porque solamente así, es cuando hay un amor sincero (Mario, 21 años, E4, p. 7; Carlos, 19 años, E5, p. 3).
- 5) **“Estabilidad”**, ya que debe de poner toda la vida en orden,

- 6) **“Tener buena descendencia”**, por lo que tienen que buscar a una persona que físicamente sea atractiva para asegurar y preservar su especie, pues *“escoges en función de lo que quedaría mejor a la descendencia”* (Carlos, 19 años, E5, p. 3).
- 7) **“Compañía”**, la única manera de saber que se ama es estar cerca de la otra persona y viceversa (Pacheco, 21 años, E8, p. 4; Mario, 21 años, E4, p. 7).
- 8) **“Construcción experiencial significativa”**, significa que en la relación construyen, reconstruyen y co-construyen (Pacheco, 21 años, E8, p. 4; Tom, 23 años, E2, p. 10).
- 9) **“Un lugar bonito”**, donde existen sentimientos como la *“felicidad paz, tranquilidad”*, lo fundamental es conversar (Pacheco, 21 años, E8, p. 4; Tom, 23 años, E2, p. 10; Mario, 21 años, E4, p. 7).

3.2.2 **Del flan a la gelatina de agua: El desiderátum del desamor**

El desiderátum del desamor es una subcategoría entendida como lo que significa culturalmente el desamor, conlleva el sufrimiento desenamoramiento, pérdida de deseo y atracción. Para las mujeres de esta investigación, el desamor es:

- 1) **“Necesidades no cubiertas”**, cuando ya no hay espacio o persona suficiente que pueda cubrir todas las necesidades *“que ni tú sabes cómo llenar”* (Bell, 23 años, E7, p. 10; Mar, 22 años, E1, p. 11).
- 2) **“No tener lo que se quiere”**, al momento de este evento, se preguntan: *“¿cómo por qué voy a seguir con alguien que no me hace sentir bien?”* (Jessica, 23 años, E6, p. 5; Mar, 22 años, E1, p. 11).
- 3) **“Confusión”**, el no saber lo que se quiere destruye cualquier relación y eso provoca inseguridades (baja autoestima, autopercepción) (Shwty, 20 años, E3, p. 5; Jessica, 23 años, E6, p. 5).
- 4) **“Decepción”**, ya que esperan a que toda la relación sea perfecta, sin embargo, existe el ocultamiento de cosas, sentimientos y acciones (infidelidades, engaños), por ejemplo, *“me hayan cambiado por otra persona cuando dijeron que no había nadie”* (Jessica, 23 años, E6, p. 5; Bell, 23 años, E7, p. 10).

- 5) **“Abandono”**, por lo que existen sentimientos de soledad, miedo a estar sola y el nulo afecto físico, verbal y material (Shwty, 20 años, E3, p. 5; Mar, 22 años, E1, p. 11).
- 6) **“Falta de atención”**, cuando el hombre no es detallista (no da regalos, flores, afecto), asimismo, siempre son ellas las que dan más atención, *“yo soy la que siempre da más, no sé, cartas, algún dulce”* (Shwty, 20 años, E3, p. 5; Jessica, 23 años, E6, p. 5; Bell, 23 años, E7, p. 10; Mar, 22 años, E1, p. 11).
- 7) **“Engaño”**, por lo que siempre han vivido dentro de mentiras, a lo cual se preguntan, *“¿realmente soy yo o son ellos el problema de las relaciones?”* (Shwty, 20 años, E3, p. 5; Jessica, 23 años, E6, p. 5; Bell, 23 años, E7, p. 10; Mar, 22 años, E1, p. 11).
- 8) **“Deslealtad”**, es decir, tener una pareja, pero estar enamorada y anhelar a otra persona, aunque no es tan importante, en pocas palabras, *“el desamor es lo contrario al amor”* (Shwty, 20 años, E3, p. 5; Jessica, 23 años, E6, p. 5).

En lo que concierne a los hombres que participaron en esta investigación, el desamor es:

- 1) **“Desinterés”**, en el momento que ya no exista una energía o motivación que mueve a realizar, buscar y querer saber más de la otra persona, *“es ahí cuando ya no hay amor”* (Tom, 23 años, E2, p. 11; Mario, 21 años, E4, p. 8).
- 2) **“Desamparo”**, cuando son solo ellos quienes aportan e intentan construir una relación, pues se cansan y se desvanece todo sentimiento (Mario, 21 años, E4, p. 8; Carlos, 19 años, E5, p. 4).
- 3) **“Poner excusas”**, se ponen obstáculos para que no exista ningún tipo de contacto (físico, virtual), así que genera la separación (Mario, 21 años, E4, p. 8; Carlos, 19 años, E5, p. 4; Pacheco, 21 años, E8, p. 4).
- 4) **“Aburrimiento”**, no provocan sentimientos de alegría o bienestar, verbigracia, *“hablar con una señora ya grande en un domingo caluroso, no hay mucha conversación que ofrecer, hace calor, me quiero ir, pero no le deseo mal a la señora”* (Tom, 23 años, E2, p. 11; Mario, 21 años, E4, p. 8; Carlos, 19 años, E5, p. 4; Pacheco, 21 años, E8, p. 4).

- 5) **“Decepción”**, cuando se pierde el sentido del amor, en consecuencia, lastima y parte el alma en múltiples pedazos, *“una persona a la que tu querías como un flan con caramelo, termina siendo gelatina de agua”* (Tom, 23 años, E2, p. 11; Mario, 21 años, E4, p. 8).
- 6) **“Tragedia”**, conlleva una fatalidad, una gran pérdida del sentido, es como si *“el flan estuviera perdiendo todos sus componentes, empieza a perder el color amarillo, el sabor rico, el caramelo y se convierte en una gelatina de agua. Es horrible porque tu querías comer ese flan y resulta que pierde toda esta esencia y te duele”* (Mario, 21 años, E4, p. 8; Pacheco, 21 años, E8, p. 4).
- 7) **“Ausencia”**, no existe nada que pueda mantener la relación por lo que se vuelve *“efímero y fácil de rechazar”* (Tom, 23 años, E2, p. 11; Mario, 21 años, E4, p. 8).
- 8) **“Un lugar oscuro”**, donde provoca *“angustia, ansiedad, rabia, irritabilidad, ira”*, quitando toda paz, generando la destrucción de todo ser. (Tom, 23 años, E2, p. 11; Mario, 21 años, E4, p. 8; Carlos, 19 años, E5, p. 4; Pacheco, 21 años, E8, p. 4).
- 9) **“Reflexionar”**, el desamor es necesario para que podamos desarrollarnos, ya que hace *“pensar, cuestionar y dudar de lo que pasa en la relación”*, gracias a esto las relaciones funcionan y evolucionan (Tom, 23 años, E2, p. 11; Mario, 21 años, E4, p. 8; Carlos, 19 años, E5, p. 4; Pacheco, 21 años, E8, p. 4).

3.2.3 Cómo te ven te tratan: La importancia de la apariencia física en las relaciones socioafectivas

La apariencia física, es una subcategoría entendida como las características estéticas y físicas que tiene una persona tanto facial como corporal, que será parte fundamental de su personalidad e influye en la construcción de relaciones socioafectivas. Para estos jóvenes estudiantes universitarios lo que les gusta físicamente de una mujer es:

- 1) **“La firmeza de sus senos”**, aunque el tamaño no importa, tienen que lucirlos de manera sensual (Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) **“Qué la cintura esté marcada”** y sea un rasgo distintivo entre la zona exterior e interior (Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **“La firmeza y visibilización del glúteo”**, es muy importante que se note, aunque no se tenga volumen (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 4) **“Sus piernas”**, que procuren cuidarlas y se vean suaves, finas y atractivas (Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Para las jóvenes estudiantes universitarias, lo que les gusta físicamente de un hombre es:

- 1) **“La estatura”**, es decir, tienen que medir más de 1.75 para que puedan relacionarse y estar en contacto físico, emocional y psicológico (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 2) **“Que tengan una espalda tonificada y ancha”** (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 3) **“Brazos tonificados”**, que tengan la fuerza suficiente para cargar cualquier cosa (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 4) **“La voz”**, deben de tener una voz grave, gruesa y sobre todo que no sea monótona (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 5) **“El color de piel”** es muy importante para elegir con quién se quieren relacionar (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

Las y los jóvenes estudiantes universitarias, concuerdan en lo que les gusta físicamente de una persona, ya sea hombre o mujer:

- 1) **“El peso”**, tienen que estar delgados/as o ligeramente con panza, procuran ver si tienen el abdomen marcado (músculos visibles) (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) **“La buena estructura, afinidad y finura de su rostro”** (ojos, pestañas, cejas, nariz, labios, sonrisa, dientes y cuello) para que se vean seductores y cuidadosos (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **“La forma de vestirse”**, que sea congruente con lo que dice que es (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 4) **“Su cabello”**, que se encuentre en buen estado, que huela rico y que esté moldeable (brillante, sedoso y suave) (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Los hombres y mujeres de esta investigación comparten algunas experiencias donde la apariencia física fue o es importante para relacionarse. Para Mar (22 años, E1, p. 6), es fundamental que se relacione con personas físicamente atractivas (para ella), *“creo que no nos atrevemos a decir – yo le estoy hablando a este chico porque me atrae”*, solo así despierta su sexualidad, *“mis emociones, mi actitud, mi manera de hablarle va a cambiar”*, ya que las personas son animales y van viviendo gracias a sus cinco sentidos (oído, tacto, olfato, gusto y vista). Es por eso que ella trata de verse bien *“la mayoría del tiempo porque yo creo que una persona se le agrada por la vista”*, pues tiene la idea de *“cómo te ven te tratan”*.

En el caso de Tom (23 años, E2, p. 9), las personas con las que él se quiere relacionar deben de tener rasgos de su apariencia física marcados (senos, glúteos, piernas, rostro), *“no se pierda en un cuerpo plano, que, si se le salgan las nalgas,*

las chichis que se le marquen”, asimismo, deben de vestirse de forma inteligente *“como te cortas el cabello, te maquillas, que lentes te pones”*. En lo que respecta a Mario (21 años, E4, p. 5), la sonrisa es el primer paso para relacionarse, pues el tamaño de los labios y la forma de los dientes es el pilar para que entable relaciones duraderas, *“tenía una sonrisa que pareciera que no la ves siempre y eso valía mucho”*, de la misma manera, para que una mujer se considere guapa, debe de tener *“unos senos grandes, tenía sus nalgas”*, aunque no le desagrada si tiene panza de más.

Por otro lado, para Pacheco, Tom, Mario y Carlos lo que les disgusta físicamente de una mujer es:

- 1) **“Tengan dientes pequeños”**, pues eso quita todo atractivo que hay en ellas, ya no pueden sonreír (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5).
- 2) **“Que tengan senos doble D”**, no les gusta que tengan mucho busto porque les da asco ver como se mueven o que se sientan muy pesados (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **“Lo antihigiénico”**, que no procuran arreglarse y se vean muy descuidadas, también el mal olor (axilas, mal aliento, sudor) que puedan transpirar al no bañarse (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Por otro lado, para Jessica, Bell, Mar y Shwty lo que les disgusta físicamente de un hombre es:

- 1) **“Ojos pequeños”**, no tiene ningún sentido verlo, ya que no genera confianza, seguridad y aceptación (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 2) **“La forma de nariz”**, ya que los hace menos atractivos el tener una nariz con algún defecto (chata, ancha, torcida, asimétrica, águila) (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).

- 3) “**Las consecuencias de los malos hábitos**”, por ejemplo, el fumar provoca mal aliento, dientes amarillos, con el alcohol se pierde la erección (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

Siguiendo la misma línea, estos/as jóvenes estudiantes universitarios/as narran algunas experiencias donde la apariencia física fue o es importante para no relacionarse. En el caso de Mar (22 años, E1, p. 4), comparte que es prohibido decir que una persona está con alguien solo porque huele rico “*automáticamente dicen – Ay, esta quiere algo conmigo –*” cuando no necesariamente es así, solo es la satisfacción de necesidades tanto biológicas como sociales.

Para Tom (23 años, E2, p. 9), el hecho que, si una mujer tiene “*unas bonitas chichis*”, pero se pone un abrigo encima, perdería los atributos que tiene y “*la parte corporal aislada no me atraería 100%, se me hace algo muy simplista*”, entonces, para qué existe un deseo de relacionarse con otra persona “*tiene que tener mucho adorno para mí*”, a saber, cómo está forrado ese cuerpo, que es lo que se pone para lucirlo y no ocultarlo. En lo que concierne a Mario (21 años, E4, p. 5), evita a las personas que tienen mal aliento y no se cuida de manera bucal, así como que huelan feo al no usar productos de calidad, “*en un principio no olía mal, pero de repente ya olía a sobaco*”, en sintonía, la vestimenta genera un deseo de estar o no con otra persona, “*cuando andaba de pijama parecía viejita, se vestía como su mamá, me dolía la espalda de verla, me daban ganas de ayudarla a cruzar la calle*”.

3.2.4 Eres o no eres: La personalidad ideal para tener relaciones socioafectivas

La personalidad es una subcategoría entendida como un proceso continuo entre lo social e individual, una construcción y co-construcción de prácticas, pensamientos, sentimientos, cualidades, actitudes, aptitudes, habilidades, visiones, etcétera., se van entrelazando gracias a la participación y socialización con otras personas. Para los hombres de esta investigación la personalidad que les gusta de una mujer es que sean:

- 1) Que tomen la **“iniciativa”** al hacer, decir y pensar las cosas, deben de ser propositivas y que hagan las cosas porque les nace y no por obligación (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) **“Tiernas”**, que sean capaces de dar amor y complacer sin esperar nada a cambio (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) Sus **“gustos musicales”**, es importante que concuerden con esos gustos para que puedan entablar una relación (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 4) **“Posturas políticas”**, al expresar que ideologías tienen respecto a diferentes temas, les ayudará a visualizar si cumplen o están de acuerdo o no y poder elegir relacionarse (Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 5) **“Extrovertida”**, que tengan actitudes de convivencia, que sean divertidas, alegres y sobre todo que no sean tímidas o penosas (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Carlos, 19 años, C6, p. 6).
- 6) **“Sentido del humor”**, deben de superar las adversidades a través de la felicidad, bromas y aceptación de sus sentimientos (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 7) **“Madurez”**, tienen que estar desarrolladas en todo ámbito de la vida (laboral, relacional, académico) (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 8) **“Inteligencia”**, deben de ser capaces de dominar habilidades y aptitudes para que puedan llamar la atención, pues denota que son responsables (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 9) **“Seguridad”**, les encanta que sean personas soberbias, gracias a que tienen confianza, ellos no trabajaran en darles la seguridad (Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Para las mujeres de esta investigación, la personalidad que les gusta de un hombre es que sean:

- 1) **“Alegres”**, deben de sentirse vivos, transmitir paz y tranquilidad, ya que eso sirve para que ellas se sientan cómodas (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 2) **“Chistosos”**, para que sean entretenidos, se la pasen a gusto y no se aburran, pues es muy fácil para ellas el aburrirse de hombres serios (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 3) **“Seguros”** para que tomen decisiones por sí solos, esto demuestra que tienen presencia y no necesitan de otras personas (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 4) **“Capacidad para mantener conversaciones”**, es fundamental que al platicar suene y sea interesante, que nutra, sume y enseñe, ya que eso provoca que ellas se interesen por saber más y tienen asegurado que jamás se acabará alguna conversación (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 5) **“Expresar sus pasiones”**, tienen que hablar de todo lo que les gusta de manera sincera, por ejemplo, los videojuegos, fútbol, licenciatura, etc. (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 6) **“Pensamiento lógico”**, deben de ser muy inteligentes para que puedan observar, analizar y reflexionar todo lo que sucede en un contexto particular (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4).
- 7) **“Sensibles”**, cuando llegan a tener confianza es muy importante que demuestren todas sus emociones y sentimientos de manera libre para que así se logre una conexión más profunda (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

Estos/as jóvenes estudiantes universitarios/as describen algunas experiencias que han tenido al elegir o estar con una persona que cumple con la personalidad deseada. En lo que concierne a Mar (22 años, E1, p. 7), la personalidad es pilar para que ella pueda entablar relaciones socioafectivas, pues tiene la idea de que “el amor es la primera palabra”, cuando las características ideales son cumplidas “yo digo – bye, me perdieron – O sea, creo que las palabras,

su seguridad y que tenga firmeza en sus opiniones y palabras, eso es lo que me gusta". Para Tom (23 años, E2, p. 8), lo que más le prende, invade toda su atención y genera un interés profundo es que una persona sea segura, tenga apertura a cosas nuevas, y que tengan cosas en común, verbigracia, *"en gustos, como el nivel intelectual, siento que eso juega una parte importante"*.

Shwty (20 años, E3, p. 4), reconoce que le atraen personas con problemas de adicción, familiares, etcétera, *"la verdad es que todos mis novios que he tenido han sido marihuanos"*. En el caso de Mario (21 años, E4, p. 4), se relaciona con personas que tienen un semblante muy serio, pero que es divertida, expresiva, y al mismo tiempo resguardada y un poco tímida, también acepta los géneros musicales de la otra persona para pasar momentos agradables, *"que siempre tuve esa iniciativa de entenderla, solo con Diana tuve esa conexión, con las demás chicas solo fue para levantar el ego"*.

En lo referente a Jessica (23 años, E6, p. 1), comenta que no va a tener los mismos sentimientos con una persona que con otra, *"puede ser que con una persona te gusta que te abrace y bese y con otra no"*, depende de lo que se sienta hacia la otra persona. Para Bell (23 años, E7, p. 5), la atención es importante para que pueda establecer relaciones duraderas, las personas que conoce les pone muchos obstáculos, por ejemplo, *"él tiene que venir por ti, él tiene que pedir permiso, si sales con él tiene que venir por ti y te tiene que dejar aquí"*, la otra persona sí o sí tiene que aceptarlo *"si las quiere aceptar, pues que las acepte y si quiere salir conmigo las tiene que aceptar y hará esas cosas, hacía todo lo que yo le pedía, absolutamente todo y yo pensé, mmm... entonces si quiere estar conmigo"*.

Para Jessica, Mar, Bell y Shwty, la personalidad que les disgusta de un hombre es que sean:

- 1) **"Inmaduros"**, que todas las situaciones se la tomen a juego, un chiste o burla, así como no saber resolver situaciones que puedan repercutir en el futuro (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 2) **"Desconfiados"**, no tienen la capacidad de ser seguros con ellos mismos, es decir, que tengan una autoestima baja y que se la pasen depresivos,

- provocando que no puedan confiar en la otra persona (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 3) **“Desleales”**, cuando no valora todo lo que otra persona hace por él, así como criticarlas o incluso contar los secretos que alguna vez le fueron confiados (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
 - 4) **“Machistas”**, que tengan comportamientos, actitudes, pensamientos y sentimientos donde marquen una superioridad ante las mujeres (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
 - 5) **“Conformismo”**, se quedan con lo que conocen y no toman riesgos para crecer o desarrollarse, en consecuencia, son incapaces de cuestionar su vida. (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
 - 6) **“Incapacidad para sentir”**, su nulo conocimiento para sentir y expresar sus emociones, necesidades y sentimientos (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

Para Pacheco, Tom, Mario y Carlos, la personalidad que les disgusta de una mujer es que sean:

- 1) **“No expresar su sentir”**, cuando no comunican lo que les disgusta, sus opiniones, sentimientos, emociones, pensamientos y se lo guardan (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5, p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) **“Tener expectativas ideales”**, que pidan a un hombre perfecto, donde esté solo para ellas y que le cumplan todas las necesidades (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5, p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **“Cerradas al diálogo”**, les cansa que siempre quieren tener la razón de todo, aunque estén equivocadas, ya que, si no se las dan, se les está invalidando (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5, p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

- 4) **“Manipulación”**, al momento de la existencia de un conflicto, la mayoría de las veces ellas explotan en su sentir y los atacan de forma verbal (gritos, insultos), llegando al chantaje y amenaza (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Las mujeres y hombres de esta investigación describen algunas experiencias que han tenido al no elegir o no estar con una persona que no cumple con la personalidad deseada. Mar (22 años, E1, p. 7), comparte que hay muchas personas que modifican su personalidad al estar con una persona, pues les interesa quedar bien antes que se establezca una relación real, *“voy a poner un ejemplo, te ven otaku y es como de – es que a mí me encanta – y después te das cuenta que no es cierto”*, así que ella no está con personas que sean incongruentes, *“prefiero que me lo digas, prefiero que me digas, qué si te gusta”*.

Tom (23 años, E2, p. 8), ha conocido mucha gente que físicamente se le hace muy atractiva hasta genera deseo sexual, empero, cuando le hablan, se desvanece mucho su deseo o desaparece, *“si estas muy guapa, pero no me gustaría estar contigo”*, asimismo a él le interesaban las personas que tenían un estilo con las marcas H&M Forever 21, sin embargo al momento que fueron moda, *“antes yo veía a una morra vestida de mallas, falda y una blusa, como que ya no tenían nada que ver con lo que yo me imaginaba, me defrauda su actitud”*, así que una personalidad vacía, no es de gran deseo para él.

Shtwy (20 años, E3, p. 7), hizo un análisis profundo sobre lo que no quiere en una persona, llegando a la conclusión que una personalidad que no le agrada es que los hombres se cierran mucho a sus ideas y sentimientos, que no expresen lo que les sucede, y que usen la palabra “intentar”, pues *“¿intentar?, o sea, que te está costando demasiado trabajo, ¿te cuesta demasiado trabajo decirme un te quiero por lo menos una vez al día?”*, puesto que ella no está para pedir las cosas, más bien los demás las tienen que llevar a cabo porque *“él sabía bien mi lenguaje del amor, las cosas que yo ocupaba para sentirme querida por él, y pues no obtuve realmente un cambio en él, son cosas básicas de una relación”*. Por último y no menos importante, Bell (23 años, E7, p. 7), detesta a las personas que son muy absorbentes en todo ámbito de la vida, por ejemplo, *“no quería que nadie me tocara, hablara, mirara, él me daba el amor del mundo, él me consentía y yo no necesitaba*

según él a nadie más”, en consecuencia, se fastidia que le pide que satisfaga todas sus necesidades, ella no las puede cubrir y jamás lo hará.

En relación a Mario (21 años, E4, p. 6), evita a personas, en particular mujeres que sean chantajistas y manipuladoras, ya que él espera un trato digno y con respeto, *“esperaba al final del día un mensaje de mi novia diciendo - ¿estás bien?, ¿quieres un besito?, quieres un abrazo?, nos vemos el fin de semana, aguanta”*, empero, gracias a la manipulación utilizaba estrategias como, *“que ya le había pasado así, siempre aplicaba esa, me sentí presionado, yo sentí que cuando ella me decía eso que yo estaba fallando y sentía que la engañaba, y bloqueé de todas mis redes a mis ex’s”*, sintiéndose en la palma de su mano (de ella), *“me sentía manipulado y condicionado por ella”*, por lo que ahora no permite que ninguna persona se así con él.

3.2.5 Encender la llama del amor: Experiencias que mantienen una buena relación socioafectiva

El mantenimiento es una subcategoría entendida como buscar la manera que perduren una relación a lo largo del tiempo; salvar, reparar, restablecer, y prevenir su declive, así como utilizar diferentes métodos y/o estrategias. Para las jóvenes estudiantes universitarias mencionan lo que se necesita para mantener una relación:

- 1) **“Empatía”**, deben aceptar incondicionalmente a la otra persona, generando respeto, esto ayuda a que la relación perduró mucho tiempo (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 2) **“Protección”**, se necesita que siempre estén pensando en su pareja, y apoyarla en todo lo que le pase, generando confianza, seguridad y comprensión (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 3) **“Fe”**, a saber, tener esperanza de las cosas que aún no podemos visualizar o palpar en el presente, lo que se hace es demostrar y esforzarse por cumplir metas (no romper la relación, buscar opciones como salidas, regalos,

- detalles, mensajes, etc.). y en un futuro puedes ver las recompensas (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
- 4) **“Recibir”**, es fundamental que no solo se demuestre el amor, sino que se debe recibir en todas las formas posibles, desde los mensajes, llamadas, videollamadas, publicaciones hasta lo verbal, no verbal y el afecto físico (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
 - 5) **“Espontaneidad”**, la pareja debe de vivir en el aquí y en el ahora, sin reprimir emociones, sentimientos o pensamientos, donde no puedan darle explicaciones todo lo que hacen, más bien solo sentirlo (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).
 - 6) **“Ganas de un cambio”**, es importante que las dos personas tengan la intención de cambiar y mejorar, así tendrán metas juntos permitiendo que se queden y caminen por los mismos ideales (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Shwty, 20 años, C7, P. 7).

En el caso de los jóvenes estudiantes universitarios, mencionan lo que se necesita para mantener una relación:

- 1) **“Interés genuino”**, todo lo que se siente en relación con la pareja debe de ser mutuo, sincero y real, teniendo como meta principal que se demuestre de ambas partes (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) **“Paciencia”**, tienen que saber afrontar y tolerar todas las adversidades que surjan en la relación, esto permite la calma y tranquilidad, en consecuencia, las cosas no solo dependen de una persona, sino también del tiempo (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **“Erotismo”**, el aumento del contacto físico y verbal, es decir, generando sensualidad y deseo, por ejemplo, besos, caricias, abrazos, estimulación en zonas erógenas, así como en los órganos sexuales, palabras como “te amo”,

“te necesito”, “te extraño”, etcétera (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

- 4) **“Compromiso”**, deben de estar conscientes que hay acuerdos que deben de cumplir para que la relación perdure, permitiendo que se superen cada día más. Asimismo, se les invita a que se sigan conociendo para mejorar el compromiso y así disfrutar cada momento (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 5) **“Apego”**, la pareja debe de ser para siempre, ocasionando que se haga hasta lo imposible para que puedan estar juntas, puesto que utilizan estrategias como la dependencia emocional y sexual (Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Las mujeres y hombres que participan en esta investigación comparten sus experiencias donde el mantenimiento fue o es parte fundamental en sus relaciones de pareja. Para Mar (22 años, C4, p. 4), ella siempre es la que tiene las ganas de continuar con la relación, por lo que aumenta el amor y el deseo por seguir intentando, *“es a causa mía que mis relaciones no se derrumban a la primera”*.

En referente a Mario (21 años, E4, p. 3), al ver que sus relaciones estaban en la cuerda floja, debía de llenar a sus parejas en todos los sentidos, cubrir todas sus necesidades, ya que *“me gustó tanto su manera de ser que decidí yo buscar maneras y soluciones para que yo pudiera tener disfrute de la relación con ella en todo sentido”*. Shwty (20 años, E3, p. 3), cuenta que siempre están el uno para el otro, apoyando y ayudando en infinidad de cosas hasta en los momentos más complicados, *“estábamos mutuamente ahí”*, provocando que ella y su pareja conocieran lo peor de sí mismos/as y que se mostraran los defectos, *“aun así nos quedamos o incluso nos intentamos ayudar, como a mejorar, esta relación la he sentido que fue como muy real”*.

En lo que concierne a Carlos (19 años, E5, p. 4), menciona que en ninguna relación no haya conflictos y desestabilidad, ya que siempre habrá algo que la mueve y la ponga contra la espada y la pared, *“el punto no es que pase porque sé que va a pasar y pasará muchas veces, eso ya lo sé”*, por lo que él primero busca el origen del conflicto, en lo que las cosas se calman y tranquilizan, en consecuencia,

pueden aprovechar más el tiempo y recursos para mejorar la relación y que no se destruya, y pone el ejemplo siguiente; *“sería como el lago, si tú avientas una piedra a un lago, pues obviamente se van a quedar como las ondas del agua, todo se va a mover, entonces, sería como dejar que todo se calme, checas qué pasó con la piedra, de donde viene y eventualmente tratarlo porque si es en el momento todavía está el movimiento, todo está medio caótico y no sé solucionarían nada, incluso no ves cómo era la piedra en realidad como es porque el agua está toda distorsionada”*.

3.2.6 Apagar el fuego: Motivos por los cuales se terminan las relaciones socioafectivas

El rompimiento es una subcategoría entendida como el fin a un proyecto de vida, una desintegración de las personas involucradas, teniendo sensaciones de fracaso. Para Jessica, Bell, Mar y Shwty, así como Tom, Mario, Carlos y Pacheco, concuerdan que los motivos para que ocurra el rompimiento de una relación son:

- 1) **“Infidelidad”**, cuando se rompen los acuerdos que alguna vez negociaron, puede ser el engaño (físico, emocional, verbal o sexual) con otra persona, las mentiras, el ocultamiento de las acciones, dejar de cumplir lo que se prometió, etcétera (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) **“Falta de confianza”**, dificultando la comunicación entre la pareja, generando distanciamiento, dudas, y conflictos al expresar sus emociones y sentimientos (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) **“Celos excesivos”**, pueden existir celos en la relación, pero que no sobrepase los mismos, por ejemplo, el ya no dejar que salga con amistades, el que se ponga cierto tipo de ropa, que ya no hable con personas que quieran algo con la pareja, que bloquee a su ex, etcétera (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).

- 4) **“Aburrimiento”**, en el momento que todo se vuelve monotonía y costumbre, ya no hay nada nuevo por explorar, aprender, enseñar o simplemente vivir cosas nuevas, no existe el progreso y son un obstáculo para el desarrollo (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 5) **“La salud mental”**, es fundamental el darse cuenta que se están lastimando emocional, física y psicológicamente por lo que la mejor decisión es procurarse una/o misma/o (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 6) **“Falta de tiempo”**, ya no existe gran tiempo para la pareja, pero sí para otros eventos y personas, es decir, la indiferencia de pasar tiempo de calidad con la pareja para pasarlo con otras personas (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 7) **“Falta de atención”**, cuando la pareja no se ve frecuentemente las necesidades de cada una se van cumpliendo con otras personas y no con su pareja, provocando el alejamiento y distancia emocional, físico y sexual (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 8) **“No estar en los planes a futuro”**, si no existen metas en pareja a corto y largo plazo, la relación no funciona porque no hay seriedad y parece más un juego de niños (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 9) **“Violencia”**, cuando ocurren gritos, golpes, ofensas, invalidaciones en la pareja, es momento del rompimiento para que no lleguen a la baja autoestima, incluso la muerte (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5. p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).

- 10) **“Dar todo sin recibir nada”**, solo una persona en la relación se esfuerza por estar bien y que la pareja fluya adecuadamente, pero no hay un agradecimiento o ganas de la pareja de ser igual o mejor (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Tom, 23 años, C5, p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).

Estos/as jóvenes estudiantes universitarios/as, comparten los factores importantes que llevaron al rompimiento de sus relaciones de pareja. Para Shwty (20 años, E3, p. 3), fue la falta de tiempo en pareja, por lo que decidió ir a terapia, donde le dijeron que siempre había tiempo, sin embargo para su pareja, ella no era prioridad, ya que no le brindaba todos los recursos a ella, *“yo si me partía en cachitos como por lo menos abrirme un tiempo, él si era como de – no, no puedo y punto – y yo de - ¿cómo que no puedes así no más?”*, asimismo, fue la falta de atención tanto emocional como física, ella se dio cuenta que le estaba pidiendo atención, empero, *“ no era lo que tenía que pedirle, entonces fue ahí cuando empezó a fallar muchísimo todo”*.

En el caso de Mario (21 años, E4, p. 3), fue la violencia verbal con la que él vivía, *“ella levantaba mucho la voz, me llegó a gritar y yo me sentí amenazado”*, generando que la comunicación se fuera extinguiendo poco a poco, de la misma manera, empezaban las comparaciones con otras personas, *“ella hablaba del chico con una descripción tan completa, cuando no lo hacía conmigo. Era como de – tenemos esto en común, él es así, así, así y así – Y siempre fue así, me hubiera gustado que lo hicieras conmigo, decir – es que me gustas porque eres muy así, así, así y así – jamás lo hizo”*.

En referencia a Carlos (19 años, E5, p. 5), fue porque notó muchos cambios en su pareja donde él no pudo aguantar y tolerar, teniendo consecuencias como *“estamos en dos cosas completamente diferentes llegan comentarios donde ella hace, no hace, dice, no dice, así como le llegan comentarios míos a ella”*. Para Jessica (23 años, E6, p. 4), fue el no darle tiempo suficiente a su pareja para terminar con su otra relación porque ella pensaba que había cerrado ese ciclo, empero, *“no supe como que poner un alto y eso es parte de mi baja autoestima”*

porque chavos había, el punto es que yo nunca lo quise ver así y me aferré a como a la idea de que – me ha buscado mucho tiempo y yo soy la que no lo hace”.

En lo que concierne a Bell (23 años, E7, p. 4), fue el sentimiento de aburrimiento, pues siempre sus parejas hacen lo mismo todo el tiempo, no existe la curiosidad, alegría, riesgos, etcétera, *“yo decía – otra vez lo mismo, que flojera, ya me aburrí – y pues sí, si me alejo”*, así que hay pocas personas que *“entienden mi forma de ser y ritmo de vida, son las que conservo”*. En cuanto a Pacheco (21 años, E8, p. 5), fue en el momento que la confianza se esfumó y se llore en la relación *“yo digo que si la persona te hace llorar ¿para qué sigues ahí? Porque una persona que te quiere, te quiere ver feliz, entonces para mí que alguien me haga llorar ya valió madres”*.

3.3 Entretejiendo el desiderátum: Impacto de la pandemia COVID-19 en las relaciones socioafectivas

La pandemia COVID-19 es un eje teórico entendido como los impactos sociales y personales a partir de los contagios iniciados en México en marzo del 2020. Las y los participantes de esta investigación, compartieron sí fueron contagiados por este virus, teniendo cuatro respuestas afirmativas y cuatro negativas (ver Tabla 4):

Tabla 4. Datos del contagio COVID-19 de las y los participantes

Seudónimo	Contagio por COVID-19	Fecha de contagio	Secuelas
Jessica	No	-	-
Pacheco	Si	agosto 2020	Si
Bell	Si	enero 2022	Si
Mar	No	-	-
Tom	No	-	-
Carlos	Si	enero 2022	No
Shwty	No	-	-
Mario	Si	agosto 2021	Si

Los/as jóvenes estudiantes universitarios/as que fueron contagiados por COVID-19 expresaron las secuelas que tuvieron, por ejemplo, para Pacheco (21 años, C2, p. 2) fueron los *“problemas en los pulmones”*. En el caso de Bell (23 años, C3, p. 3), cuando hace mucho frío le da tos, también le cuesta realizar actividades que implicaran gran impacto (correr, cargar cosas pesadas), *“era cansarme por cualquier actividad debido a la falta de aire”*, en adición, Mario (21 años, C8, p. 8) perdió el *“olfato y gusto”*.

Por otro lado, Mar y Pacheco, compartieron que el inicio de la pandemia fue agradable, sin embargo, los/as hizo estar más tiempo para sí, *“me hizo sobrepensar más las cosas, de por sí soy muy ansiosa y tener esos momentos para, pues para pensar en mi para sí cómo me siento, pues fue un choque muy grande”* (22 años, E1, p. 1), evitando comer o dormir, incluso dejar de realizar actividades tanto recreativas como escolares, *“cuando aún no pasaba la pandemia, todos teníamos problemas mentales, pero eran normales, haz de cuenta que cuando pasa la pandemia, uno se vuelve loco”* (21 años, E8, p. 1). Por lo tanto, existen algunas razones para estos eventos, verbigracia, *“fue cuando rompí una relación”* (21 años, E8, p. 1), así como estar acostumbrados/as a tener actividades de la vida diaria (rutinas) que *“que no nos damos un tiempo para nosotros, no sabemos cómo comunicarnos con nosotros mismos”* (22 años, E1, p. 1).

Se observaron algunas diferencias de las actividades que dejaron de hacer a partir de la pandemia los y las jóvenes estudiantes universitarios/as. Por ejemplo, Jessica, Bell y Mar, dejaron de realizar actividades recreativas, *“deje de asistir a lugares como la escuela y bares”* (23 años, C1, p. 1), *“salir a correr, salir al cine o restaurantes, ir al gym y dejar de estar con mis amigos”* (22 años, C4, p. 4) y *“dejar de ver a mi familia, ir a la universidad, viajar”* (23 años, C3, p. 3). En lo que concierne a Pacheco, Tom y Carlos, dejaron de realizar actividades deportivas y académicas, *“ya no asistí a mis clases de cine”* (21 años, C2, p. 2), *“dejé de ir a natación en alberca”* (19 años, C6, p. 6) y *“ya no jugué básquet”* (21 años, C8, p. 8), de la misma manera, dejaron de vivir solos y optaron por irse con la familia, *“ir a fiestas y usar transporte público”* (23 años, C5, p. 5).

Siguiendo la misma línea, se encuentran similitudes en las mujeres y hombres de esta investigación, pues dejaron de ver a sus amistades y divertirse con ellos/as, *“convivir con mis amigas”* (23 años, C1, p. 1), *“la frecuencia de salir/divertirse con mis amigos”* (21 años, C2, p. 2), *“ver a mis amigxs, salir a lugares públicos”* (23 años, C3, p. 3), *“dejar de estar con mis amigos”* (22 años, C4, p. 4), y *“salir con frecuencia con mis amigos”* (20 años, C7, p. 7).

Jessica, Mar y Shwty a partir de la pandemia comenzaron a realizar actividades que no habían hecho antes o hacían ocasionalmente, por ejemplo, *“tomar clases de manera virtual, a través de distintas plataformas como zoom o meet”* (23 años, C1, p. 1), *“mirar animes, aprender a hornear, jugar videojuegos, hacer reuniones en mi casa”* (22 años, C4, p. 4) y *“dar clases de danza”* (20 años, C7, p. 7). Pacheco, Tom, Carlos y Mario a partir de la pandemia comenzaron a realizar actividades que no habían hecho antes o hacían ocasionalmente, verbigracia, el ejercicio físico, prepararse profesionalmente (cursos, documentales, películas), tocar instrumentos en la calle (violín), hacer yoga, leer (libros, revistas) y ver redes sociales (Facebook, Instagram, TikTok).

Bell (23 años, E7, p. 1), por su parte, empezó en el mundo del arte culinario. aunque en un principio no le gustaba, no le llamaba la atención, no tenía el tiempo suficiente, no tenía las habilidades para cocinar y le daba asco ver las cosas en crudo (pollo, carne). Cuando fue madre, comenta que es algo muy básico el que sepa cocinar porque está sola todo el día y no hay nadie que le haga de comer, *“tengo que aprender porque si no mi hija no come, aún no me sale el hecho de innovar de decir – tengo tal y tal cosa y ahorita preparo tal cosa – me sale más el hecho de seguir recetas, siento que soy muy buena en el seguimiento de instrucciones y al final sale”*.

Por lo que ahora, contrastando las actividades que se dejaron de hacer, así como las nuevas, estos/as jóvenes estudiantes universitarios/as compartieron las actividades que más les gusta hacer en esta pandemia, por ejemplo, para Jessica, Bell, Mar, Pacheco, Tom y Shwty fue tomar cursos respecto a su licenciatura, leer (libros, revistas), ver series, documentales, anime y realizar ejercicio físico. En paralelo, Bell, Tom, Carlos, Shwty, y Jessica expresaron que les apasiona tocar instrumentos (violín, guitarra), aprender a cocinar, salir con la pareja, jugar

videojuegos (Halo), realizar actividades recreativas (bares, restaurantes, patinar, hacer café, bailar, estar con las mascotas, jugar), estar con la familia, dormir y escuchar música.

Pero no solo estos/as jóvenes estudiantes universitarios/as vivieron cambios en sus actividades diarias, sino también a la convivencia con su familia, por lo que algunos/as narran cómo se vivieron a partir de la pandemia:

- 1) El tener demasiadas personas en cuartos muy reducidos, *“nos tuvimos que vincular más al vivir en un espacio pequeño”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) Se generaban conflictos, *“provoca algunas discusiones”, “hubo roces al estar siempre juntos”, “se volvían un poco delicadas puesto que había muchos roces ya sea por intolerancia, enojos, disgustos etc.”* y *“demasiado apego genera discordias”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) La nula privacidad, *“complicaba mucho las cosas no tener privacidad ni espacio para aislarte”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Pacheco, 21 años, C2, p. 2; p. 5; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).

De la misma manera, Bell (23 años, C3, p. 3), al vivir con su pareja y familia, fue difícil el adaptarse (10 meses), ya que *“le sumaba un embarazo que no era deseado por mi pareja y eso era aún más tenso”*, en consecuencia, se crearon roces con la familia de su pareja y ella. Por otro lado, para Mar y Tom, la convivencia con su familia a partir de la pandemia fue agradable, pues la comunicación y convivencia incrementaron, en consecuencia *“nos hizo conocer cosas del otro que antes no sabíamos”* (22 años, C4, p. 4), así como respetar los espacios, aunque pequeños, que fueran independientes, donde hubo mucho respeto y la frecuencia de pasar tiempo juntos, *“incrementó la convivencia a las horas de comer o al ver la tele y generó más confianza”* (23 años, C5. p. 5).

Estos cambios de la convivencia no solo se quedaron en la familia, sino que también hubo en las relaciones de pareja de algunos/as de estos/as participantes, en particular:

- 1) La reducción del tiempo al estar juntos físicamente, *“cuando entramos en pandemia se notó bastante porque no sabíamos cómo adaptarnos a estos cambios, nos vimos menos tiempo, lo que en definitiva afectó”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 2) La falta de atención, *“se volvió aún más cerrado que antes, es decir, menos social, con más manías para salir, comer, hablar”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3; Mar, 22 años, C4, p. 4; Carlos, 19 años, C6, p. 6; Shwty, 20 años, C7, P. 7; Mario, 21 años, C8, p. 8).
- 3) La pérdida de sentido de ser pareja por ser padres, *“nos enfocamos más en la crianza y el estar bien con la familia nuclear”* (Jessica, 23 años, C1, p. 1; Bell, 23 años, C3, p. 3).

Del mismo modo, Pacheco (Pacheco, 21 años, C2, p. 2) enfocó todas sus relaciones a lo virtual, lo que provocó que cuando una relación socioafectiva terminaba en medio de la pandemia, le generaba tristeza y ansiedad. Y aumentaban estos sentimientos cuando ingresaba a una red social (Facebook, Instagram) y le aparecían publicaciones de *“de tristeza, de desamor, que no vales nada y cosas así, me dolía demasiado, no faltaba la parejita muy feliz, sabiendo que yo estaba muy triste en ese momento, todo me generaba mucha tristeza, mucha melancolía”*, por lo tanto, se alejó de toda red social por un tiempo determinado. Por otro lado, Mar (22 años, E1, p. 10), expresó que los mensajes digitales no le gustan, ya que no generan deseo, no le gusta el sexting o ver un cuerpo desnudo a través de una pantalla, más bien le *“gusta la estimulación de otros sentidos, es lo que escucho, lo que huelo, lo que siento en otros lugares”*, sentir de manera física con otra persona.

Para Tom y Pacheco, se les facilitó adaptarse a estos cambios, puesto que su pareja y ellos se organizaron para verse dos días por semana o en paralelo relacionarse de manera virtual (llamadas, videollamadas, videojuegos como él

Among Us, Free Fire o de multijugador) y las redes sociales (Facebook, Instagram, TikTok), así como el contar con las habilidades necesarias para *“redescubrimos nuestros paseos, nuestras salidas, faltosear, etc.”* (23 años, C5. p. 5), así como la resolución de conflictos (cuando alguien tiene diferencias, discusiones, expectativas o un hábito distinto).

De la misma manera, hubo cambios en las relaciones socioafectivas de los hombres y mujeres de esta investigación, para Tom, Shwty y Mario estos eventos les ayudó a crear y fortalecer amistades, *“formamos vínculos más importantes”* (23 años, C5. p. 5), esto ayudó a que *“entiendan totalmente mi situación y no exigen tiempo que no tengo”* (20 años, C7, p. 7), se volvieron más empáticas, consideradas y aceptadas incondicionalmente.

De otra manera lo vivieron Bell y Jessica, puesto que al ser madres, dedican gran tiempo su hijo/a *“todo el tiempo nos demostramos cariño con besos, abrazos y palabras”* (23 años, C1, p. 1), *“la pandemia me ha permitido conocer a mi hija, dedicarme a ella, conocer cómo se expresa o escucharla porque al fin de cuentas aunque no habla, lenguaje tiene, ha sido más fácil gracias a que estoy aquí encerrada todo el día”* (23 años, C3, p. 3), lo que provocó la pérdida de amistades por no tener tiempo para contestar mensajes a través de aplicaciones como Messenger, WhatsApp o Telegram, por lo que se terminan aislando y solo tener relaciones familiares cercanas,

En lo que concierne a Pacheco, Mar y Carlos expresaron que fueron de mal en peor, dando los siguientes motivos:

- 1) La frecuencia disminuyó gradualmente, *“la comunicación en redes sociales no ayuda mucho para entender exactamente lo que siente la otra persona”* (Pacheco, C2, p. 2; Mar. 22 años, E1, p. 1; Carlos, C6, p. 6).
- 2) No existiera un contacto físico (abrazos, besos, apapachos), *“me gusta el contacto físico y abstenerse de eso ha sido complicado, al final terminé alejándome de la mayoría de mis amistades y actualmente conservo muy pocas”* (Pacheco, C2, p. 2; Mar. 22 años, E1, p. 1; Carlos, C6, p. 6).
- 3) Aunque existen medios de comunicación para comunicarnos a distancia (Messenger, WhatsApp, Telegram), estos no sirven para expresar

abiertamente lo que las personas en verdad sienten, “yo sé que por una llamada necesitas explicaciones, yo sé que por un mensaje si yo te digo – no estoy bien – vas a querer saber por qué, pero yo no tengo como decírtelo, así que prefiero no decirlo [...] ¿Cómo te voy a decir que no me siento bien si tú estás peor?”. (Mar, 22 años, E1, p. 1).

Con todos los cambios que vivieron las y los participantes a lo largo de la pandemia, para Mar y Pacheco, ven esta metamorfosis como una reflexión, un darse cuenta de que “perderse no quiere decir que dejes de ser quién eres, simplemente es una nueva versión de ti” (22 años, E1, p. 3), evolucionando con cada paso que damos, pues la vida se basa en ciclos, en procesos, todo va cambiando constantemente, “¿qué tiene de malo eso? Todas las cosas cambian, las estaciones cambian” (22 años, E1, p. 3). De la misma manera, expresaron que lo que más importa es el contacto físico y convivir con personas de manera presencial, valorando cada segundo con ellas, “yo me he llegado a desahogarme o desestresarme ha sido ya convivir con personas físicas, irme de antro, irme a bailar, a cantar, a tal grado de llegar a mi casa todo afónico, ahí se ve el cambio, también el conocer personas, ligués y amigos” (21 años, E8, p. 1).

4. Análisis y discusión

El análisis no va enfocado a demostrar, confirmar, negar, decir lo que está bien o mal, encontrar el hilo negro del desiderátum en el amor y desamor. Más bien, este análisis es holístico, tomando diferentes puntos de vista con una mirada amplia, situada y contextualizada de la manera en que los/as jóvenes construyen y significan lo que es el amor y el desamor, de acuerdo a sus condiciones, posibilidades y decisiones desde su propia voz.

4.1 Mandato o decisión: ¿Qué es el desiderátum?

*“[...] a través del discurso estratégico buscan el sometimiento justo y adecuado”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

Te ordeno, te mando, te exijo, te decreto, te asigno, te impongo, te domino, te estipulo, te gobierno, ¿cómo nos sentimos al escuchar estas frases al inicio de una oración? La respuesta puede ser patente, sin embargo, lo más sorprendente es que utilizamos una frase que resume todas las anteriores y es la siguiente: “debes de sentir, pensar, hacer...”, de forma teórica, se llama “desiderátum”. Pondremos algunas frases que usamos cotidianamente para ejemplificar lo anterior: *debes de portarte bien, debes de estudiar, debes de trabajar, debes de ser buena persona, debes de ser buen hijo/a, debes de participar, debes de hablar, debes de poner límites, debes de ser perfecto/a, debes de comportarte como hombre o mujer, debes de... bla, bla, bla.*

¿Cómo es que aceptamos el desiderátum? En primer lugar, lo aceptamos porque nuestra percepción social es limitada, no contamos con las herramientas y recursos para analizarlo, es decir, no tenemos el conocimiento para no hacerlo, llevando a la invisibilización. En segundo lugar, naturalizamos el desiderátum, pues hemos percibido nuestra realidad como única y aceptamos acciones, pensamientos, sentimientos que catalogamos como irrompibles e infinitos, en otras palabras, lo normalizamos.

En tercer lugar, no nos queda otra opción, es como si nos apuntan en la cabeza con un arma de fuego y nos dijeran “hazlo o te disparo”, sin tener opciones o posibilidades de acción. En cuarto lugar, aceptamos el desiderátum porque nos conviene, por intereses personales, ya que nos genera satisfacción. En quinto lugar,

es porque somos parte de la expresión del desiderátum, es decir, compartimos ideas sobre el deber ser, “*debes de hacer esto*”, “*debes de sentir esto*”, “*debes de ser esto*”, “*debes de pensar esto*”. Y en sexto lugar, porque gracias al cuestionamiento que hacemos al desiderátum decidimos aceptarlo de manera voluntaria.

No podemos generalizar o señalar a las personas, más bien, estas maneras de aceptación se dan mediante una cultura particular y situada, las intenciones son amplias, extensas y contextualizadas. Consideramos en la teoría que el desiderátum es asegurado por el poder relacional, a saber, al estar en contacto con otras personas el poder se ejerce y se comparte en cada una de ellas, por lo que no es un objeto, una propiedad o un ente (Benedetti, 2022).

Esto nos regala el “régimen de la verdad”, un sistema de discursos que aceptamos y llevamos a la práctica, permitiendo identificar, valorar, sancionar, imponer y castigar todo aquello que no se ajuste a dicha verdad (Ávila-Fuenmayor, 2006; Sossa, 2011). Por lo tanto, es una forma de conducir a las personas por un camino establecido, teniendo expectativas, una check-list de lo que deben de ser, hacer, sentir y pensar sin ejercer violencia, debido a que lo hacen a través del discurso estratégico buscando el sometimiento justo y adecuado.

Este discurso estratégico se basa en tres grandes prácticas, referidas por Benedetti (2022), el número uno, es la Hegemonía, fundamentada en la capacidad de dominar e imponer a los agentes sociales en contextos particulares para conseguir la aceptación de un desiderátum en beneficio de otras personas, instituciones, sistemas. El número dos, es la Cooperación, entendida como una estrategia para tener grupos unidos, creando reglas y acuerdos para naturalizar ciertas acciones, pensamientos y sentimientos, evitando conflictos y logrando una estabilidad temporal. Y el número tres, es la Disidencia, comprendida como las personas antagónicas de un contexto situado, que luchan por romper el desiderátum actual y crear uno nuevo (el mismo, pero actualizado).

Estas prácticas del discurso estratégico son difundidas con mensajes implícitos ajustándose a cada subjetividad, construyendo un sistema donde se espera que sean de cierta forma histórica y socioculturalmente establecida para ser aceptadas de manera “positiva” por otras personas que conforman la comunidad,

alineadas de tal manera que les cueste diferenciar entre dominación, sumisión, libertad y decisión (Corsí, 2010; Bajo, 2020; Prueger, 2021).

Lo anterior nos da la idea de que tendremos beneficios por seguir cierto desiderátum y que al final los llevamos a cabo sin ningún cuestionamiento, en este sentido podemos decir que la sociedad contextualizada tiene una manera pragmática de vigilar a cada persona y exigir lo que se debe de ser, hacer, pensar y sentir, para construir una “sociedad perfecta” (Prueger, 2021). Ser parte de una sociedad implica aprender y apropiarse de cierta cultura, al vivir con otras personas, se adoptan maneras de ser, hacer y estar.

Dichas maneras nos permiten cambiar en un mundo situado, pues somos personas que tenemos capacidad de agencia, es decir, podemos cuestionar a lo largo de nuestra vida, aprendizajes y formas de ser (Giddens, 1984; Lave y Wenger, 2003). Por consiguiente, se nos invita a diversificar nuestras condiciones colectivas e individuales para poder vivir como mejor queramos en un momento contextualizado. Gracias al cuestionamiento, reflexionamos sobre nuestros saberes, pensamientos y acciones, dándonos cuenta que podemos transformar nuestra cosmovisión en la co-construcción con otras personas, el desiderátum al ser cuestionado, se vuelve dinámico, ya que es una forma de vida que conlleva adoptar ideas y resignificarlas (Cuencas 2015; González, 2021). Por lo tanto, las personas tienen la libertad de creer, vivir, pensar, sentir y practicar lo que más le acomoda, cada quien se hace responsable de lo que elige, esto en sí es libertad.

Como hemos visto, el desiderátum son mandatos culturales que se impregnan y nos dicta cómo debemos de ser, pensar, sentir y hacer, negando cualquier existencia o esencia de cada persona, empero, los diferentes relatos de los y las jóvenes estudiantes universitarios/as de esta investigación nos señalan diversos cuestionamientos entorno a este desiderátum. Al ejercer un poder de decisión, aunque exista una carga de lo que deben de ser y hacer, cuestionan aquello que se les asigna aún con el miedo que tienen al no encontrar alternativas más satisfactorias de manera individual y social. En resumen, cualquier cuestionamiento es una posibilidad de ser persona, pues se va construyendo en cada elección que se tome a lo largo de la vida (Puga, 2020).

4.1.1 Destino o libertad: Construcción del desiderátum según el género

*“[...] el proceso biológico es innegable, sin embargo, no es determinante, el proceso cultural tampoco lo es, sino que son una metamorfosis”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

Las personas se caracterizan por sus procesos biológicos, genéticos, fenotípicos, así como por procesos culturales, los cuales son construidos, reconstruidos y co-construidos a partir de la socialización entre el contexto (particular) y las demás personas. Gracias a estos dos procesos, a lo largo de nuestra vida vamos formando, aprendiendo e identificando nuestra identidad sexual (aceptar o no ser mujer u hombre), nuestro género (femenino, masculino, lesbiana, gay, bisexual, transexual, transgénero, travestí, intersexual, etcétera), nuestra orientación y preferencia sexual (aceptar el deseo sexual por uno o varios géneros).

Sin embargo, las sociedades han creado el sistema sexo/género, Martínez (2017) y Velázquez (2021) mencionan que este sistema (cultura) define y configura a las personas perfectamente, otorgándole a cada género características determinantes, de tal manera que dan la “apariencia” de que no se construyen, más bien son innatas. Por ejemplo, Jessica, Mar, Bell y Shwty comparten que ser mujer en la actualidad es mitad agonía y mitad esperanza por lo que se les impregna que deben de ser pacientes, bondadosas, afectivas, responsables, empáticas, tranquilas, sumisas, flexibles, resilientes, respetables, atentas, inteligentes, guapas, poderosas y fuertes. Por otro lado, Pacheco, Tom, Carlos y Mario expresan que ser hombre es seguir las reglas del juego que la sociedad dicta, así que deben de ser dominantes, poderosos, proveedores, protectores, ideales, pacientes, responsables, amorosos, seguros, comprensibles, trabajadores y respetables.

Queriendo decir que somos personas programadas (como robots) a ser, pensar, hacer y sentir de cierta forma, esto significa que no tenemos vida, ni decisión, ni libertad, a lo cual nos preguntamos ¿cuáles son los resultados del desiderátum sexo/género? Se crean roles y los asignan sin cuestionar, por lo que se establecen como verdad absoluta, es decir, una realidad incuestionable. Por lo tanto, se prioriza a las personas que se les asigna el sexo/género de mujer como las derrotadas y al hombre como los privilegiados

En consecuencia, de lo anterior, si se “nace mujer”, al tener un cuerpo débil, no pueden hacer cosas rudas o pesadas porque se pueden romper, solo menstrúan y se embarazan, teniendo un rol en la vida para cuidar, atender, obedecer y sanar (López, 2019; Velázquez, 2021). De otra manera, si se “nace hombre”, como tiene un cuerpo fuerte, no puede hacer cosas suaves y livianas, procrea, teniendo un rol en la vida para proteger, proveer, ser fuerte, duro, sin sentimientos, inquebrantable, el fin último de la mujer y del hombre es, simplemente tener descendencia como lo son las especies macho y hembra (López, 2019; Velázquez, 2021).

Proporcionando así, roles de acuerdo a su sexo, donde se les dota de patrones conductuales, perceptivos, emocionales, sentimentales y de raciocinio, por ejemplo, la mujer debe ser Materna, quitándole el deseo sexual y poniéndole la etiqueta de cuidadora centrada en la crianza y el afecto sincero; la mujer Sumisa, basada en que su único deber es el placer sexual y erótico, representando el sufrimiento y el sacrificio; y la mujer Rebelde, argumentada por ser antagónica del desiderátum que le intentan impregnar (Moreno, et. al., 2018).

De otro modo, de acuerdo a los roles, el hombre debe ser Padre, dándole el poder de proveedor, protector y poderoso; el hombre como Rey, tiene las capacidades para mandar, ordenar, controlar y ser reconocidos por su autoridad; el hombre como Mago, debe de ser inteligente, ostentar todo el conocimiento, llegando a la conclusión que lo saben todo; y el hombre como Amante, basado en obtener el papel del apetito sexual activo, sabiendo cómo satisfacer sus deseos (Moreno, et. al., 2018).

Lo antes mencionado crea ventajas/desventajas subjetivas, particulares y contextualizadas (lo que para una persona puede ser una ventaja, para otra puede ser una desventaja) del sexo/género. En la actualidad, gracias a diferentes movimientos sociales, como es el feminismo, las prácticas naturalizadas se fueron deconstruyendo para permitir el cuestionamiento de las mismas, por lo que ahora, estas ventajas y desventajas son mediadas por la cultura y contextualizadas por las mismas mujeres y hombres. Queremos aclarar que no son buenas o malas, simplemente son, de acuerdo a su trayectoria de vida, a saber, podemos construirnos, co-construirnos y reconstruirnos por medio del cuestionamiento.

Por lo tanto, se recomienda utilizar la perspectiva de género, pues tiene implicaciones económicas, políticas y culturales, que desde una visión integral, histórica y dialéctica pueden brindar una sociedad equitativa, igualitaria y justa de manera situada y particular (Cazés, 2000). Las y los participantes de esta investigación comparten algunas ventajas/desventajas de ser mujer y hombre, así como es que les beneficia o no cada una de ellas.

En cuestión de las mujeres, ellas se benefician del cuidado y protección del hombre, pues se sienten bastante cómodas, empero, este beneficio hace que se sientan inútiles, ya que se les percibe que no pueden hacer nada, más que lo sencillo (en este caso es la limpieza y comida del hogar), gracias a esta polaridad, han negociado esta ventaja, pues ellas deciden hacer las cosas por sí mismas, pero sí lo permiten pueden ser cuidadas y protegidas.

Asimismo, no tienen que preocuparse para sentirse validadas y expresar todas sus emociones y sentimientos, pues son parte ideal de sus relaciones. En paralelo, esta ventaja tiene como consecuencia que solo las relacionen con lo emocional y sentimental, provocando que si no siente alguna emoción son prácticamente un hombre. Por lo que ahora, ellas pueden decidir en qué momento ser emocionales y sentimentales, así como expresar todo aquello que sienten.

Siguiendo el mismo hilo argumentativo, hay grupos selectos de mujeres donde no se sienten juzgadas y criticadas por sus acciones o palabras que puedan llegar a realizar o decir, las cuales van “en contra de las ideas mayoritarias”. Sin embargo, existen otros grupos que no permiten comportamientos ajenos a sus ideologías teniendo como fin, la renuncia y enjuiciamiento de las mujeres por tomar decisiones personales. Así que ellas en la actualidad deciden alejarse o no de los grupos que las hacen sentir etiquetadas.

También, las mujeres, hacen uso de su cuerpo para un beneficio propio, verbigracia, el arte de la seducción, ya que pueden conseguir cualquier cosa que pidan con el simple hecho de seducir, es decir, lo usan por conveniencia, ocasionando beneficios como la aceptación y validación de mujeres y hombres por tener un cuerpo atractivo, así como lucir y presumir las partes que les gustan del mismo. Lo anterior puede ser una desventaja, ya que existe una sexualización por parte de los hombres, ya que las pueden catalogar como objetos de deseo o

consumo, sin embargo, teóricamente hablando, se le llama Justicia Corporal, pues tienen el conocimiento y el poder para decidir por ellas mismas que hacer con su cuerpo.

Por el contrario, los hombres, tienen beneficios al ser considerados personas poderosas, protectoras y proveedoras, pues se sienten seguros al hacer cualquier cosa y estar en cualquier lugar, toman decisiones cómodamente, las conversaciones son más fácticas y la diversidad en la exploración sexual es amplia. Sin embargo, esta ventaja, provoca que ellos deben y tienen que seguir las reglas del juego que tiene la sociedad, en el momento que no las cumplen, son catalogados como “pendejos”, “fifas”, “malos hombres”, “hijos de la chingada”, “machistas”, “misóginos” etc.

De acuerdo a nuestra tesis, *esto no es malo ni bueno, simplemente es*; puede existir una persona que acepte sus ventajas y repudie sus desventajas, otra persona que repudie sus ventajas y acepte sus desventajas, también una persona puede tener ventajas y desventajas ya sea por decisión o imposición, así como una persona que cuestiona sus ventajas y desventajas, aceptando o repudiando por conveniencia cada una de ellas. Cuando aprehendemos las cosas, interiorizamos y nos apropiamos de lo que nos rodea, esto es justo la intención de cualquier proceso, que la persona haga suyas las cosas porque así lo decide, esto en sí mismo promueve el desarrollo individual pero también colectivo, pues si bien no se construye de forma aislada, sino en comunión con el otro, de manera situada.

¿Las características antes descritas son solamente de un sexo o de un género? La respuesta puede ser diferente dependiendo en qué contexto particular se cuestione, sin embargo, para nosotros, los valores, habilidades, actitudes, adjetivos, etcétera, no son buenos ni malos, simplemente son, a saber, cada persona le da la importancia que decida sin juicios o valoraciones ajenas.

Empero, ¿qué nos diferencia de las hembras y los machos?, ¿cómo llegamos a ser mujeres u hombres? Lo que nos diferencia de otras especies es que no estamos determinados ni que nuestro fin último es la reproducción y/o las características instintivas; hembra, cuidadora de las crías y menstruación, o macho, depredador, fuerte y proveedor de alimentos. Gracias a una cultura particular, situada y contextualizada mediante la socialización, prácticas y actividades con

otras personas, aprendemos a ser hombres o mujeres, ya que nos vamos construyendo y co-construyendo (Ruiz, 2019; Ayllón, 2020, Ángeles y Hernández, 2022).

Siguiendo la misma línea, el género, es una construcción social del desiderátum, quizá de la misma magnitud que el sexo, pues marca como debemos de ser, sentir, pensar y hacer de acuerdo con el género que nos identifiquemos, sí no entramos en uno, entonces no somos. Por lo que tenemos que buscar de acuerdo a nuestros comportamientos, acciones, aspecto físico, expresiones y posibilidades de que género somos.

Llevando así a definir una categoría de análisis: la identidad sexual, referida a aceptar o no lo que la naturaleza biológica nos brindó atravesadas por la cultura; hombre (testículos y pene) o mujer (vulva y ovarios). De esto depende que nos podamos identificar con cierto/s género/s. Por ejemplo, si no acepto mi genética cromosómica, podríamos identificarnos con los géneros: transexual (cambiar o modificar la apariencia física se cambian los genitales de nacimiento a través de procedimientos quirúrgicos) o transgénero (cambiar o modificar la apariencia física, sin cambiar los genitales).

Por otro lado, si acepto el sexo, podemos identificarnos con diversos géneros. Se habla en plural porque existen diversas formas de vivirse como personas masculinas (como un hombre debe de ser), femeninas (como una mujer debe de ser), lesbianas (como una mujer debe de ser con otra mujer), gays (como un hombre debe de ser con otro hombre), bisexuales (como una mujer u hombre debe de ser con otra mujer y hombre), travestis (como una mujer debe ser como un hombre y un hombre como debe de ser como una mujer) e intersexuales (como una persona debe de ser y tener el cuerpo de mujer y hombre) (Ayllón, 2020).

Asimismo, existe la categoría de orientación y preferencia sexual, que básicamente es la atracción y deseo sexual ante las personas de ciertos géneros, a saber, la heterosexualidad (masculino a femenino y femenino a masculino), homosexualidad (gay a gay y lesbiana con lesbiana), bisexualidad (masculino a masculino y femenino, así como femenino a femenino y masculino), pansexualidad (de cualquier género a cualquier género) y la asexualidad (por ningún género) (Ruiz, 2019; Ayllón, 2020).

Proponemos 5 categorías para interiorizar estos desiderátums a lo largo del tiempo; I) Porque “siempre ha sido así” o “es así”, II) Hace bien o no a la persona, III) Por conveniencia, IV) Por convivencia y V) Por cuestionamiento. Cada una de ellas es válida y respetable, no podemos decir que una es mejor que otra, más bien, esto nos permite visibilizar y evitar naturalizar prácticas, pensamientos, acciones, a través de nuestra capacidad de agencia.

Estas ideas han sido construidas por el régimen de la verdad mediante el discurso estratégico, pues ha reducido al mínimo a todas las personas, diciendo que, así como nacemos vamos a morir. Entonces, desde la hegemonía se implanta y domina a las personas para conseguir que estas ideas se acepten como únicas e indubitables, de la misma manera, la cooperación entre grupos se incrementa para crear reglas, leyes y normas, por consiguiente, garantizar el desiderátum sexo/género y, por último, la disidencia permite la lucha y al mismo tiempo la creación de nuevos desiderátums (Benedetti, 2022).

De la misma manera, Heilman, et. al. (2017) nos regalan una posibilidad de comprender estos nuevos sentires y acciones de las personas que se consideran hombres; a través del término “La caja de la masculinidad”, definida como encajar, interiorizar y coincidir con lo que la sociedad dicta lo que debe de ser un hombre, básicamente aceptar el desiderátum sin cuestionar. El salirse de la caja de masculinidad se refiere a cuestionar y poner en duda aquellas acciones, pensamientos, emociones y sentimientos que han experimentado durante su trayectoria de vida.

Empero, queremos proponer que la caja de la masculinidad, no solo sea de ese género, sino de cualquiera, para que podamos salirnos de esa caja, cuestionar y poner en duda nuestro propio ser; La caja de la feminidad, la caja de los gays, la caja de las lesbianas, la caja de los/as bisexuales, la caja de los y las intersexuales, la caja de los/as travesti, transgénero y transexuales. Esto podría significar tal y como lo menciona Bedia (2015), una lucha para que el cuerpo “sea un lenguaje, una narrativa y, por ello, un acto de poder” (p. 17).

Es palpable decir, que el proceso biológico es innegable, sin embargo, no es determinante, el proceso cultural tampoco lo es, sino que son una metamorfosis, cambian constantemente de manera activa y situada. Entonces, sí lo biológico y

cultural no son determinantes ¿cómo es qué somos personas? Somos mediante la interacción, nos desarrollamos y aprendemos a conocer, comprender y entender el mundo que nos rodea y a nosotros/as mismos/as, somos agentes de transformación y cambio, nos construimos y co-construimos gracias a lo que se vive día con día (Ángeles y Hernández, 2022).

4.1.2 Relacionarnos desde la sexualidad

*“[...] Conocer nuestra sexualidad es un proceso continuo y dinámico de la construcción de experiencias y significados”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

A partir de la relación, interacción y socialización con otras personas, podemos conocer, reconocer, saber y expresar quienes somos, para qué estamos aquí y sobre todo nos ayuda a construirnos, co-construirnos y reconstruirnos, dicho de otra manera, este proceso se convierte en un elemento estructurador y contenedor del desenvolvimiento social e individual. Esto no fuera posible sin la sexualidad, pues nos brinda una gama de percepciones, sensaciones, emociones, sentimientos, pensamientos y prácticas de manera particular, situada y contextual.

La sexualidad es un tema que ha causado estragos/renovaciones en los y las jóvenes del siglo XXI, a pesar de que “mucho se habla” poco se sabe, causando que sea algo secreto y prohibido para algunas personas o permitido y deseable para otras, ¿cómo es que existe esta dualidad? No hay una respuesta concreta, pero siguiendo con nuestra idea central, la existencia del cúmulo de significados acerca de la sexualidad, contextualiza las experiencias y prácticas en una sociedad, provocando que dependiendo en donde nos encontremos (particular, y situado), la cultura actualizará un desiderátum para que nuestras relaciones tengan sentido, “un significado” (Moncada-Santos y Fontelo-Danta, 2017).

Las definiciones de sexualidad son contextualizadas a las experiencias de cada persona, a saber, son posibilidades de ser y hacer, puesto que es importante considerar, entender y comprenderlas, ya que está es pensada, vivida y sentida de manera particular en donde cada persona va construyendo su propio significado, (Carrillo, et. al., 2019), ya que como vimos en el desiderátum, las personas crean y cuestionan las creencias e ideologías que se les van impregnando.

Algunas personas, definen la sexualidad en términos eróticos y pasionales, en consecuencia, es un tópico que no se habla con libertad porque hace que las personas sean precoces e irresponsables, ya que conocerlos de forma integral es un peligro para la sociedad, asimismo, la única institución aprobada que debe de enseñarnos acerca del tema es la familia, pues si alguien más lo hace interfiere con la educación de las y los progenitores (Hernández, et. al., 2021). De la misma manera, es mejor negar todo contacto con la sexualidad, así que solamente deben de conocer los órganos sexuales, pues el fin último es la reproducción, sí violan estas normas y leyes, deben de sentir culpa y remordimiento de hacer, sentir, pensar y ser (Hernández, et. al., 2021).

En el caso de Shwty, Mar, Jessica, Bell, Mario, Tom, Pacheco y Carlos, la sexualidad es un conjunto de cómo nos expresarnos con los/as demás, ya sea de manera física o psicológica de acuerdo a la forma en que nos parece más cómoda, así como las prácticas sexuales, géneros expresados, ideologías, erotismo, identidades sexuales, orientaciones sexuales y muestras de afecto porque no es lo mismo lo que pasa con una persona que con otra, en palabras llanas, la manera en la que experimentamos.

Por lo tanto, la sexualidad, es multidimensional considerando factores biopsicosociales, siendo un término dinámico, concomitante con la afectividad, amor y las relaciones socioafectivas, a saber, es un concepto polisémico, puesto que tiene una gran variedad de significados; es polivalente, lo cual implica que tiene diversos objetivos; es poliédrico, de tal forma que cuenta con muchas caras; es dinámica pues va construyéndose, co-construyéndose y reconstruyéndose en un momento situado, particular y contextualizado; es personal y social, lo cual permite que se viva y comprenda de varios modos dependiendo de la persona; por último, es polémica por las relaciones de poder, el desiderátum y el régimen de la verdad (Velázquez, s/n; Cibrián-Llenderal, et. al., 2016; Zapata y Gutiérrez, 2016; Planned Parenthood, 2022). Es de vital importancia decidir cómo podemos expresarnos, a través de las creencias, prácticas, actitudes, roles, sentimientos, emociones, actividades, etcétera., gracias a la co-construcción con otras personas.

En esta investigación, las y los participantes comparten el modo de conocer su sexualidad, ya que es tanto biológico como social, buscando esquematizar las

variadas formas de atracción relacional, estética, simbólica, sensorial y/o corporal, así como distintos ejercicios de contacto con un deseo, solamente sí conocemos estas formas de la sexualidad podremos relacionarnos con otras personas, pues “cualquier tipo de relación con alguien, la sexualidad va aflorar”. Asimismo, la educación de la sexualidad es nula en las escuelas, por lo que buscamos en diferentes fuentes su significado, así como vivirla de manera adecuada, en consecuencia, exploramos en la internet, pornografía, páginas de información, empero, cuando existe una educación sin juicios o estereotipos, se rompen los esquemas de género.

Conocer nuestra sexualidad es un proceso continuo y dinámico de la construcción de experiencias y significados en torno a posibilidades “biológicas, psicológicas y socioculturales; identidades de género; diferencias corporales; capacidades reproductivas; necesidades; deseos; fantasías; prácticas eróticas, y valores, los cuales pueden variar en cada cultura o grupo social” (Salguero, et. al., 2017, p. 20). Cuando reconocemos nuestra sexualidad, nos damos cuenta que la diferencia de género influye en la expresión de la misma, pues como vimos en el apartado del desiderátum, la sociedad configura las formas determinadas de comportarse, sentir y pensar, es decir, cada género tendrá “una manera de vivir su sexualidad”.

Las y los jóvenes de esta investigación, mencionan que gracias al conocimiento que vamos apropiando, nuestras experiencias al relacionarnos han sido de manera libre, responsable y consciente, sabiendo que primero se puede vivir en sí mismo/a y luego en relación con otras personas. Sin embargo, el desiderátum del género conlleva comportamientos específicos de cada uno, en el caso de los hombres, expresan que su sexualidad se vive de manera peyorativa y agresiva hacia sus experiencias, pues en el encuentro con otras personas deben de ser poderosos, proveedores y protectores, ocasionando que hablen de manera abstracta y estética. Por otro lado, las mujeres viven su sexualidad de manera libre, sin embargo, al hacerlo de esta manera, las ven como si siempre quisieran relacionarse o que quieren/necesitan algo.

Dando como resultado una forma de entrelazar sus pensamientos, sentimientos, emociones, percepciones y acciones en función de su posición

geográfica, temporal y contextual, a saber, se necesita conocer y reconocer los matices en las que se construye y configura la sexualidad para que podamos darle un sentido, comprender lo anterior nos permite cuestionar aquellos roles que se nos han impregnado y decidir desde nuestra capacidad de agencia lo que es mejor para cada una/o de nosotras/os, por lo tanto, esto puede generar confrontaciones, luchas inacabables, tensiones, juegos de “relaciones de poder y expectativas definidas socioculturalmente para unos y otras” (Moncada-Santos y Fontelo-Danta, 2017; Salguero, et. al., 2017, p. 20).

4.1.3 El inicio de la vida sexual activa (IVSA)

*“[...] es un proceso de cambio, exploración y experimentación emocional, corpórea, sentimental, sexual, identitaria y psicológica”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

¿Conocíamos nuestro cuerpo al tener nuestra primera relación sexual (oral, anal o penetración (pene-vulva) ?, ¿sabíamos que parte de nuestro cuerpo nos gustaba y cual no?, ¿conocíamos los órganos sexuales internos y externos de las mujeres y hombres?, ¿teníamos conocimiento sobre las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)?, ¿entendíamos los métodos anticonceptivos? Existen infinidad de respuestas ante estas preguntas, sin embargo, la más común es el “NO”, una respuesta contextualizada. De manera evidente, el “NO” es una consecuencia del desiderátum en general y particularmente por el desiderátum de género.

El IVSA es el primer uso de nuestro cuerpo para tener un contacto corporal, sentimental, psicológico y emocional ante una o varias personas en una situación íntima, donde se experimentan sensaciones placenteras, sin embargo, tiene una serie de acontecimientos inauditos, por ejemplo, la desinformación, presión, amenazas, miedo, susto, nerviosismo, incomodidad, vergüenza, culpa, decir que no, desconocimiento o por el contrario, espontánea, realista, amigable y el deseo de complacer a la otra persona, como lo dicen las y los jóvenes estudiantes universitarios/as que participaron en esta investigación, a lo cual nos preguntamos ¿cómo es que el IVSA tiene estos eventos?

En primer lugar, es por la edad en la que la inician, pues el promedio es de los 13 a 19 años (etapa de la adolescencia). En segundo lugar, por la nula Educación Sexual Integral (ESI) en México. En tercer lugar, por la falta de recursos

(internet, salud pública, revistas, etc.). En cuarto lugar, por los tabúes de género que existen al tener la primera relación sexual (PRS). Y, en quinto lugar, por las instituciones que prohíben las prácticas y la información a las personas desde una edad temprana. Analizaremos cada uno de estos 5 puntos, de manera contextualizada, sin mencionar lo que está bien o mal, simplemente es, por lo cual podemos comprender y entender cada experiencia, y por consecuencia a las personas.

La adolescencia es un proceso de cambio, exploración y experimentación emocional, corpórea, sentimental, sexual, identitaria y psicológica, construyéndose de manera integral tanto lo que sucede en el entorno, como lo que pasa en el interior (sí mismo/a), teniendo dos etapas, la temprana (10 a 14 años) y la tardía (15 a 19 años), por lo que existen necesidades de independencia y separación de la familia principal, no obstante, esto conlleva conflictos y conductas de riesgo con la familia e instituciones culturales, ocasionando la lucha constante, catalogando a cada adolescente como incompetente, inmaduro/a, tonto/a, incapaz, torpe, ignorante, inhábil, etcétera., provocando que tengan sentimientos de inmortalidad y omnipotencia (Reinoso, 2019). En efecto, toman decisiones basadas en la fantasía y/o en experiencias de otros adolescentes (pares o grupos) que “han vivido más”.

La ESI es muy importante para el desenvolvimiento de la vida de cada persona, se entiende como un proceso de desarrollo que nos ayuda a considerar nuestra identidad como única e irrepetible, así como el conocimiento, reconocimiento y cuidado de nuestro cuerpo, gustos, placeres, deseos, afectos, intimidades, derechos y sexualidad (Cahn, et. al., 2020). Empero, la ESI en México está enfocada a la salud reproductiva (embarazos e Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y planificación familiar, ¿acaso nuestro fin último en el universo es la reproducción? o ¿es una imposición/decisión?

Tener una ESI es un privilegio, puesto que muchas personas no tienen acceso a los diferentes medios sociales o digitales para conocer, entender y comprender su propio cuerpo, trayendo como consecuencia que sus prácticas y actividades del día a día no son cuestionadas y/o puestas en duda. Esto crea imposiciones de que la mujer al iniciar su vida sexual tiene que complacer al hombre en todo lo que él le pida, tiene que aguantar, tener orgasmos y gritar, asimismo se

les exige un cuerpo normativo (busto y glúteos grandes, cintura de reloj de arena), por otro lado el hombre al iniciar su vida sexual, tiene que hacer todo lo posible para que él mismo sienta placer, si tiene un orgasmo, todo se acaba, se les exige un cuerpo normativo (pene grande y ancho, cuerpo atlético y que aguante mucho antes del orgasmo) (Fernández, 2014), esto marca como debemos de ser, sentir, pensar y hacer de acuerdo con el género que nos identifiquemos, sí no entramos en uno, entonces no somos.

Estos eventos pueden ser cuestionados o no, cualquiera tiene afectaciones como beneficios, aquí lo más importante es que decidamos conforme a nuestra capacidad de agencia. Ejemplos de esto, es lo que nos mencionaron los jóvenes universitarios de esta investigación, puesto que les gusta iniciar su vida sexual con una persona experimentada, madura y que tenga bastante experiencia en ámbitos sexuales, así pueden ser sinceros, honestos y preguntones, pues al no iniciarla así, se vuelve incómodo. Por otro lado, las jóvenes universitarias de esta investigación, compartieron que prefieren que el inicio de su vida sexual sea con una persona que no tenga experiencia sexual, ya que ellas se ponen nerviosas al tener la carga social de complacer al hombre sin decirle que no, pues de acuerdo a sus experiencias los hombres experimentados se enfocan en su propio placer. Podemos entender con esto que la mayoría de las relaciones entre jóvenes de 14 y 19 años (adolescentes) pueden llegar a ser incómodas si se relacionan entre ellos.

Estas experiencias son contrastadas con las ideas de Salguero, et. al. (2017) respecto a que los hombres necesitan tener más experiencia en la sexualidad (saber dónde, cómo, cuándo, etc.) y que las mujeres son descalificadas cuando proponen algo nuevo. Y las ideas de Pérez y Orengo-Aguayo (2012), que las mujeres prefieren a un hombre experimentado y que las mueva, y si un hombre pide ayuda se les tacha de tontos e inútiles. Esto ha cambiado gracias a sus experiencias sexuales, pues ahora saben específicamente lo que quieren; al conocerse a sí mismas/os, pueden elegir con qué persona, el lugar y el momento, puesto que esto influye para disfrutar y permitir conocerse, puesto que como vimos la diversidad sexual es justo eso, variada, multidimensional y en algunos casos contradictoria con los paradigmas actuales, es por eso que insistimos en que nada es estático pues todo aquello que nos rodea cambia dependiendo del contexto, es decir es y se desarrolla de manera situada socioculturalmente

4.2 Tragedia o felicidad: Experiencias sobre las relaciones social, afectiva, erótica y sexual

*“[...] uno de los anhelos más fuertes y penetrantes de la sociedad actual es tener y vivir relaciones significativas donde aprendan, sean reconocidas y valiosas”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

Se nos ha enseñado la forma en la que debemos interactuar, socializar y relacionarnos con otras personas mediante el discurso estratégico, buscando el régimen de la verdad, en consecuencia, un desiderátum, tal y como vimos en las categorías y subcategorías anteriores (desiderátum, género, sexualidad e IVSA), creando así, prejuicios y estereotipos que llevamos a la práctica, y que posiblemente hemos o no cuestionado.

Es imprescindible explicar lo qué es el prejuicio y estereotipo propuestos por Allport (1971) y desarrollados por Del Olmo (2005), Ungaretti, et. al. (2016), Bolaños y Charry (2018) y Espeso-Molinero, et. al. (2021); el prejuicio es un juicio (*existe el desprecio, desagrado, discriminación, violencia, conducta hostil, o, por el contrario, aceptación, validación, agrado, parcialidad, etcétera*) hacia las personas que pertenecen a uno o varios grupos, permeado por el contexto social, sin información o motivos insuficientes (*no está fundamentado en hechos, a saber, estar segura de algo que no se sabe*), influyendo así, en la dinámica social e individual, empero, ¿cómo es que adjudicamos un prejuicio?

En primer momento, vivimos experiencias que catalogamos como agradables y desagradables, ayudando a que nos alejemos de lo que nos hace “mal” y acercarnos a lo que nos hace “bien”, pues es una manera de protegernos. En segundo lugar, asumimos las experiencias e ideas de otras personas porque existe credibilidad, autoritarismo y/o confianza, por ende, damos por hecho su opinión respecto a un acontecimiento, esto nos facilita relacionarnos. Y en tercer momento, somos personas sociales, no podemos vivir sin las demás personas, por consiguiente, nuestro desarrollo de juicios y prejuicios es a través de la socialización e interacción, es decir, las relaciones social-afectiva-erótica-sexual.

Resulta más fácil simplificar y categorizar un concepto, práctica o actividad aislada y posicionarla en un ámbito familiar por sus rasgos comunes porque es una forma rápida, adecuada y sencilla, puesto que es inmediata por lo que vemos,

escuchamos, sentimos, aprendemos y lo que hacemos al respecto. Ulteriormente pasa al proceso de generalización, lo cual nos ampara a organizar y ordenar nuestra vida, ayudándonos a predecir los comportamientos de las personas y orientarnos a comportarnos en consecuencia de nuestra predicción.

Siguiendo la misma línea argumentativa, el estereotipo es hegemónico, pues es una forma simple de exagerar, justificar e imponer lo que hemos categorizado y simplificado en relación con el entorno y lo que experimentamos, en palabras llanas, es un conjunto de prejuicios, donde el fin último es la aceptación y reconocimiento o en paralelo el rechazo y desconocimiento hacia las personas que pertenecen a un grupo. Aunado a esto, se crean y comparten socialmente, a saber, se apropian en la relación con las demás personas, ya que es donde afirman y reafirman estas ideas como únicas e irrompibles, lo que provoca un discurso estratégico, seguido por un régimen de la verdad, y posteriormente un desiderátum.

El estereotipo es una manera de sobrestimar y subestimar una práctica, persona, pensamiento e idea, así “tenemos” ideologías inamovibles que nos dan seguridad porque ahora “sabemos cómo es la persona, cómo se comportará, que piensa, que siente, etcétera”. Lo anterior no es más que una caja de probabilidades (baja-media-alta), por lo tanto, nuestra experiencia puede estar sesgada, pues se prefiere acumular argumentos a favor de una práctica, persona, pensamiento e idea y desechando argumentos en contra, es decir, cuando no entran en una categoría está erróneo o equivocado.

En síntesis, los estereotipos y prejuicios nos ayudan a vivir en un mundo social, situado y contextualizado, nos brinda la oportunidad de manejar nuestras experiencias de manera concreta y evitar analizar cada parte de manera aislada. Sin embargo, al ser cuestionados, se perturba la idea que se ha categorizado, en consecuencia, el desacuerdo-acuerdo de toda certidumbre que pueda azorar, es un estilo de vigilar-desatender, desaprobar-aprobar y castigar-premiar, lo cual nos da la posibilidad de cambiarlos, transformarlos o borrarlos de nuestra vida. Podemos decir que los prejuicios y estereotipos son válidos y respetables, ninguno es mejor que otro, más bien, esto nos permite visibilizar y evitar naturalizar prácticas, pensamientos, acciones, a través de nuestra capacidad de agencia.

Este panorama nos ayuda a comprender cómo los prejuicios y estereotipos han impactado en la manera en que nos vamos relacionando social-afectiva-erótica-sexual con otras personas. Por lo que nos preguntamos, ¿cómo es que elegimos a nuestra primera relación social-afectiva-erótica-sexual?, ¿cómo fue nuestra primera ruptura?, ¿fue algo planeado o espontáneo?, ¿qué le vimos-sentimos-percibimos a la otra persona?, ¿qué creencias teníamos para llevarla a cabo?, ¿cómo han sido nuestras relaciones?

Las relaciones suponen un encuentro social-afectiva-erótica-sexual con otra persona, asimismo, existen oportunidades de conocer, entender, y comprenderla, así como confirmar que la identidad es compatible y la apariencia física suficiente para entablar la relación (Sapién-López y Manjarrez-Hernández, 2021). Las primeras relaciones y rupturas se encuentran en la etapa de la adolescencia (13-19 años), como mencionamos anteriormente, es un proceso de cambio, exploración y experimentación emocional, corpórea, sentimental, sexual, identitaria y psicológica, construyéndose de manera integral lo que sucede en el entorno y lo que pasa en el interior (sí mismo/a) (Reinoso, 2019).

“Gracias” al discurso estratégico, el régimen de la verdad, los prejuicios, estereotipos y, por ende, el desiderátum, influye en nuestras decisiones, específicamente, con quienes nos relacionamos, llevando a que la primera relación sea inocente, intensa, satisfactoria, de “manita sudada”, primeras experiencias de intimidad o en paralelo, extrañas, desconocimiento de lo que se debía de hacer, sentir, pensar, ser y maltrato biopsicosocial, pues cada experiencia es contextualizada. Así como su primera ruptura, caracterizándose por la confusión, el engaño, regaño, monotonía; como se puede notar, somos como un caleidoscopio, pues la diversidad de experiencias nos hace dar cuenta que somos un cúmulo de posibilidades, por lo que el desiderátum puede ser el pilar donde nos desarrollamos y así, tener capacidad de agencia.

Es decir, experimentamos interacciones, actividades, sentimientos y emociones que pueden resultar confusas o brindarnos seguridad, esto hace que implícita o explícitamente podamos continuar o terminar una relación (Hernando-Gómez, et. al., 2016; Instituto Aguascalentense de las Mujeres, s/f). Esto funge como un parteaguas ante la sociedad, pues ahora la persona se estrenará

como parte de un sistema de prejuicios y estereotipos de lo que es aceptado y rechazado, pues se satisfacen o no necesidades como impresionar o decepcionar a las amistades, familia, explorar la vida sexual y compartir experiencias agradables como desagradables (Rojas-Solís y Flores, 2013).

Estas vivencias son situadas, particulares y contextualizadas, ya que no solo se pluraliza en torno a la historia de vida de cada persona, sino también a su género, clase social, creencias, ideologías, desarrollo biopsicosocial, a saber, las personas se construyen, co-construyen y reconstruyen en relación con las demás personas, por lo que estas vivencias evolucionan, transforman y metamorfosean (Garzón-González, et. al., 2017). En resumen, podemos aprender a cómo, qué, dónde, cuándo se deben o no hacer las cosas y por ende como se debe de amar y desamar (de acuerdo a nuestro contexto), pues son el punto de partida para diferenciar entre relaciones sexuales, informales, formales.

Las relaciones sexuales, de acuerdo con Flores-Hernández, et al. (2021) deben ser encuentros dónde únicamente se busque el contacto físico de manera íntima, los lugares deben ser solitarios; hoteles, moteles, hogares, departamentos donde solo se encuentra la pareja que quiere consumir el acto. Los intereses son meramente físicos, pueden o no llegar a una conexión emocional y sentimental, se les obliga a frecuentar pocas veces y sin detalles, aun así, se llevan a cabo para la satisfacción sexual. Sin embargo, puede ser que la persona se sienta decepcionada o traicionada cuando esa relación se rompa.

Las y los jóvenes universitarios de esta investigación mencionan que las relaciones que solo se enfrasan en ámbito sexuales, su objetivo principal son los encuentros eróticos, pues brinda vitalidad, goce y pasión, donde no hay ganas de estar juntos y/o planes a futuro, se llega a un mutuo acuerdo de mantenerlas de manera clandestina y sin aviso a los círculos sociales a los que pertenecen para que no se hagan ilusiones o esperanzas de que en algún momento se llegue a la relación formal (Blandón-Hincapié y López-Serna, 2016), teniendo como estricta regla, el aspecto físico de las personas con quienes se llevan a cabo estas actividades.

Siguiendo la misma línea argumentativa, la relaciones informales deben de ser casuales sin idealizaciones, pues no se tiene importancia a la estabilidad y ni a

la reciprocidad, pues lo único que interesa en estas relaciones son la satisfacción de necesidades inmediatas, aunque se demanden y exijan ciertas cosas como amor, compromiso, fidelidad, etcétera, hay pocas certezas de que eso ocurra, pues no hay un vínculo forzoso que les haga hacer, sentir o pensar en esas demandas (Blandón-Hincapié y López-Serna, 2016),

Empero, puede ser que la persona sienta necesidades de amor, afecto y cariño, exigiendo exclusividad, al no satisfacer estas necesidades, se llega al desamor. Cómo podemos leer, las relaciones informales aunque no se tenga compromiso, fidelidad, ganas, respeto, etcétera, se invierta tiempo, contacto físico (abrazos, besos, caricias, relaciones sexuales) y se direcciona a un disfrute o a una rotunda desilusión y culpa, se pueden cambiar fácilmente, así como posibilidades de conocer lo que en verdad quieren o seguir experimentando este tipo de relaciones (Blandón-Hincapié y López-Serna, 2016), descubriendo nuevos horizontes, aprendiendo desde lo que les gusta físicamente y su identidad hasta el mantenimiento o rompimiento de las mismas.

Las relaciones formales deben de tener catorce características fundamentales para que se llame como tal, esto es una construcción social basada en la socialización de lo bueno y malo, sana o enferma; amor, intimidad, compromiso, lealtad, respeto, sacrificio reciprocidad, seguridad, confianza, afectividad, apego, confidencialidad, fraternidad y adhesión. Asimismo, deben de durar un tiempo prolongado (más de un año) y dar estabilidad biopsicosocial, teniendo la necesidad de estar con la otra persona, ser partícipe de planes y metas a lo largo de su vida, de la misma manera son exclusivas y “para siempre”, por lo tanto, al pasar por este check-list, se crean relaciones de calidad, puesto que se tendrán mayores probabilidades de bienestar y satisfacción, en consecuencia el “correcto y adecuado funcionamiento de la relación (Rodríguez, 2019; Flores-Hernández, et al., 2021).

Al momento de no cumplir las catorce características, la relación formal se va deteriorando, pasando al desamor, deslealtad, falta de respeto, sacrificio, inseguridad, desconfianza, desapego, se da un cierre a la relación. Las experiencias plasmadas de las y los jóvenes universitarios dan cuenta que las relaciones formales crean un ciclo permanente de bienestar o destrucción biopsicosocial, pues

da seguridad, confianza o inseguridad y sufrimiento en todo ámbito de la vida, ya que aleja o atrae toda preocupación de abandono, ahora son parte de las mismas metas y condiciones, teniendo el poder de exclusividad y privilegio, nadie puede demandar más recursos y/o energía que la propia pareja (Blandón-Hincapié y López-Serna, 2016).

Dentro de las relaciones formales, existe un proceso de deterioro y fracaso al momento de la noticia, proceso de embarazo, parto y nacimiento del neonato, como lo mencionan las jóvenes universitarias de esta investigación, ya que la describen como la pérdida de sentido de la pareja por ser padre-madre, infidelidades, no se cuenta con el apoyo adecuado, así como el nulo deseo de criar al bebé, existen problemas, discusiones, cambiando la rutina, sin vida social, caracterizándose por la inseguridad, miedo a la aceptación y al qué dirán.

¿Cómo es que suceden estos eventos? De Salud (s/f), Gómez, et. al. (2016), Escaño (2019), Rodríguez (2019) y Jiménez (2021) nos mencionan que el nacimiento de un bebé conlleva tiempo, esfuerzo, atención, afectando en la satisfacción de las necesidades de la pareja, puesto que pasan a segundo plano, de tal manera que la comunicación (evitan expresar sus sentimientos, emociones, pensamientos), el afecto (evitan la atención plena, los cuidados hacía la pareja desaparecen) y el contacto físico disminuye notoriamente. En consecuencia, existe una metamorfosis, si antes eran una pareja, ahora son compañeros de trabajo, ya que las exigencias ya no son la pareja, ahora es al bebé, de la misma manera, los conflictos por los estilos de crianza (expectativas y modelos educacionales) de cada persona.

Estás ideas son creadas mediante el desiderátum, pues nos “obliga” a través del discurso estratégico a cambiar como pareja, sin embargo, la maternidad y paternidad es un proceso multifactorial, donde cada persona vive experiencias diferentes, pues están situadas y contextualizadas. Uno de los anhelos más fuertes y penetrantes de la sociedad actual es tener y vivir relaciones significativas donde aprendan, sean reconocidas y valiosas.

Es en este punto donde se establecen las características (aspecto físico, identidad y mantenimiento) que sí o sí deben de tener las personas para que se consuma una relación. Tal y como lo mencionan Acevedo y Restrepo (2010) estos

deseos de tener una pareja con ciertas características son mediante “ideales, sueños, creencias, ilusiones, valores, filosofía” (p.65). En palabras llanas, por un desiderátum, que puede ser impuesto o cuestionado, ya que se puede encontrar alguien quien apoye, satisfaga, compense, despierte, necesite, oponga para la elección de la pareja estable y formal.

4.2.1 El yin y el yang: La incógnita del amor en el desiderátum

*“[...] imposición, lucha y rebelión de lo que significa que una persona ame y sea amada”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

El amor es ... ¿Qué definición le pondremos?, ¿cuáles fueron las primeras frases o conjunto de palabras que pensamos al leer la palabra “amor”? Nos damos la libertad de compartir que la definición que le hayamos dado en este momento no está mal ni bien, simplemente es, ya que vivimos en un contexto particular y contextualizado, asimismo tenemos infinidad de historias, experiencias y vivencias que nos van construyendo, co-construyendo y re-construyendo el significado que le damos al amor.

Así como lo comparten las y los participantes de esta investigación, pues dan varias definiciones de lo que es el amor gracias a sus experiencias en relaciones socioafectivas. Para Mar, Bell, Mario y Carlos definen al amor como una *necesidad*, empero, ¿qué son las necesidades? Según Sternberg (1986) y Muñoz (2019), las necesidades son contextualizadas y únicas, es decir son sentidas y surgen para tomar acción de lo que nos hace falta (carencias, escasez), la necesidad surge cuando percibimos un posible satisfactor (su función es cubrir una necesidad), no sabemos qué necesitamos amor hasta que aparece una persona que nos lo puede dar. En palabras llanas, lo que nos interesa e importa surge de lo que nos hace falta y esto nos incita a movernos para cubrir esas necesidades, por lo que es una función que nos ayuda a mantenernos vivos y promueve el desarrollo (Muñoz, 2019).

A saber, cuando una necesidad se satisface, lo hace temporalmente para que pueda surgir otra, “pedimos y dependemos de la relación con las demás personas y el entorno” (Muñoz, 2019, p. 143), en otras palabras, surgen las necesidades

cuando estamos en relación con lo social e individual. De la misma manera, Muñoz (2019) divide la necesidad en tres tipos:

- 1) Necesidades fisiológicas: Tienen que ver con nuestra supervivencia, si no las satisfacemos podemos enfermar y morir.
- 2) Necesidades psicológicas: Se refieren al desarrollo individual de la persona, son necesidades egoístas, la persona que importa es la que siente la necesidad (Recibir).
- 3) Necesidades de trascendencia: Donde la persona va más allá de sí misma y como le importa la otra persona (Dar).

Por lo tanto, nos cuestionamos ¿en qué punto entra el amor? Podemos decir que es holístico, gracias a esta clasificación podemos entender que el amor tiene necesidades tanto fisiológicas, psicológicas como de trascendencia. El amor como necesidad nos invita a observar cómo nos sentimos en relación con otras personas y el entorno para desarrollarnos a plenitud, puesto que, si la necesidad del amor está cubierta, el grado de satisfacción será alto, teniendo relaciones saludables, tolerantes, flexibles y adaptables.

Para Jessica, Bell y Mar el amor es una *violencia aceptada*, empero ¿qué es la violencia? Al igual que el amor, sus definiciones son infinitas, contextualizadas y particulares, sin embargo, estamos de acuerdo con la definición que propone Cuervo (2016), pues la violencia es relacional, existe la intención (la voluntad para actuar así) de una persona para hacer daño físico, psicológico, emocional y sentimental a otra persona. ¿Qué pasa cuando en la relación de dos o más personas se acepta la violencia? La intención de hacer daño se desvanece y el daño recibido es cambiado por sentimientos de placer, orgullo, satisfacción, sumisión, etcétera, tomada desde la decisión y el cuestionamiento.

Por ende, nos preguntamos ¿cuáles son los actos violentos aceptados más comunes en las relaciones socioafectivas? Los celos, gritos, golpes, chantajes, manipulaciones, infidelidades, abusos físicos, emocionales y comportamentales, quizá al leer estas acciones nos alertemos, pero como mencionamos en el párrafo anterior, cuando se aceptan estas prácticas, se contextualiza la violencia. Por lo

tanto, “usar el término (violencia) se requiere una amplia contextualización, una mayor claridad del sentido o sentidos con los que se emplea para describir alguna particularidad social” (Cuervo, 2016, p. 22).

Por otro lado, en el caso de Shwty, Jessica, Tom, Mario y Carlos el amor es *interés genuino*, es decir, se necesita empatía, protección, aceptación, compañía, lealtad, estabilidad y comprensión en relación para que se pueda decir que se ama y se es amado/a. Para Sánchez-Aragón y Martínez-Pérez (2016) el interés genuino en las relaciones socioafectivas es la actitud y capacidad de entender y comprender a la otra persona en todo ámbito de la vida, ya que no son personas acabadas, terminadas o siendo un producto, más bien, están en un proceso de crecimiento y desarrollo, gracias a esto, el interés genuino funge como un parteaguas ante la expectativa, pues se percibe la realidad, no de lo que la persona desea que pase, sino de lo que pasa en sí en su contexto particular y situado.

Asimismo, el amor como interés genuino puede ser una gran ayuda para predecir y controlar lo que pueda pasar en relación a las emociones, sentimientos, pensamientos y acciones, a saber, una “sincronicidad emocional”, tal y como lo menciona Chapman (1992), en concordancia con Castro (2001) y García et al. (2021) los Actos de Amor funcionan para demostrar estas actitudes y capacidades (empatía, protección, aceptación, compañía, lealtad, estabilidad y comprensión); En primer lugar, las *Palabras de afirmación*, demuestran el amor mediante la verbalización, por ejemplo, las peticiones, cumplidos, cosas positivas y palabras de aprecio, que son estimulantes para sentirnos motivados.

En segundo lugar, es el *Tiempo de calidad*, se expresa a través de la unión, en otras palabras, se debe de tener una atención plena (sin distracciones) en la persona amada, disfrutando cada segundo en que se encuentren juntos para que pueda ser escuchada y comprendida. En tercer lugar, el *Recibir regalos*, se visibiliza el amor por medio de la atención en los detalles y estar en el pensamiento de la otra persona, proporcionando así la búsqueda de un obsequio (no necesariamente tiene que ser costoso o que conlleve dinero, por lo que también pueden ser realizadas con puño y letra), convirtiéndonos en “buenas” personas dadas.

En cuarto lugar, son los *Actos de servicio*, se demuestra el amor a partir de hacer algo que sabemos que le gusta a la persona amada, a saber, complacer y

servir porque se ama, por ejemplo, realizar favores, cocinar, tareas del hogar, dar todo lo que se tiene, etcétera, se necesita de tiempo, energía y planeación para que se haga de la mejor manera. Y, por último, el *Contacto físico*, es una manera de comunicar amor e intimidad, puesto que el cuerpo necesita el calor de la otra persona a través de besos, abrazos, caricias, tener relaciones sexuales, toqueteos y roces en todo el cuerpo, gracias a esto, la persona se siente amada e íntimamente conectada, ocasionando que no haya dudas del amor y el afecto que se tiene.

Estos actos de amor pueden ser un “atajo” en las relaciones socioafectivas para negociar conflictos que aparezcan en la relación, sin embargo, existen diferentes posibilidades y vías, por ejemplo, “a través de la propuesta de alternativas en las que puedan integrarse tanto sus propios intereses como los de la otra persona” (Sánchez-Aragón y Martínez-Pérez. 2016, p. 22). Como se observa el amor se significa de diferentes maneras, teniendo posibilidades de que sea dinámico, temporal, contextual, etcétera (Rodríguez-Santero, et. al., 2017).

Sin embargo, gracias al uso del “régimen de la verdad” junto con el “discurso estratégico”, se monopoliza el amor, en consecuencia, empieza la imposición, lucha y rebelión de lo que significa que una persona ame y sea amada. Empero, las personas necesitan un bienestar biopsicosocial cuando aman y son amadas, no basado en lo que está bien o mal, sino cada quien como quiera y pueda vivir, solamente adaptándose a las posibilidades y condiciones de cada persona.

4.2.2 Del flan a la gelatina de agua: El desiderátum del desamor

*“[...] cuando decimos que Amo (amor), evidentemente se crea lo que No Amo (desamor), cuando decimos lo que Necesito, es palpable saber lo que No Necesito”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

¿Qué es el desamor? ¿será contrario al amor?, ¿están totalmente separados uno del otro? Las respuestas a estos cuestionamientos dependen del contexto social, histórico y cultural en el cual estemos viviendo y de cómo han sido nuestras experiencias en torno al tema. Sin embargo, compaginamos con lo que dice Carabelli (2013), ya que nos ayuda a cuestionar y comprender la manera en que definimos al desamor, pues nada existe sin su opuesto, a saber, cuando decimos que *Amo (amor)*, evidentemente se crea lo que *No Amo (desamor)*, cuando decimos

lo que *Necesito*, es palpable saber lo que *No Necesito*, cuando decimos lo que nos *Complementa*, es deducible saber lo que *No nos Complementa*, ofreciendo múltiples posibilidades de sentirse y acciones.

A esto se le llama Polaridad, por lo que nos preguntamos ¿los opuestos se pueden integrar? Así es, Carabelli (2013) nos comparte cuatro fases para esto:

- 1) La primera, se llama Opuestos Antagónicos, cuando nos damos cuenta de que existe un opuesto, necesario o complementario lo rechazamos rotundamente, pues invade nuestro ser y nos causa conflictos.
- 2) La segunda fase son los Opuestos Proporcionados, comenzamos a conocer y reconocer el opuesto, necesario o complementario, es darse cuenta que hay algo que *no es* o *si es*.
- 3) La tercera, se le nombra Opuestos Complementarios, en esta fase nos cuestionamos que las dos partes están en un sistema al que pertenecemos, es decir, no están separados, sino que se necesitan mutuamente para existir, es decir, al saber lo que para nosotros es el amor, sabremos lo que es el desamor, permitiendo la posibilidad de que exista la otra parte.
- 4) Y la última fase es la de los Opuestos Integrados, donde comprendemos que las polaridades son un proceso dinámico y transitorio, tanto puedo estar en un polo, como puedo estar en el otro, necesitamos estar en el amor y desamor para darnos cuenta de cómo vivimos en cada uno y tomar una decisión.

Así lo podemos observar en las y los participantes de esta investigación, ya que al mencionar lo que significaba el amor, sabían lo que era el desamor, la frase *“el amor es lo contrario al desamor”* se repetía en sus experiencias. Por lo que Bell, Mar, Shwty, Jessica, Tom, Carlos, Mario y Pacheco expresan que el desamor es que la otra persona ya no pueda cubrir sus necesidades, es decir, cuando existe la falta de atención, abandono, decepción, engaño y confusión.

El desamor es contextualizado y la forma en la que las polaridades puedan ser integradas dependerá de cada persona (de acuerdo a su trayectoria de vida y su relación con el entorno). Lamentablemente o no, el desiderátum dicta las pautas “necesarias y adecuadas” para que el desamor pueda vivirse y sentirse de cierta

manera, en otras palabras, sólo existe el desamor, cuando hay carencias y no se cubren, por lo que nuestro desarrollo se va deteriorando, así lo menciona Santa (1996) y Linares (2010) pues lo asocian con la crisis, sufrimiento, fracaso, desgracia, desconexión, desapego, error, indiferencia, aborrecimiento, falta o inexistencia de sentimientos con la persona vinculada.

De la misma forma, Gallego (2020) comparte 3 puntos clave para que el desamor se defina como tal: La primera es la Pérdida de la Intimidad, refiriéndose a la degradación del contacto físico (ahora hay menos abrazos, besos, sexo, deseo) ya no hay una excitación corpórea. En segundo lugar, es la Pérdida de Confianza, ya no existe comunicación para decir lo que sienten y piensan, por lo que se ocultan las cosas. Y, en tercer lugar, Baja Autoestima, se ven como personas tontas, estúpidas, sin aptitudes, incluso una apariencia física horrenda. Respecto a Aros (2021) nos brinda 6 señales para identificar los comportamientos de una persona que está en un estado de desamor:

- 1) Ya no quieren pasar la mayor parte del tiempo disponible con la otra persona, existe un desinterés.
- 2) Ausencia de elogios y detalles, se le olvida con intención, elogiar la apariencia física, acciones buenas.
- 3) La comunicación falla, ya no existe una conversación que dure más de 5 minutos.
- 4) Encontrar atractivas en todos los sentidos (cuerpo, rostro, voz, acciones, etc.) a otras personas.
- 5) Ya no soportan los conflictos, berrinches o complacencias de la pareja.
- 6) Comienza la infidelidad de tal manera que es un escape para la persona en cuestión.

El desamor, puede vivirse como lo han mencionado los/as autores/as en los párrafos anteriores, pero son posibilidades, más no reglas o normas que se deben de seguir. Gracias al cuestionamiento, el desamor es multifactorial, permitiéndonos vivirlo desde nuestros recursos y condiciones, quizá para algunas personas, pueda ser a través de tener nuevas experiencias, explorar nuevas formas de relacionarse, para otras puede ser un alivio y seguridad. Así lo expresan Chicchon y Tirado (2020)

pues la persona busca por medio de otras vías de satisfacer todas sus necesidades con la intención de desprenderse lo más rápido posible de la pareja, a saber, la persona en cuestión está “reestructurando mentalmente su vida y cuando se sienta listo dejará la relación” (p. 24) a través de las posibilidades que le presenten.

Para Alonso (2019) el desamor es un darse cuenta de la cruda realidad del ser, dicho de otra manera, se despojan las idealizaciones, expectativas y virtudes que se han impregnado en la otra persona. En lo que concierne a Vargas (2018) toma el desamor como una luz que ilumina nuestro camino, ya que nos ayuda a darnos cuenta que nada es para siempre y que el amor es terrenal, nada de otro mundo o universo. Por lo tanto, establecer solo una forma, ocasiona arrepentimientos, culpa y remordimientos, sin embargo, las personas necesitan un bienestar biopsicosocial cuando ya no aman, no basado en lo que está bien o mal, sino cada quien como quiera y pueda vivir, solamente adaptándose a las posibilidades y condiciones de cada persona.

4.2.3 Cómo te ven te tratan: La importancia de la apariencia física en las relaciones socioafectivas

*“[...] gracias a nuestra trayectoria de vida reconocemos cuando una persona nos parece bella o fea, ya que hemos construido, co-construido y reconstruido nuestros gustos, preferencias y deseos”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

La apariencia física tiene un gran impacto biopsicosocial en la co-construcción de relaciones socioafectivas, pues nos ayuda a elegir con quien queremos estar, así como realizar una valoración tanto personal como de otros/as, además influye en las personas para conseguir lo que se desea. Por lo tanto, es un privilegio contar con características (situadas, particulares y contextualizadas) físicas correctas, aceptadas, aprobadas y reconocidas, asociadas con la belleza, ya que nos permite desenvolvernos socialmente con mayor facilidad, en paralelo cuando se cuenta con características físicas incorrectas, asociadas con la fealdad.

El semblante y el cuerpo de una persona definirá las estrategias de poder que utilizará para “sobrevivir” en una sociedad plagada de desiderátums, puesto que Fanjul y González (2010) mencionan que podemos conocer, en primera instancia, como es una persona y generar expectativas (si nos puede aportar algo en nuestra

vida) “gracias” a nuestros prejuicios y estereotipos (creencias exageradas de cómo debe verse una persona), creando así el/la ideal en términos de apariencia física, es patente decir que esto es totalmente subjetivo y sobre todo contextualizado, a saber, no es bueno ni malo, simplemente es, de acuerdo a la trayectoria de vida de cada ser humano.

Justamente lo podemos comprender con lo que expresan Tom, Carlos, Mario, Pacheco, Mar, Bell, Shwty y Jessica, pues valoran y configuran las relaciones de acuerdo a la apariencia física, en primer momento por el cuerpo, pues ellas y ellos prefieren a personas que tengan un cuerpo fino, marcado y sobresaliente, en otras palabras, que se perciba un cuerpo firme (senos, glúteos, pectorales, espalda, brazos y piernas), asimismo que su estatura esté en un promedio entre alta (1.85) y baja (1.55), también su peso entre delgado y sobrepeso.

Por otro lado, tanto hombres como mujeres deben de tener una buena estructura, afinidad y finura de su rostro” (ojos, pestañas, cejas, nariz, labios, sonrisa, dientes y cuello) para que se vean seductores/as y cuidadosos/as, así como un cabello que se encuentre en buen estado, que huela rico y que esté moldeable (brillante, sedoso y suave). Cuando no cumplen con estas características son personas feas o poco atractivas, teniendo como principales factores, el descuido del cuerpo y de la cara, así como tener un cuerpo voluminoso y un color de piel poco reconocido.

Las características físicas deseables que expresan las y los jóvenes universitarios/as si son cumplidas, favorece a que tengan un mayor ajuste psicológico, produzca placer y bienestar, o sucede todo lo contrario (Díaz-Loving, et. al., 2012). De la misma manera Ubillos, et. al. (2001) exponen dos puntos donde narra la importancia de estar con una persona la cual es del agrado estético; 1) Si estamos con una persona atractiva para nuestro gusto, la imagen propia sale favorecida, pues se mejora la primera impresión y es a favor de quién se da cuenta o le conviene y 2) utilizamos estrategias para que resalte más la apariencia física de la pareja o relación socioafectiva que se quiera mostrar a las otras personas.

García (2021) nos expresa que la apariencia física es un capital social, ya que podemos vendernos fácilmente a través de nuestra belleza o fealdad. Cuando sabemos lo que valemos en términos de apariencia física, utilizamos estrategias de

poder para tener beneficios personales, recibir un trato especial por conveniencia y generar oportunidades privilegiadas, de esta manera se convierte en objeto rentable y económico (Sossa, 2011).

Por lo tanto, cuando una persona nos parece bella o atractiva, le brindaremos cualidades y valores positivos, relacionados con la amabilidad, fortaleza, estabilidad, etcétera, todo lo contrario, cuando una persona nos parece fea o menos atractiva (Fanjul y González, 2010). A esto se le conoce como Efecto Halo (sesgo cognitivo) propuesto por Thorndike (1920, citado en Cuartas, 2022), pues al observar que una persona es bella o fea, influirá en nuestra expresión de pensamientos, sentimientos y comportamientos. Debido a nuestra trayectoria de vida reconocemos cuando una persona nos parece bella o fea, pues hemos construido, co-construido y reconstruido nuestros gustos, preferencias y deseos, esto nos brinda la oportunidad de manejar nuestras experiencias de manera concreta, ya que es un estilo de vigilar-desatender, desaprobando-aprobar y castigar-premiar, sin embargo, la apariencia física, no solo entra por la vista, sino también con los olores, sabores, ciertas manías, acento personal y lenguaje verbal como no verbal (López, 2019).

La apariencia física es fundamental para el desarrollo, crecimiento y potencialización en las relaciones socioafectivas, puntualizando que la apariencia física es subjetiva, lo que para una persona puede significar que la estatura, cuerpo atlético, senos y glúteos grandes son atractivos, para otra persona no puede ser así. Como se puede apreciar, las y los participantes han vivido experiencias relacionales, donde el aspecto físico es indudablemente un parte aguas entre la aceptación y negación de la persona misma, pues al no llenar las características deseadas, causa displacer, rechazo, malestar, dolor, etcétera, teniendo experiencias desagradables.

Mastrodoménico (2013) nos menciona que vivir en el mundo puede resultar un reto, un juego de supervivencia, pues las personas que no tienen el aspecto físico requerido para una relación son evaluadas, pierden poder social, recursos, elecciones, trabajos, atenciones, etcétera. Cualquier persona que esté en una relación y que cuente con las características físicas que ellas quieren, se sentirán tanto cómodas como placenteras, sin embargo, no todo está perdido para aquellas personas que no cumplen los estereotipos requeridos socialmente, puesto que

como nos comentaron las y los jóvenes estudiantes los gustos y preferencias varían dependiendo del contexto en qué nos desenvolvemos, en otras palabras, habrá un roto para un descosido.

4.2.4 Eres o no eres: La personalidad ideal para tener relaciones socioafectivas

*“[...] la persona ideal, sí existe y es quien nosotros/as elegimos mediante su apariencia física (subjetiva) y su personalidad”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

¿Cuál sería nuestra persona ideal para entablar relaciones socioafectivas? Este cuestionamiento puede generar diferentes opiniones y preguntas, por ejemplo, ¿acaso existe una persona ideal?, ¿elijo a las personas con las que me relaciono, con base en su personalidad?, ¿cómo es que me eligen? Las respuestas son contextualizadas, por lo que no podemos hablar de generalidades, sino de particularidades. Entonces, la persona ideal, sí existe y es quien nosotros/as elegimos mediante su apariencia física (subjetiva) y su personalidad, sin embargo, ¿qué es la personalidad?

La personalidad es comprendida como un proceso continuo entre lo social e individual, es decir una construcción, co-construcción y reconstrucción de nuestros pensamientos, sentimientos, cualidades, actitudes, aptitudes, habilidades, visiones, opiniones, etcétera, a través de prácticas, participación y socialización con otras personas (Wenger, 1998). Por lo tanto, nos da la posibilidad de saber quiénes somos, así como conocer y comprender a los/as demás, de dónde vienen, van y pertenecen, así que es necesario que entre cada persona se identifiquen, den un lugar en el mundo y se nombren bajo un contexto particular (Navarrete-Cazales, 2015).

Dependiendo de la personalidad deseada, se cumplirán o no, tres aspectos propuestos por Alzugaray y García (2015), en primer lugar, se satisfacen y cumplen las necesidades fisiológicas, psicológicas y trascendentales. En segundo lugar, existe un incremento del apoyo emocional, psicológico, sentimental e intimidad. Y, por último, todas las actividades que hagan juntos producirán un bienestar, ya que en “momentos de necesidad, se tiende a sentir más apoyo” (p. 238).

Así lo podemos ver con las y los participantes de esta investigación, pues los hombres eligen con quién relacionarse, en este caso con mujeres, a partir de las siguientes características de la personalidad, ellas deben de ser tiernas, maduras, graciosas, inteligentes, seguras, extrovertidas, así como tener iniciativa, gustos musicales recíprocos y posturas políticas afines. Por otro lado, las mujeres eligen con quién relacionarse, en este caso con hombres, a partir de las siguientes características de la personalidad, ellos deben ser alegres, chistosos, seguros, sensibles y que tengan la capacidad de mantener conversaciones y que razonen de manera lógica.

Por el contrario, las y los participantes saben que personalidades no son adecuadas para ellas y ellos, por lo que las mujeres no eligen a un hombre inmaduro, desconfiado, con baja autoestima, desleales, machistas, conformistas y con la incapacidad de sentir, a saber, no tienen ni deben estar con un hombre que no ha trabajado en sí mismo, no quieren a un hombre incompleto o a quien salvar. En paralelo, los hombres no eligen a una mujer que sea manipuladora, que tiene expectativas ideales respecto a ellos y la incapacidad para comunicarse.

Pérez-Lugo, *et. al.* (2016, citado en Sánchez, *et. al.*, 2020) categorizan las personalidades en cuatro rubros para que sea más fácil elegir con quienes queremos relacionarnos:

- 1) La persona Seductora Sana, asociada por ser seguras, confiadas y la facilidad para satisfacer las necesidades ajenas, se les percibe como positivas, bondadosas e inteligentes.
- 2) La persona Ganadora Deseable, caracterizada por ser tenaz, planificadora, estable y verdadera, ya que logra cumplir todos sus objetivos por méritos propios en cualquier ámbito de su vida (social, personal, afectivo y profesional). Asimismo, es una líder innata, se centra en el control y dominación sin imponer o violentar.
- 3) La persona Ero-Represiva, basada en la facilidad de expresar sus sensaciones, emociones, sentimientos y pensamientos.
- 4) Y la persona Éxito Afectiva, además de contar con seguridad, confianza y estabilidad, también son expresivos de manera erótica y sexual, llevándolas al cumplimiento y éxito de todo lo que se propongan.

Cuando las y los jóvenes estudiantes universitarios de esta investigación, encuentran a una persona con las características deseadas, debe de crearse un equilibrio, estabilidad, compromiso, apoyo, aceptación, comprensión y respeto en la relación que se está construyendo, ya que es una muestra de compatibilidad y durabilidad en la relación (Cindoncha, 2017; Pérez-Wicht, 2017). Asimismo, existen cinco factores fundamentales para elegir a alguien ideal; I) seguridad, II) confianza, III) aceptación, IV) comprensión y V) bienestar, por ende, elegiremos a las personas si nos sentimos protegidas, comprendidas y aceptadas (López, 2019). Entonces, la personalidad puede ser un factor primordial para que se consuma una o varias relaciones socioafectivas, basadas en cumplir ciertas normas y leyes.

En el momento que la personalidad ideal no es cumplida, lleva a una desintegración, inseguridad y desacomodación en las relaciones, o antes de que se culminen, generando repudio y prejuicios ante ciertas formas diferentes de ser (Alzugaray y García, 2015). Se crean conflictos, existe una pobre calidad en los encuentros o se pierde cualquier contacto físico o emocional que se tenía o pudo haber tenido (Cindoncha, 2017). Existe una disminución del bienestar biopsicosocial, no queremos decir que esto esté bien o mal, son posibilidades de relación que socioculturalmente llevan al desamor.

La personalidad, como se puede contemplar, es parte fundamental para que una relación se concrete o se termine de manera inmediata, Es preciso mencionar que la persona ideal es subjetiva y la elegimos con base a tres momentos, la influencia de la sociedad/cultura, la familia y nuestra trayectoria de vida (experiencias), puesto que ser parte de una sociedad implica aprender y apropiarse de cierta cultura, al vivir con otras personas, se adoptan maneras de ser, hacer y estar. Dichas maneras nos permiten cambiar en un mundo situado, pues somos personas que tenemos capacidad de agencia, es decir, podemos cuestionar a lo largo de nuestra vida, aprendizajes y formas de ser (Giddens, 1984; Lave y Wenger, 2003; Quintana, *et. al.*, 2020).

4.2.5 Encender la llama del amor: Experiencias que mantienen una buena relación socioafectiva

*“[...] La decisión para el buen mantenimiento en las relaciones se da a través del cumplimiento y satisfacción de la apariencia física y la personalidad ideal que se desea”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

¿Cómo perduran las relaciones socioafectivas a lo largo de los años? Hemos escuchado infinidad de historias sobre personas que se mantienen juntas a pesar de los problemas, crisis, conflictos, distanciamientos, etcétera., y que han resignificado su *“estar juntos/as para siempre”*, teniendo maneras actualizadas de permanecer toda la vida. Estas experiencias hacen que las admiremos y, sobre todo, anhelemos relaciones perdurables, por lo tanto, se crean desiderátums de manera contextualizada para que se dé un buen mantenimiento de las mismas, sin embargo, ¿cómo se da la “decisión” de mantenerlas?, ¿cuáles son las claves para encender la llama del amor y que nunca se apague?

La decisión para el buen mantenimiento y funcionamiento en las relaciones se da a través del cumplimiento y satisfacción de la apariencia física y la personalidad ideal que se desea. Esto significa que, teniendo cubiertos estos dos rubros, las personas buscan y buscarán las formas (contextualizadas y particulares) para que perduren a lo largo del tiempo, es decir, utilizan diferentes métodos y/o estrategias para salvar, reparar, auxiliar, restablecer y prevenir su declive, por consiguiente, se crea un balance entre lo bueno y malo de cada persona, pues se debe de aceptar absolutamente todo, solo así se demuestra el interés, complacencia, satisfacción y bienestar (García, et. al., 2016; Cindoncha, 2017).

Se proponen dos grupos para este mantenimiento en las relaciones: La rutina y la estrategia. La rutina se basa en el mantenimiento sin la intención misma de continuar la relación, pues cumplen con todo lo que se desea. Y la estrategia, refiriéndose a todas esas acciones intencionales por las cuales la persona hace, dice o siente para que la relación continúe, de la misma manera, las estrategias y métodos a emplear dependen del contexto particular y situado de cada persona, ya que tendrán un bagaje cultural lleno de valores, creencias, pensamientos, desiderátum, comportamientos y actitudes que ayudarán al mantenimiento de relaciones socioafectivas (Armenta, et. al., 2014; Aragón, et. al., 2022).

Así lo podemos comprender con las y los jóvenes universitarios/as de esta investigación, pues llevan a cabo estrategias de mantenimiento, por ejemplo, ellas emplean la empatía, protección, fe, espontaneidad y las ganas de un cambio. En paralelo, ellos utilizan el interés genuino, paciencia, erotismo, compromiso y apego. Armenta, et. al., (2014) mencionan lo valioso que son estas acciones para que las relaciones no se quebranten o terminen pronto, pues se busca la positividad (verlo todo alegremente, sin negatividad), la franqueza (estar totalmente accesible y abierto), el aseguramiento (validar emociones, sentimientos y pensamientos), el compartir (actividades, responsabilidades, hábitos), la sociabilidad (compartir círculos sociales), las expresiones de amor (que la otra persona se sienta amada) y el dar (ceder).

Siguiendo la misma línea argumentativa, las personas se deben de encontrar comprometidas a continuar y contar con estrategias para la resolución de problemas y/o conflictos, de manera que podría favorecer la calidad y el bienestar de la relación (Castillo, 2019). Por consiguiente, se necesita energía y tiempo para este mantenimiento, por lo que se benefician de ellas al recibir los resultados adecuados, pues buscan una manera de reciprocidad (si tú me das yo te doy), debe de causar un bienestar biopsicosocial (Nina-Estrella y Ortiz-Ortiz, 2022). En palabras de Aragón, et. al. (2022) el fin último es “expresar emociones, definir y preservar la relación a partir de las actividades que se coordinen” (p. 120).

Gracias al mantenimiento, García y Romero, (2012) y Ramírez, et. al. (2021) desglosan 7 puntos para que se sepa que una relación perdurará:

- 1) Individualismo, permite que cada persona pueda desarrollarse y cambiar sin que se sientan amenazadas, dicho de otro modo, existe una libertad, respeto y confianza.
- 2) Las personas buscan que los gustos, personalidad, interés, objetivos y metas sean similares cuando quieren que una relación se mantenga. Puesto que genera felicidad y aumenta la capacidad de planeación, negociación y resolución de conflictos.
- 3) Hacen surgir mejores cualidades en las otras personas, se brinda ayuda y cuidado para que desarrollen creatividad, bondad, disciplina, humildad y generosidad.

- 4) Aceptan finales en las relaciones, se supera el dolor y la tristeza de manera rápida, sin perder el tiempo, así como perdonar y amar de nuevo.
- 5) Apertura a la exploración, se permiten cambiar sin sentirse heridos, ya que es parte de la vida no estancarse, seguir y seguir.
- 6) Evitan cambiar a la otra persona, aceptan tal y cómo son sin expresar lo que no les gusta, más bien es necesario aceptarlos/as con todo lo que trae.
- 7) Saben pedir, se refiere a que pueden expresar lo que necesitan, aunque la respuesta sea un NO.

Siguiendo la misma línea, el mantenimiento no sólo funciona o sirve para que una relación dure muchos años, sino también para el reconocimiento, aceptación, comprensión y validación de la sociedad (contextualizada), de este modo, habrá un incremento en la felicidad y bienestar de las personas ocasionando que se sigan las estrategias antes planteadas, en otras palabras, “mantener” es un indicador de la buena calidad que existe en la relación, poniéndolas de ejemplo para otras personas que desean relaciones “para siempre”, por lo que se requiere una excelente comunicación, control mutuo, intimidad sexual, satisfacción multifactorial (sexo, salud, social, familiar, individual) y equidad (García y Romero, 2012).

Como se puede contemplar, encender el fuego de una o varias relaciones requiere comprender y entender a las personas de manera situada, particular y contextualizada, ya que nos brindará los recursos necesarios para generar relaciones adecuadas en cada uno/a de nosotros/as. Las estrategias y métodos no son buenos o malos, simplemente son, sin embargo, podemos cuestionar lo que hacemos y cómo lo hacemos, sólo así, sabremos si lo hacemos; porque “siempre ha sido así” o “es así”, Hace bien o no a la persona, por conveniencia, por convivencia y por cuestionamiento. Cada una de ellas es válida y respetable, no podemos decir que una es mejor que otra, más bien, esto nos permite visibilizar y evitar naturalizar prácticas, pensamientos, acciones, a través de nuestra capacidad de agencia.

4.2.4 Apagar el fuego: Motivos por los cuales se terminan las relaciones socioafectivas

*“[...] el rompimiento puede ser asimétrico y unilateral, ya que una persona en la relación comienza a sentir insatisfacción, encontrando alternativas para satisfacer sus necesidades”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

¿Cómo parecen las relaciones socioafectivas a lo largo de los años? Hemos escuchado y leído experiencias sobre personas que rompen sus vínculos afectivos por problemas, crisis, conflictos, distanciamientos, etcétera., y que han resignificado su “duelo”, teniendo maneras actualizadas de vivir la pérdida de una relación. Estas experiencias hacen que reflexionemos y nos demos cuenta que hay momentos entre las personas que no podemos soportar, aguantar y sufrir, por lo tanto, se crean desiderátums de manera contextualizada para que se dé un rompimiento de las mismas, sin embargo, ¿cómo se da la “decisión” de romperlas?, ¿cuáles son las claves para apagar la llama del amor y que nunca se encienda?

La decisión para el rompimiento de las relaciones se da mediante dos momentos, el primero por un incumplimiento e insatisfacción prolongada de la apariencia física y la personalidad ideal, a saber, en un principio la otra persona le parecía atractiva y encantadora, empero, eventualmente estas características fueron disminuidas. Y en segundo momento, Shwty, Jessica, Mar, Bell, Mario, Tom, Pacheco y Carlos mencionan que se da por las crisis y conflictos en las relaciones, por ejemplo, infidelidad, falta de confianza, celos excesivos, aburrimiento, falta de tiempo y atención, violencia en todos sus ámbitos (física, verbal, psicológica, emocional, sistemática, etcétera), nula reciprocidad y salud mental.

Siguiendo la misma línea argumentativa, para que se dé un rompimiento se debe de sentir emociones que aquejan a un bienestar biopsicosocial, por ejemplo, dolor, confusión, depresión, desesperación, debilidad, ansiedad, desánimo, soledad, melancolía, enojo, tristeza, falta de motivación, miedo, ira e inseguridad (Martínez, et. al., 2021). Esto significa que, al no tener cubiertos estos dos rubros (apariencia física y personalidad ideal), así como las características antes mencionadas, las personas buscan y buscarán las formas (contextualizadas y particulares) para que perezcan, es decir, utilizan diferentes métodos y/o estrategias para abandonar, descomponer, desamparar, destruir y errar para su declive, por consiguiente, se crea un balance entre lo bueno y malo de cada persona, pues pone fin a un

proyecto de vida, una desintegración de las personalidades involucradas, teniendo sensaciones de fracaso (García, et. al., 2016; Aragón y Cruz, 2017; Cindoncha, 2017).

No obstante, el rompimiento puede ser asimétrico y unilateral, ya que una persona en la relación comienza a sentir insatisfacción, encontrando alternativas para satisfacer sus necesidades con otras personas o experiencias fuera de la relación, solamente así, se demostrará el desinterés, desagrado, y nulo bienestar que existe (Chicchon y Tirado, 2020). A partir de lo anterior, Vera (2017) y Chicchon y Tirado (2020) comparten algunas pautas para que se pueda llevar a cabo el rompimiento en las relaciones:

- 1) La inconformidad, debe surgir a partir de no poder expresar las emociones y sentimientos, generando discusiones, malentendidos y conflictos que dejan huella en la pareja.
- 2) Hostilidad, está debe crearse mediante la decepción de no ser y/o hacer lo que se espera de la otra persona, surgiendo la rivalidad, aversión y resentimiento.
- 3) Resolución de conflictos inadecuados, debe de existir resistencias al cambio, pues ninguna persona en la relación quiere perder o ceder ante una situación o problema, evitan llegar a acuerdos y se dañan entre sí.
- 4) Fatalidad, no existen similitudes en ningún ámbito, por ende, están destinadas al fracaso.
- 5) Falta de compromiso, evitar contratos o negociaciones en las relaciones ocasiona problemas que se convierten en crisis y sufrimiento.

Se necesita energía y tiempo para el rompimiento de las relaciones socioafectivas, Martínez, et. al. (2021) nos mencionan que produce sesgos en las emociones, pensamientos y sentimientos, así como afectar de manera considerable en la salud física, ya que conlleva un patrón de necesidades insatisfechas, si se siguen estas relaciones, lo único que se ganará será esta búsqueda de recompensas afectivas. Asimismo, Vera (2017) expresa que cuando no hay un “intercambio de ideas, no elaboran un proyecto de vida juntos, no comparten ni rien, [...] no hay una comprensión mutua” (p. 33).

Siguiendo la misma línea, el rompimiento no sólo funciona o sirve para que una relación perezca, sino también para el reconocimiento, aceptación, comprensión y validación de la sociedad (contextualizada), de este modo, habrá un incremento en la felicidad y bienestar de las personas ocasionando que se sigan las estrategias antes planteadas, en otras palabras, “romper” es un indicador de la buena calidad que existe en la persona implicada, poniéndolas de ejemplo para otras personas que desean terminar sus relaciones, por lo que se requiere una excelente comunicación, recursos para aguantar el dolor y la satisfacción de hacer lo imposible para terminar la relación (García y Romero, 2012).

4.3 Entretejiendo el desiderátum: Impacto de la pandemia COVID-19 en las relaciones socioafectivas

*“[...] servían para tener contacto, más no estar en contacto”
(Hernández-Arroyo, 2023)*

La pandemia COVID-19 develó múltiples situaciones políticas, económicas, sociales, familiares y personales, las cuales estamos en proceso de comprender. Cuando la sociedad estuvo en contacto con el virus, este provocó un miedo a la muerte nunca antes visto, así como los sentimientos de culpa, remordimiento y enojo, llevando a un aislamiento social, las secuelas impactaron rotundamente, pues había cansancio extremo, dolores de pulmón, espalda, garganta y la pérdida del sabor, sintiéndose extrañas y desorientadas.

Desarrollando una serie de acontecimientos inauditos en tan poco tiempo, pues de un día para otro las personas dejaron de hacer actividades cotidianas, saliendo de su zona de confort. Por consiguiente, esto rebasó nuestras capacidades para confrontar los problemas, ocasionando la pérdida de sentido, el miedo a conocerse a sí mismos/as, el darse cuenta de situaciones emocionales que habían contenido durante mucho tiempo (Morales-Chainé, 2021).

Lo anterior, llevó a un distanciamiento social que no habíamos experimentado, alejándonos de todo contacto físico, emocional y psicológico. Tenemos la teoría de que no podemos vivir sin la otra persona, necesitamos el contacto para saber que estamos vivos, en palabras técnicas, el saber que sentimos (gusto, vista, tacto, oído, olfato). Perdimos el rumbo, estábamos encerrados/as y lo que estábamos sintiendo no había forma de compartirlo con alguien más, no

podíamos abrazar, besar, tocar y contactar para sentir el calor, la compañía y la aceptación de otras personas, “del nosotros/as”.

¿Cómo podríamos compartir nuestras percepciones, emociones y sentimientos con otras personas y al mismo tiempo sentir el calor de la compañía? En primera instancia, pensamos que la internet era la cura para cualquier mal, intentamos comunicarnos a través de las redes sociales (WhatsApp, Telegram, Facebook, Instagram, TikTok), donde al inicio, era una forma de alargar un contacto, que al día siguiente pudiera continuar en persona. Al saber que este contacto por medio de las redes sociales iba a ser durante poco tiempo, nos aliviábamos, pero el incremento de los contagios nos llevó a estar a distancia aproximadamente año y medio, y estos medios servían para tener contacto, más no, estar en contacto.

En segunda instancia, todo aquello que considerábamos privado, no accesible, cerrado y oculto, se deslumbró a lo público, accesible, visible, abierto y de importancia para otras personas (Rabotnikof, 1995), pues al estar todos/as en confinamiento parecía que lo privado desaparecía rápidamente. Y, por último, nos adaptamos a compartir nuestras percepciones, emociones y sentimientos mediante una publicación, (Facebook, Twitter), un vídeo (YouTube, TikTok), una foto (Instagram, Snapchat), un podcast (Spotify), un curso, taller, conferencia en línea (Zoom, Meet), etcétera, pues podíamos expresar sin palabras lo que nos ocurría en el día a día.

¿Perdimos la palabra o la transformamos? Conocemos la famosa frase de “una imagen vale más que mil palabras” y pensamos que justo eso pasó con todas las personas en esta pandemia, transformamos la palabra hablada, por la palabra digital, ya que como lo menciona Da Porta (2021), podemos alumbrar una nueva escucha y generar la comprensión, dudas y nuevas formas de comunicarnos. Esta ganancia de la transformación, nos avisó que habíamos descuidado a las personas más cercanas a nosotros/as, personas que vivían/viven en nuestros techos, así es, la familia. llevando a nuevos desafíos.

Que irónico parece esto, nos adaptamos a una nueva forma de comunicación digital, pero seguíamos sin adaptarnos a un contacto de estar, en esta pandemia. Lo que provocó el incremento de las discusiones, peleas e intolerancias, que posteriormente se dirigieron a las relaciones socioafectivas. Dejando en evidencia, las diferentes funcionalidades, valores, normas morales, patrones y roles en cada relación, lo que nos hizo dar cuenta que lo establecido o lo que dábamos por hecho

era rotundamente una mentira o una salvación (Posada-Bernal, et. al., 2021; Zayas-Fajardo, et. al., 2021). Haciendo una metamorfosis del contacto, ya que no solo importaba el saber que estaban las personas en una familia, sino comprender y entender el estar, brindando así, nuevas formas de relacionarnos.

Aunque la pandemia fue a nivel global y los contagios tenían cierta estructura, la vivencia, experiencia y el sentir de cada persona fueron únicos y contextualizados. Así lo pudimos ver con las y los jóvenes estudiantes universitarios/as que participaron en esta investigación. Los cambios fueron tan grandes que nos llevó a adaptarnos de manera repentina, aprovechando o no el confinamiento, hicimos cosas que no habíamos hecho antes, descubrimos lo que nos gustaba, lo que no, lo que toleramos, aceptamos, etcétera. La pandemia COVID-19 nos ha convencido, nos ha hecho cuestionar sobre lo que somos, hacía dónde íbamos y hacía dónde vamos ahora.

Conclusiones

La Psicología Sociocultural, basada principalmente en la metodología cualitativa, para el estudio de las experiencias diversas y contextualizadas, permitió estudiar el desiderátum del amor y desamor en realidades específicas, así como sus procesos e interacciones de una manera flexible y holística. Derivado de lo anterior, se pudo comprender, los significados, sentidos y experiencias que *Shwty, Jessica, Mar, Bell, Tom, Carlos, Pacheco y Mario* le otorgan a este fenómeno, en consecuencia, podemos conocer, explorar, identificar, reconocer, entender, comprender y proponer diferentes posibilidades de acción en nuestras prácticas sociales, que, a su vez, vislumbra infinidad de caminos para innovar en cualquier campo relacional en donde nos encontremos.

Recordando que el objeto de la presente investigación fue analizar los significados del Desiderátum en la construcción del amor y desamor en jóvenes universitarios/as, mediante la tradición de Estudio de Caso cuya finalidad fue profundizar en la esencia del tema, comprendiendo y analizándolo de manera particular. Se considera que se ha cumplido dicho objetivo, y que a la par, se visibilizaron dos momentos:

- 1) Comprendimos que el amor y desamor no están aislados de otros fenómenos, sino que se entrelazan con el género, sexualidad, apariencia física, personalidad, inicio, mantenimiento y rompimiento de relaciones social, afectiva, erótica y sexual.
- 2) El estudio contextualizado aporta grandes formas de vivir, así como resignificar nuestras creencias, experiencias, ideologías, sentires, saberes y pensamientos.

Por lo tanto, nos brindó la posibilidad de reconocer y cuestionar que el significado del desiderátum del amor y desamor nos lleva por procesos “generales” hasta procesos “particulares”, en ese sentido, no nos enfocamos en ser juez que dictamina lo bueno y lo malo, más bien pudimos contemplar múltiples posibilidades de construcción, co-construcción y reconstrucción en relación con nosotros/as mismos/as, con otras personas y con el entorno.

Siguiendo la misma línea argumentativa, al existir en un entorno situado, particular y contextual, diversifica los caminos, a saber, abre las posibilidades de transformación de cada persona, inclinándose a la plenitud en todas las ramificaciones de nuestro desarrollo social e individual. Teniendo como premisa que la vida puede estar en una lucha constante entre el perfeccionismo y su némesis, el cambio; ambos en una lucha constante por demostrarnos que son los mejores, sin embargo ¿quién o qué decide lo que es mejor o peor para nosotros/as?

En el mundo moderno, “gracias” a los diferentes medios de comunicación y de interacción, tenemos coaches (entrenadores) del desiderátum, género, sexualidad, relaciones social, afectiva, erótica y sexual, amor, desamor, apariencia física, personalidad, mantenimiento y rompimiento, es decir, conocemos, reconocemos, apoyamos y vamos con personas “expertas”. En consecuencia, generan un temor, miedo y remordimiento si no hacemos, pensamos y sentimos lo que estas personas nos dicen, pues se crea un manual con reglas, normas, principios y leyes donde se debe de seguir todo a pie de letra para que haya éxito en cualquiera de los temas antes mencionados, entonces, se van estableciendo exigencias (desiderátum) sobre ser, sentir, pensar y hacer todo bien (perfecto).

Con certeza, en esta investigación junto con la literatura citada, podemos comprender que la sociedad/cultura nos ha impregnado un miedo a equivocarnos, culparnos y sentir remordimiento por romper las reglas del juego, a saber, una prohibición impuesta. Por lo que llegamos a la conclusión que ninguna persona es perfecta para seguir todos los desiderátums a lo largo de su trayectoria de vida, pues cada quién hace lo que requiere gracias a los recursos creativos, las circunstancias en las que estemos y nuestra capacidad de agencia, es decir, podemos decidir continuar hacía el camino de un perfeccionismo utópico para nuestra realidad tan diversa o cuestionar si el cambio puede ser una posibilidad constante.

Como encontramos en esta investigación, las luchas pueden llegar a una metamorfosis con la integración de sus polos, esto nos ayuda a comprender y reconocer diferentes prácticas y participaciones que van construyendo nuestra forma de ser, pensamientos, comportamientos, costumbres, juicios, prejuicios, estereotipos, estándares, valores, moralidades, tradiciones, ideologías, deseos, gustos, anhelos, etcétera. A su vez, nos da el poder de decidir con quienes nos

relacionamos o no, dependiendo su condición de género, roles, sexo, raza, habilidades, aspecto físico, ideologías, metas, conveniencia, status social, etcétera.

Lo anterior no lo vemos como algo determinista, sino como formas diversas de vivir en el mundo, sobre todo, en las necesidades particulares, situadas y contextualizadas, en palabras llanas, la persona es única e irrepetible, de manera que la esencia de nuestra persona surge cuando nos relacionamos unos/as con otros/as, conlleva procesos complejos, pues el constructo de lo que nos hace ser es una serie de decisiones conscientes, de lo que queremos y lo que no a través de la socialización, la cual nos hace formar parte del mundo, en un contexto particular y situado, esta empieza desde el nacimiento y es solo a lo largo de nuestra vida y nuestro paso por las diferentes instituciones que vamos aprendiendo formas de diversificarla, resignificarla y construirla,

En virtud de lo cual, vamos experimentando formas de estar con otras personas, encontrando diversas posibilidades de hacerlo, ocasionando que se tengan dudas o cuestionamientos, por ejemplo, ¿estoy cansado/a, fatigado/a y agotado/a de seguir diversos desiderátums? o ¿estoy fortalecida/o, reconfortada/o y vigorosa*o de seguirlos?, ¿los mandatos y lo que dicen las/os expertas/os está encima de lo que nosotros sentimos, pensamos, hacemos, así como de nuestras relaciones?, ¿me conozco y reconozco?

En ese sentido, se encontró que cuestionar o no el desiderátum, permite que reflexionemos lo que apropiamos como formas de ser a lo largo de nuestra trayectoria de vida, por ende, decidimos lo que creemos, vivimos, sentimos, pensamos y practicamos, esto en sí es libertad. Hemos aprendido en esta investigación que no podemos ir diciendo lo que está bien o mal, lo correcto o incorrecto, pues cada persona tiene maneras de ser, pensar, sentir y hacer en un contexto particular. Existe una posibilidad de agencia que podemos llevar a cabo, a saber, comprender, entender y reconocer las diferentes prácticas sociales que existen en diversos contextos, aún más cuando se trata de relacionarse con otras personas, lamentablemente o no, tendremos estereotipos y prejuicios que nos ayudan a sobrevivir en la sociedad, donde se sofisticó este desiderátum, más no se extingue.

Por tal motivo, las primeras comprensiones del género derivan de los aprendizajes apropiados en contextos cercanos sobre cómo deben de ser y actuar los roles, comportamientos, actividades y estéticas que socialmente se categorizan

únicamente en masculino-femenino. De esta forma, se establecen manuales encargados de regular pautas para cumplir con requisitos que nos permitan ser reconocidos. Hemos vivido un binarismo de género arbitrario y no necesario, que no es el único modo de ser y de vida posible, de ahí el planteamiento del reconocimiento de las posibilidades, ya que abrir la posibilidad a la creación de más géneros sin dificultad alguna de aceptación social. Es un proceso de cambio y movimiento en el que las circunstancias ofrecen posibilidades de vida.

Entretejiendo este desiderátum en la manera en que nos relacionamos socioafectivamente, trayendo consigo la construcción y significación del desiderátum en el amor y desamor. Es un tema cliché, relativamente viejo, desde el inicio de nuestros tiempos, donde se concretan ciertas normas y leyes de lo que debe ser, opinamos que no han cambiado rotundamente, solo se ha sofisticado para nuestra conveniencia como sociedad. El amor y desamor son una práctica social en un contexto situado y particular, se nos enseña cómo, por qué, para qué y cuándo debemos de amar, asimismo, es un gesto que mueve a las personas, pues el punto fundamental es que debe ser demostrado en todos los ámbitos posibles.

El amor tiene muchas categorías, estereotipos y prejuicios, que nos "ayudan" a vivir en una sociedad con necesidades de socialización, existen diferentes tipos de amor, (Eros, Storgé, Philia y Ágape), así como estilos (Romántico, Líquido, Nuevo, Responsabilidad Afectiva), cada uno exigiendo lo que debe o no ser. Imponer desde el poder no significa que está mal o bien, si no es una forma de vivir amando. Las diferencias de relacionarnos con otras personas conllevan cierta visibilización que no podemos dejar pasar; cada quien se relaciona como decide relacionarse, como se mencionó en los primeros párrafos, nos atraviesa una cultura, con ciertas prácticas contextualizadas y situadas. Si no se cumplen con ciertos estereotipos y prejuicios no se pueden relacionar, llevando al desamor, que conlleva prácticas sociales que socioculturalmente construimos y reconstruimos al momento de terminar una relación, es un gesto que limita y encierra a las personas a sufrir con culpa y remordimiento.

Es importante considerar que la regulación y determinismos no necesariamente hace referencia a un bienestar o malestar, pues también es una forma de ejercer poder y dependiendo la arista de donde se aprecia, también una forma de opresión. La regulación es por tanto a su vez una forma de prohibición. Las demandas sociales no son las mismas demandas simbólicas, lo simbólico es

aquello que marca los límites de cualquier esfuerzo utópico de reconfigurar y de revivir las relaciones socioafectivas.

Por lo tanto, al analizar los significados del desiderátum en la construcción del amor y desamor, se puede concluir que el desiderátum está presente en cada persona, sea cuestionado o no, siguiendo ciertas acciones, emociones, sentimientos y pensamientos de lo que debería de ser, interpolando creencias, ideologías y/o costumbres al relacionarse socioafectivamente, pasando por 3 tópicos:

- 1) La apariencia física que proyectamos y que las demás personas perciben es pilar para que nos podamos relacionar, la imagen es relativa, pues dependiendo en qué contexto nos encontremos ciertas características físicas y estéticas serán aceptadas o rechazadas, teniendo como premisa “la belleza”. La apariencia, tiene matices, como la voz, movimientos del cuerpo, formas de vestir, protocolos, marcas reconocidas de ropa, alcohol, perfumes, lociones, joyas, peinados, automóviles, etcétera, concluyendo que es un don, un encanto y gracia que nos perciban como personas atractivas, aceptadas, superiores, reconocidas o en su caso, sin estos dones, pierden poder social, recursos, elecciones, trabajos, atenciones o simplemente cuesta mucho más trabajo conseguir lo que se quiere. De esta manera hacemos una valoración externa de cómo se debe de ver una persona para que nos relacionemos o no, vivir en el mundo puede resultar un reto, un juego de supervivencia. Comprendiendo que es un contexto socio-histórico, un momento dado que nos permite entender las características elegidas para relacionarnos, empero, podemos cuestionar estas prácticas y llevar a la sofisticación de las mismas.
- 2) Las personalidades son formas de ser de las personas, esto nos permite insertarnos en ciertos contextos particulares y situados para apropiarnos de ciertas prácticas sociales, así nos pueden mirar con desprecio o aceptación, viviendo en un bucle de tiempo, reproduciendo frases como de “te acepto tal y como eres”, “te acepto solo si cambias esta parte de ti”, “te rechazo porque no eres como yo lo imaginaba”, frases que nos hacen ser quienes somos, pues aprendemos a relacionarnos con ideales y deseos de ser persona, que produce

cambios en otra, es decir, estamos condenados a querer ser perfectos y esperar la perfección en los demás. Aprendemos de qué manera relacionarnos, eligiendo ciertas personalidades de manera categórica, discriminativa (elegir entre opciones), estereotipada y prejuiciosa. Queremos hacer una aclaración, al nombrar estas palabras, no nos estamos refiriendo a términos malos, negativos, etcétera, sino formas de vivir en el mundo. Como podemos apreciar, son formas en las que las personas eligen relacionarse, el cuestionamiento de las mismas al decir que se hace por gusto o por obligación depende de cada persona.

- 3) El mantenimiento y el rompimiento nos marcan un desiderátum, pues son mandatos que nos indican en qué momento podemos continuar una relación y en qué momentos darla por terminada, marcando imposiciones para vivir en una sociedad “libre”, llegando las conclusiones de lo que es el amor y el desamor,

A manera de cierre y como se ha visto a lo largo de la investigación cada uno(a) de nosotros puede y tiene la capacidad de decidir que hacer y que no respecto de su forma de vivir y relacionarse con sus pares, libremente, considerando que dichas decisiones estarán permeadas por lo que debemos de hacer, viendo esto no como algo malo o bueno, pues la dinámica en que nos vivimos y vamos diversificando, significando, construyendo, co-construyendo, simplemente es. Lo que da cuenta que podemos tener un checklist para elegir a las personas, sin decir que es correcto o incorrecto, solamente existen posibilidades de relacionarse, no negando uno ni aceptando otro como norma o ley, pues para el amor y desamor no existen recetas de cocina, manuales o instructivos, cada persona es un mundo y decide cómo crearlo dependiendo de los desideratums de su contexto.

La integridad de nuestra existencia depende de la variedad de cosmovisiones que nos complementan, a saber, cada cabeza es un mundo, sin embargo vamos tomando fragmentos de cada uno que nos parecen más bellos, más interesantes, más completos, más brillantes, más inteligentes, etcétera., hasta dejar de ser solo un mundo, transformándonos en un universo completo y único.

Propuestas

Como se ha podido ver a lo largo de esta investigación los temas como el desiderátum, género, sexualidad, relaciones social, afectiva, erótica y sexual, amor, desamor, apariencia física, personalidad, mantenimiento y rompimiento, se han estudiado de manera fragmentada, diversas disciplinas habla de ello, pero la mayor parte con tintes privilegiados, por lo que se propone que estos tópicos se hablen como un tema social, político, económico, emocional y personal, de manera particular, situada y contextualizada donde nos dé la posibilidad de comprender que de lo que pensamos, hacemos, decimos y sentimos es por imposición o por una decisión.

Asimismo, son universos de descubrimiento y cuestionamiento tanto de las prácticas como del discurso que estamos dando, por lo tanto, los hallazgos encontrados, pueden dar pauta para que podamos conocer, reconocer, saber y comprender las formas tan diversas de interactuar, socializar y relacionarnos con otras personas. Sin buscar enjuiciar, categorizar y estereotipar los comportamientos y sentires de la persona en buenos o malos, ya que esto ocasiona que el desiderátum sea una forma de vida y no dejamos que cada persona pueda decidir para donde quiere guiar su vida.

De la misma manera, los hallazgos encontrados pueden ser el inicio de una línea de investigación sobre el desiderátum del amor y desamor, y que cada proyecto tenga una población diferente; adultos mayores, infancias, personas gays, lesbianas, trans, bisexuales, binarias, etcétera, para que podamos brindar un mayor marco de referencia entorno a las relaciones socioafectivas y como es que cada población vive el amor y desamor.

Por otro lado, esta investigación puede ser el inicio de una gama de técnicas, teoría y metodología en cualquier ámbito de la psicología, por ejemplo, Salud, Organizacional, Educación, Educación Especial, Clínica, Social, etcétera, para que podamos darnos cuenta cómo es que en relación con otras personas y el entorno nos dan la posibilidad de ser persona y por ende amar o desamar. Gracias a las posibles investigaciones, queremos brindar apoyos económicos, sociales y políticos.

Referencias

- Acosta, A. (s.f) Solo un hombre enamorado hará estas 8 cosas cada día sin darse cuenta, *familias.com*, <https://www.familias.com/solo-un-hombre-enamorado-hara-estas-8-cosas-cada-dia-sin-darse-cuenta/>
- Acevedo, V., Y Restrepo, L. (2010) Experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja, *Pensamiento Psicológico*, 8(15). 63 - 76.
- Adsuara, G. (2020, marzo 4) Cómo actúa una mujer enamorada, *Psicología-Online*, <https://www.psicologia-online.com/como-actua-una-mujer-enamorada-4997.html>
- Allport, G. (1971) *La naturaleza del prejuicio*, Editorial Universitaria de Buenos Aires.
- Alonso, A. (2019) Vínculos amorosos en la hipermodernidad, de amor y fragilidad, *Universidad de la República de Uruguay*, 1 - 43.
- Alvarez, P. (2018) Ética e Investigación, *Boletín virtual*, 7(2), 122 - 149
- Álvarez, A. y Río, P. (2013). The role of education in development. From school to culture. *Culture and Education*, 25(2), 137 - 151.
- Álvarez-Gayou, J, (2003) *Cómo hacer investigación cualitativa: Fundamentos y Metodología*, PAIDÓS.
- Alzugaray, C. y García, F. (2015) Relaciones de pareja y bienestar psicológico, *Estudios sobre bienestar*, 237 - 251.
- Ángeles, L. Y Hernández, O. (2022) Interacción a través de la pantalla: La socialización de niños y niñas desde sus casas, *Revista EDUCA Amazonia*, 15(2), 210-235.
- Antonacci, M. (s.f) 6 actitudes de un hombre enamorado en silencio, *vix*, <https://www.vix.com/es/imj/12999/6-actitudes-de-un-hombre-enamorado-en-silenc>

- Aragón, R. Y Cruz, R. (2017). Causes and Portrayal of Romantic Grief Stages. *Acta de Investigación Psicológica*, 1 - 9.
- Aragón, S., Villanueva, G., Jean, C., Velasco, P., Y Villanueva, R. (2022) El Mantenimiento en las Relaciones de Pareja: Una Forma de Medirlo, *Acta de Investigación Psicológica*, 12(1), 117 - 135.
- Armenta, C., Aragón, R. Y Díaz-Loving, R. (2014) Efectos de la Cultura sobre las Estrategias de Mantenimiento y Satisfacción Marital, *Acta de Investigación Psicológica*, 4(2), 1572 - 1584.
- Aros, D. (2021, abril 20) ¿Sientes que te estás desenamorando? 6 señales que te ayudarán a saberlo, [biobiochile.cl, https://www.biobiochile.cl/noticias/vida-actual/pareja-vida/2021/04/20/sientes-que-te-estas-desenamorando-6-senales-que-te-ayudaran-a-saberlo.shtml](https://www.biobiochile.cl/noticias/vida-actual/pareja-vida/2021/04/20/sientes-que-te-estas-desenamorando-6-senales-que-te-ayudaran-a-saberlo.shtml)
- Ávila-Fuenmayor, F. (2006) El concepto de poder en Michel Foucault, *Telos*, 8(2), 215-234.
- Ayllón, R. (2020) De hombres y machos: el género y las masculinidades en la vida cotidiana, *Revista Digital Universitaria*, 21(4), 1-10.
- Bajo, P., I. (2020) La normalización de la violencia de género en la adultez emergente a través del mito del amor romántico, *Cuestiones De género: De La Igualdad Y La Diferencia*, (15), 253–268.
- Bedia, R. C. (2015). El cuerpo de las mujeres y la sobrecarga de sexualidad. *Investigaciones feministas*, 6, 7-19.
- Benedetti, A. (2022). Hegemonía, cooperación y disidencia. Regionalizaciones de América como sistemas de prácticas y relaciones de poder. *Huellas*, 26(1), 105-124.
- Blandón-Hincapié, A. I. Y López-Serna, L. M. (2016) Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 14(1), 505 - 517.

- Bolaños, T. Y Charry, A. (2018) Prejuicios y homosexualidad, el largo camino hacia la adopción homoparental. Especial atención al caso colombiano”, *Estudios Constitucionales*, 16, 395-424.
- Brante, D. (2015, septiembre, 28) 10 cosas que toda mujer enamorada hace por su esposo, *VanguardiaMx*, <https://vanguardia.com.mx/circulo/2965596-10-cosas-que-toda-mujer-enamorada-hace-por-su-esposo-PWVG2965596>
- Cáceres, C., Manhey, C. Y Vidal, C. (2009) Separación, pérdida y duelo de la pareja: Reflexiones imprescindibles para una terapia de divorcio, *Revista del Instituto Chileno de Terapia Familiar*, 41-60).
- Cahn, L., Lucas, M., Cortelletti, F. Y Valeriano, C. (2020) *Educación sexual integral: Guía básica para trabajar en la escuela y en la familia (Educación que ladra)*, Siglo XXI Editores.
- Carabelli, E (2013) *Entrenamiento en Gestalt*, Editorial Del Nuevo Extremo.
- Carrillo, A. (2021) La fiebre amarilla a la Covid-19: Dos siglos de epidemias y pandemias en México, *KORPUS* 21,1(2), 233 - 250.
- Carrillo, C., Ibarra, M., Contreras, G. Y Camacho, E. (2019) Círculos de cultura: diálogo sobre saberes y percepciones respecto a la sexualidad en adolescentes, *Revista Sexología y Sociedad*, 25(1), 35 - 46.
- Castillo, M. (2019) Relación entre el tiempo de unión de la pareja, intimidad sexual y estilos de resolución de conflicto, *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), 277 - 286.
- Castro, A. (2001) ¿Qué entienden jóvenes y adultos por “estar enamorado”?, *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 25-38.

- Cazés, D. (2000). Nociones y definiciones básicas de la perspectiva de género. En D. Cazés (Ed.), *La perspectiva democrática del género*. Editorial CONAPO Consejo Nacional de Población. México.
- Chapman, G. (1992) *Los cinco lenguajes del amor*, Editorial Unilit.
- Chavez, N. (2018, enero 8) Señales de que una mujer está perdidamente, *En Pareja*, <https://www.enpareja.com/romance/Senales-de-que-una-mujer-esta-perdida-mente-enamorada-20180108-0007.html>
- Chicchon, M. Y Tirado, M. (2020) *Caracterización de la ruptura en parejas de adultos jóvenes* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada, Antonio Guillermo Urrelo].
- Cibrián-Llenderal, T., Cadena-Barajas, M., Cuervo-Ledesma, F., Y Martínez-Fuentes, E. (2016) Variables sexuales, emocionales y físicas asociadas a la respuesta sexual en mujeres, *Revista de Comunicación Vivat Academia*, 31 - 51.
- Cindoncha, A. (2017) *Satisfacción, conflictos y consecuencias psicológicas en las relaciones de pareja una revisión bibliográfica* [Tesis de grado, Universitat Jaume I de España].
- Corsí, J. (2010) La violencia hacia las mujeres como problema social. Análisis de las consecuencias y de los factores de riesgo, *Documentación de apoyo fundación Mujeres*, 1-12.
- Cuartas, L. (2022) *El efecto halo del atractivo físico y personalidad criminal*, [Tesis de Grado, Universidad de Oviedo].
- Cuenca, M. (2015). El dilema de la ética: entre el ser y el deber ser, la libertad y el reconocimiento del otro. *Estudios De Filosofía*, 13, 31 - 54.
- Cuervo (2016) Exploración del concepto de violencia y sus implicaciones en educación, *Política y Cultura*, 46, 2016, 77 - 97.

- Da Porta, E. (2021). Paulo Freire, el poder de una palabra que transforma: Sección "Relecturas". *Cuadernos De Coyuntura*, 6(continuo), 1–9.
- De Salud (s/f) Conflicto entre ser padres y ser pareja, *desaludpsicólogos*, <https://desaludpsicologos.es/problemas/maternidad-y-paternidad/conflicto-entre-ser-padre-y-ser-pareja/>
- Del Olmo, M. (2005) Prejuicios y estereotipos: un replanteamiento de su uso y utilidad como mecanismos sociales, *Revista de Educación*, 13 - 26.
- Díaz-Loving, R., Rivera, S. Y Wolfgang, P. (2012) Masculinidad-feminidad y salud mental, *Persona*, 15, 137-157.
- El Personalista (s.f.) 7 actos que una mujer enamorada hace solo por el hombre que ama, *Personalista*, <https://elpersonalista.com/actos-mujer-enamorada-hace-por-su-amado/>
- Escaño, A. (2019, abril 10) Relación de pareja y paternidad, ¿cómo se influyen?, *La mente es maravillosa* <https://lamenteesmaravillosa.com/relacion-de-pareja-y-paternidad-como-se-influyen/>
- Escudero, X., Guarner, J., Galindo-Fraga, A., Escudero-Salamanca, M., Alcocer-Gamba, M. y Del Río, C. (2020) La pandemia de Coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19): Situación actual e implicaciones para México, *Archivos de Cardiología de México*, 7 - 14.
- Espeso-Molinero, P., ; Ferrández-Ferrer, A., Y Hurtado-García, I. (2021) Estereotipos y prejuicios en la educación superior. Una mirada desde la antropología, *Redes de Investigación e Innovación en Docencia Universitaria*, 273 - 284.
- Fanjul, C. Y González C. (2010, 30 de septiembre) Aspecto físico y definición de roles en la serie Perdidos, *Congreso Internacional Congenere "la construcción de género en la ficción televisiva"*, Girona.

- Fernández, D. (2014) La eyaculación precoz. Actualización del tema, *Revista Clínica Médica Familiar*, 7(1): 45 - 51.
- Flores-Hernández, B. G., Guzmán-Pimentel, M., Martínez-Ruiz, L., Jiménez-Castro, M. P., Rojas-Solís, J. L., Y Preciado Lloyd, P. N. (2021). Caracterización de las (nuevas) relaciones románticas de adolescentes. *Avances En Psicología*, 29(1), 47 – 58.
- Fromm, E. (2014) *El arte de amar*, Paidós, España.
- Gallego, T. (2020, agosto 6) ¿Por qué nos desenamoramos?, *teresagallegopsicologia*, <https://teresagallegopsicologia.wordpress.com/2020/08/06/desenamoramiento/>
- García, F., Fuentes, R. Y Sánchez, A. (2016) Amor, satisfacción en la pareja y resolución de conflictos en adultos jóvenes, *Jayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSA*, 14(2), 284 - 302.
- García, J., Hernández, C. y Aparicio, O. (2021) De la violencia al amor, la desmitificación romántica: Un análisis con perspectiva de género, *Revista de Psicología de la Universidad del Estado de México*, 10(20), 56-79.
- García, J., Hernández, C. y Monter, N. (2019) Amor romántico entre estudiantes universitarios (hombres y mujeres), una mirada desde la perspectiva de género, *La Ventana*, 49, 218-247.
- García, M (2021) Discriminación laboral sobre la base de la apariencia física, *Revista de la Comisión de lo Social de Juezas y Jueces para la Democracia*, 9 - 34.
- García, M. Y Romero, P. (2012) Mantenimiento en la relación de pareja: construcción y validación de dos escalas, *RIDEP*, 34, 133 - 155.
- Garzón-González, R., Barrios-Acosta, M. Y Oviedo-Córdoba, M. (2017) Violencia en las relaciones erótico afectivas entre adolescentes, *Tesis Psicológica*, 12(2), 100-115.

Giddens, A. (1984) *The Constitution of Society*, Polity Press: Cambridge.

Giraldo, R. (2018) Terapia de padres separados: Una forma de terapia en pareja basada en los vínculos, *Redes* 36, 103-126.

Glover, M. (2021, febrero, 10) Cómo saber si un hombre está enamorado de ti, *Psicología-Online*, <https://www.psicologia-online.com/como-saber-si-un-hombre-esta-enamorado-de-ti-4234.html>

Goicoechea, P. H. (2018). El amor y el desamor en la adolescencia. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, 6(2), 78 - 84.

Gómez, R., Esquerro, V., Salcedo, L. Y Bonet, B. (2016 agosto 20) Paternidad y pareja, *Revista Electrónica de Portales Médicos*, <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/paternidad-y-pareja/>

González, P. (2021) El concepto de capacidad de agencia en Giddens y su relación con el Desarrollo Social, *Aristas del Desarrollo Social*, 11(20), 10 – 27.

González, W. (2020, junio 10) Acciones que indican que un hombre está enamorado realmente, *Soy Carmín*, <https://www.soycarmin.com/buenavida/un-hombre-enamorado-20200610-0031.html>

Heilman, B., Barker, G. Y Harrison, A. (2017) *La caja de la masculinidad: Un estudio sobre lo que significa ser hombre joven en Estados Unidos, el Reino Unido y México*, Promundo.

Hernández, A., Armenta, B., Díaz de León, F., Andrade, L., Y Sánchez, A. (2021) *De la teoría a la acción de la salud sexual y salud reproductiva en adolescentes*, IPAS.

Hernando-Gómez, A., Maraver-López, P., Y Pazos-Gómez, M. (2016) Experiencias positivas y negativas en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. *Revista de Psicología*, 25(2), 1 - 19.

- Hojholt, C. (2005) El desarrollo infantil a través de sus contextos sociales, *Psicología y Ciencia Social*, 7(3), 22 - 40.
- Ito, M. y Vargas, B. (2005) *Investigación Cualitativa para psicólogos. De la idea al reporte*, Porrúa.
- Instituto Aguascalentense de las Mujeres (s/f) Noviazgo entre adolescentes, *Dirección de Educación y Fomento Productivo*, 1 - 56.
- Jiménez, M. (2021, octubre 12) De ser una pareja a ser una familia: cómo afecta la llegada del bebé a nuestra relación, *Bebés y más*.
- Kvale, S. (2008) *Las entrevistas en Investigación Cualitativa*, Morata.
- Kirchheimer, P. (2021, marzo 6) 26 señales en que se nota un hombre enamorado, aunque no lo diga, *Love Connection*, <https://loveconnection.org/es/26-senales-en-que-se-nota-un-hombre-enamorado-aun-que-no-lo-diga/>
- Lagarde, M. (2005). *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*. Colección Posgrado. México.
- Lave, J. y Wenger, E. (2003) Aprendizaje situado: participación periférica legítima, *Universidad Nacional Autónoma de México*, 1 - 30.
- Linares, J. (2010) Paseo por el Amor y el Odio: La conyugalidad desde una perspectiva evolutiva, *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 75-81.
- López, F. (2018) Los afectos sexuales: el deseo, *Adolescere*, 6(3), 42-50.
- López, F. (2019) Los afectos sexuales: el enamoramiento, *Adolescere*, 7(3), 51-65.
- López, F. (2019) Los afectos sexuales: la atracción, *Adolescere*, 7, 49-57.

- Lozano, M. (2019) *El impacto de la apariencia física en los procesos de relacionamiento social y su incidencia en el marketing* [Tesis de pregrado, Universidad Santo Tomás de Colombia].
- Lucci, A. (2006) La propuesta por Vygotsky: La psicología socio-histórica, *Revista de currículum y formación del profesorado*, 10(2), 1-11.
- Manrique, R. (2013) El amor: hay (bio) química entre nosotros, *Revista de Química PUCP*, 27(3), 29 - 32.
- Marie-France, M., Jayo, L. y Moreta-Herrera, R. (2020). Percepciones sobre amor, compromiso, fidelidad y pareja en jóvenes universitarios de Quito. *Revista de Psicología*, 19(2), 3-23.
- Martínez, J., Sandoval, M., Soler, L., Y Bolívar, Y. (2021) Duelo Amoroso, Dependencia Emocional y Salud Mental en mujeres que han terminado una relación de pareja. *Informes Psicológicos*, 21(1), 101 - 116.
- Martínez, A. (2017) "No se nace mujer y jamás se llega a serlo": Dimensiones corporales / figuraciones de género, *En Letra*, 4(8), 4 - 33.
- Mastrodoménico, H. (2013) La publicidad y los prejuicios y estereotipos con respecto al atractivo y la apariencia física ¿todo vale?, *Revista Expeditio*, 2(13), 33 - 65.
- Méndez, Z. (2018) *Práctica política y colectividad como una alternativa de educación: estudio de caso* [Tesis de Licenciatura, Facultad de Estudios Superiores Iztacala], Los Reyes Iztacala, 17 - 32.
- Moncada-Santos, M. Y Fontelo-Danta, L. (2017) La construcción cultural de la sexualidad en adolescentes, Santiago, 331 - 347.
- Morales-Chainé, S. (2021). Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental. *Enfermería universitaria*, 18(2), 1-4.

- Moreno, B., Morrison, R., Peña, D. Y, Reyes, B. (2018) Percepción de la construcción de género en estudiantes de terapia ocupacional: una aproximación al género en la vida cotidiana, *São Carlos*, 26, 163-175.
- Muñoz, M. (2012) Una hipótesis humanista sobre la emoción, Instituto Nacional de Investigación en Desarrollo Humano, cuaderno 6.
- Navarrete-Cazales, Z. (2015) ¿Otra vez la identidad? Un concepto necesario pero imposible, *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 20(65), 461 - 479.
- Nina-Estrella, R., & Ortiz-Ortiz, Y. (2022). Dinámicas relacionales en la pareja puertorriqueña. *Psicología desde el Caribe*, 39(2), 1 - 19.
- Ojeda, A., Torres, T. y Moreira, M. (2010) ¿Amor y Compromiso en la Pareja?: de la teoría a la práctica, *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(30), 125 - 142.
- Osorio, J. (2000) Principios éticos de la investigación en seres humanos y en animales, *MEDICINA*, 60(2), 255 - 258.
- Pavón, D. (2016). Marxismo y psicología: una visión panorámica, *Revista Teoría y Crítica de la psicología*, 7(2), 15 - 25.
- Peral, A., Carrasco, E., Padilla, N. Y Pérez, L. (2021) La utilización de recursos psicológicos en los motivos de la ruptura amorosa, *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 24(2), 855 - 875.
- Pérez, D. Y Orengo-Aguayo, R. (2012) Estereotipos Sexuales y su Relación con Conductas Sexuales Riesgosas, *Revista Puertorriqueña Psicol*, 23(2), 48 – 61.
- Pérez, G. (2017) Conferencia introductoria de la Tradición Sociocultural y de la Actividad, *Fes Iztacala*, 1 - 6.
- Pérez-Wicht, J. (2017) *Identidad sexual y satisfacción de pareja en hombres homosexuales en Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica de Perú]

Perezyera, A. (2015, mayo 14) 5 acciones que delatan a una mujer enamorada, *sdpnoticias*,

<https://www.sdpnoticias.com/estilo-de-vida/enamorada-acciones-delatan-mujer-5.html>

Planned Parenthood (2022) Definiciones de sexo y sexualidad, PlannedParenthood.

Posada-Bernal, S., Bejarano-González, M. Ángel, Rincón-Roso, L. A., Trujillo-García, L., Y Vargas-Rodríguez, N. (2021) Cambios en las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios durante la pandemia, *Revista Habitus: Semilleros de investigación*, 1(1), 1-14.

Prueger, J. E. (2021) Dispositivos de cancelación del psicopoder. *Revista Hipertextos*, 9(16), 99 - 114

Puga, P. (2020) El concepto de libertad en J-P Sartre y su actualidad en las sociedades contemporáneas, *Luxiernaga*, 10(20), 2 - 19.

Quintana, D., Cardona, M., Bolívar, M. Y Moreno, A. (2020). Pareja y familia. Construcciones en contexto, *Poiésis*, (38), 44 - 62.

Rabotnikof, N (1995) Lo público y lo privado, En Rabotnikof, N., Velasco, A. Y Yturbe, C. (comp) *La tenacidad de la política*. Instituto de Investigaciones Filosóficas.

Ramírez, M., Vásquez, Y., García, K. Y Céspedes, C. (2021) “¡Aprendamos a querernos! Un amor con equilibrio, me amo, te amo y nos amamos” *Relaciones de pareja saludables*, [Tesis de grado, Universidad Católica de Colombia].

Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud (2014), Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud, *Cámara de Diputados del Congreso de la Unión*.

- Reinoso, K. (2019) *Prevalencia y factores asociados al inicio de vida sexual activa en adolescentes de la parroquia Hermano Miguel, Cuenca, 2018*, [Tesis de Especialidad, Universidad de Cuenca Ecuador].
- Retana, B. Y Aragón, R. (2020). The impact of emotional attachment and culture on the breakup strategies perceived by the abandoned. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(1), 53 - 65.
- Robine, J. (1998) *Terapia Gestalt*. Gaia Ediciones. (pp. 27-68).
- Rodríguez, P. (2019) *Amor, relaciones de pareja y estilos parentales*, [Tesis de Grado Psicología, Universitat de les Illes Balears].
- Rodríguez-Santero, J., García-Carpintero Muñoz, M. Ángeles, Y Porcel Gálvez, A. M. (2017). Los estilos de amor en estudiantes universitarios. Diferencias en función del sexo-género. *Revista Internacional De Sociología*, 75(3), 1 - 13.
- Rodríguez, T. y Rodríguez, Z. (2020) Intimidad y relaciones de pareja durante la pandemia de la covid-19 en Guadalajara, *Espiral Estudios sobre Estado y Sociedad*, 27(78), 215 - 260.
- Rojas-Solís, J. L. y Flores, A. I. (2013). El noviazgo y otros vínculos afectivos de la juventud mexicana en una sociedad con características posmodernas, *Revista de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*, 10(23), 120 -139.
- Rubin, G. (1986) El tráfico de mujeres: notas sobre la "economía política" del sexo, *Nueva Antropología*, 30, 95-145.
- Ruiz, A. (2019) "No se nace mujer: llega una a serlo" Sexo, género y sujeto en Simone de Beauvoir, [Tesis de Grado, Universitat Pompeu Fabra Barcelona].
- Ruiz, L. (2017, enero 6) Cómo saber si una mujer está enamorada de mí, *UnCómo*.

- Salguero, A., Pérez, G., Ayala, C. Y Soriano, M. (2017) Prácticas sexuales y anticoncepción en hombres jóvenes: una mirada de género, *Psicología y Salud*, 27(1), 19 - 28.
- Sánchez-Aragón, R. Y Martínez-Pérez, M. (2016). Empatía en el contexto romántico: diseño y validación de una medida, *Universitas Psychologica*, 15(1), 19 - 28.
- Sánchez, T., Cruz, L., Chávez, S., Guillen, L., Martínez, Y., González, Y. Y García, J. (2020) Estereotipos de belleza, en redes sociales y desvalorización del rol de la pareja, *Revista Electrónica de Psicología de la FES Zaragoza-UNAM*, 11- 19.
- Santa, Á. (1996) El desamor, *Scriptura*, 173 - 184.
- Sapién-López, J. y Manjarrez-Hernández, E (2021) Genealogía del embarazo temprano en México: contextos, significados y experiencias de mujeres. *Revista Papeles de Población*, 59 - 90.
- Shweder, R. (1990). Cultural psychology what is it?, *Cultural Psychology: Essays on comparative human development*, 1 - 22.
- Sossa, A. (2011) Análisis de Michel Foucault referentes al cuerpo, la belleza física y el consumo, *Polis Revista Latinoamericana*, 10, 1-19.
- Sternberg, R. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-13.
- Tirado Villegas, G. A. (2020). La reconfiguración de las relaciones amorosas. 1968 (México). *Cuadernos Intercambio sobre Centroamérica y el Caribe*, 17(2), 230 - 251.
- Ubillos, S., Zubieta, E., Páez, D., Deschamps, J.C., Ezeiza, A., y Vera, A. (2001). Amor, cultura y sexo. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 4 - 15.
- Ungaretti, J., Müller, M. Y Etchezahar, E. (2016) El estudio psicológico del prejuicio: Aportes del autoritarismo y la dominancia social, *Rev. Int. Investig. Cienc. Soc.*, 12, 75-86.

- Wenger, E. (1998) *Comunidades de práctica. Aprendizaje, significado e identidad*, Paidós.
- Vargas (2018) El amor, procesos de crisis, rupturas de pareja y el desenamoramiento. Líneas de reflexión desde el enfoque social a partir de la música latinoamericana “plancha”, *Repertorio Americano*, 28, 39 - 65,
- Velázquez, B. (2021) El amor romántico. La erotización de la violencia patriarcal, *Colección Thesis*.
- Velázquez, S. (s/n) Sexualidad responsable, *UAEH*.
- Vera, I. (2017) *Factores psicológicos que inciden con mayor intensidad en situaciones conflictivas en la relación de parejas, atendidas en la Iglesia de Dios Capilla de la Paz, ciudad de Machala, año 2016* [Tesis de maestría, Universidad de Guayaquil de Ecuador].
- Yoseff J. (2012). Desarrollo psicológico. Un enfoque sociocultural. En G. Pérez. (Ed.) *¿Qué es el desarrollo psicológico? propuesta desde una perspectiva sociocultural*. UNAM / Facultad de estudios superiores Iztacala. (pp 1-28).
- Zapata, R. y Gutiérrez, M. (2016) *Salud Sexual y Reproductiva*. Editorial Universidad de Almería.
- Zayas-Fajardo M, Román-López I, Rodríguez-Zayas L, Román-López M. (2021) Repercusión psicológica en niños, adolescentes y la familia relacionada con el aislamiento social por la COVID-19. *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*, 46 (1)