

LaCENTRAL

CONDUCTAS ||| ¿Engaño sin rastro?

Tras las huellas del delito

■ ¿EXISTEN SEÑALES QUE NOS ALERTAN QUE NUESTRA PAREJA ES INFIEL? ¿O ES, MÁS BIEN, EL INFIEL QUIEN BUSCA SER DESCUBIERTO?

Bien dicen que no hay peor ciego que aquel que no quiere ver. Como señala el doctor Jorge Lazo Manrique, existe un momento en que la persona infiel cree que nadie se ha dado cuenta de la infidelidad, y son precisamente esos pequeños cambios de conducta los que han de hacer conocer a su pareja que algo está pasando.

En ese terreno, hombres y mujeres generalmente actúan de modo diferente. Mientras los varones infieles, como destaca la psicóloga Patricia Espinoza, especialista en sexualidad, pueden preocuparse más por su cuidado y apariencia física, las mujeres infieles se ven más guapas y lozanas que antes. También suelen enfrentarse más a la pareja. Hay un sentimiento inicial de seguridad que las empodera. En ellas pueden surgir sentimientos de culpa incluso antes de concretar el acto infiel: las salidas, conversaciones o llamadas previas ya las llenan de angustia y las pueden hacer sentir tan mal como acostarse con otro.

En cambio, los varones pueden presentar actitudes opuestas. Algunos se mostrarán más atentos y cariñosos con sus parejas,



LINO ESTRADA

“LO SÉ TODO”.

Hay quienes dejan señales de su infidelidad porque, en el fondo, quieren ser descubiertos.

EL DILEMA DEL ‘AMPAY’

El doctor Jorge Lazo recomienda que si usted ha decidido enfrentar a su pareja infiel debe prepararse: evitar la violencia, no llevar a sus hijos de testigos y, si necesita el apoyo de un tercero, deberá ser alguien que le dé ecuanimidad y seguridad emocional.

Al enfrentarse, desahóguese verbalmente y exprese lo que sienta. “Es recomendable esta descarga verbal. Ello contribuye a su propio equilibrio emocional. Dejar salir algunas lágrimas puede contribuir a desahogar su cólera, pero fundamentalmente, su pena. El llanto descontrolado no ayuda y solo deteriora sus propias defensas psicológicas”, apunta Lazo en su libro “¡Socorro, tengo un problema de infidelidad!”.

Evite ser manipulado por la persona infiel, no se enfrente al amante y aleje de su mente cualquier pensamiento de autoagresión.

¿Culpa de los genes?

■ Se ha dicho que los seres humanos somos polígamos por naturaleza, pero un estudio realizado en Estocolmo ha encontrado un gen (alelo 334) que podría estar ligado con la estabilidad de las relaciones.

■ El estudio halló que los hombres con este gen

señalaron tener lazos menos sólidos con sus parejas.

■ Sin embargo, los investigadores sostienen que quienes tienen este gen no están condenados a malas relaciones, aunque podrían ser más infieles que quienes carecen del alelo 334.

y otros serán más explosivos e intolerantes. Esto dependerá de qué tan culpables se sientan respecto a la relación paralela. El hombre buscará justificar su infidelidad aludiendo a su naturaleza (frases tan escuchadas como “así son los hombres” se repiten como formas de consuelo) o tratará de restarle importancia destacando que esa relación alterna solo se basa en el sexo sin sen-

timientos de por medio.

Ellas podrán justificar la conducta infiel señalando que sus parejas ya no las querían. Una tendencia es justificar el engaño alegando un nuevo enamoramiento.

¿POR QUÉ LO HACEN?

El psiquiatra Pedro Morales indica que una persona infiel que empieza a dejar huellas de su conducta en realidad está

pidiendo que le pongan límites o está precipitando el fin de la relación antes de que la persona engañada se dé cuenta y termine el vínculo.

En otros casos, ir dejando estas huellas está ligado a problemas de personalidad, buscan hacer daño o vengarse de la pareja, pues en su lógica la pareja engañada es quien lo empujó a esta situación. ●