

**Amar bonito: Deconstruyendo los mitos del amor romántico con las  
madres adolescentes**

Adeline Valeria Patiño Ponce  
Pontificia Universidad Católica del Perú

Darliz Macazana Mendoza  
Pontificia Universidad Católica del Perú

Delia Rocío Luna León  
Pontificia Universidad Católica del Perú

Yona Alejandra Chotón Linares  
Pontificia Universidad Católica del Perú

Según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), a nivel nacional, el 13% de adolescentes de 15 a 19 años están embarazadas o son madres (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2021). El embarazo adolescente es un problema complejo con graves consecuencias en el desarrollo psicosocial de las adolescentes, que engloba su salud, educación y relaciones interpersonales (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2018; Fondo de Poblaciones de las Naciones Unidas [UNFPA], 2022). Como la adolescencia es un período de cambios físicos, cognitivos y emocionales, experimentar un embarazo o maternidad durante esta etapa conlleva desafíos adicionales (Santrock, 2020). Además, la presión y el estigma social relacionados con el embarazo adolescente generan una importante carga emocional que afecta la construcción de su identidad y proyecto de vida (Goffman, 1963).

Entre las múltiples causas del embarazo, está la violencia de género, que impone normas restrictivas y afecta la capacidad de decisión de las mujeres (Butler, 1990; Climent, 2003). Para cumplir con expectativas sociales, algunas adolescentes pueden ver la maternidad temprana como una opción aceptable (Das et al., 2013). Además, la falta de apoyo familiar las hace propensas a abandonar sus hogares y relacionarse con personas mayores que aparentemente les ofrecen protección y afecto (Traverso et al., 2015).

Dada la importancia de esta problemática, el objetivo general de la intervención fue analizar los mitos del amor romántico interiorizados en las madres adolescentes de un Centro de Acogida Residencial (CAR) en Cusco. Los objetivos específicos fueron: reflexionar sobre las implicaciones de los mitos del amor romántico en las relaciones de pareja y en su bienestar emocional, y reflexionar sobre la importancia de construir relaciones saludables basadas en el amor propio y el autocuidado.

La intervención fue realizada en un CAR ubicado en Cusco llamado “Casa Mantay”, que cubre las necesidades de vivienda, alimentación, salud, educación y asesoramiento legal de las residentes y sus hijos/as. La institución fue contactada a través de la docente asesora del proyecto, y los resultados se entregaron dos meses después de su finalización. Se contó con la participación de 9 madres adolescentes de entre 12 y 17 años residentes del centro, con hijos/as menores a 6 años. Todas provenían de entornos sociodemográficos diferentes, incluyendo zonas urbanas y rurales de Cusco y Trujillo. Actualmente, llevan sus estudios en un Centro de Educación Básica Alternativa (CEBA) y reciben apoyo complementario con educadoras de la casa, con especial énfasis a una adolescente que presenta retraso mental.

Es necesario contemplar que la llegada de las adolescentes al centro fue debido a que fueron derivadas por fiscalía o la Unidad de Protección Especial tras haber sido víctimas de violencia intrafamiliar o de género. En la mayoría de casos, fueron violentadas física, psicológica y sexualmente por sus familiares o parejas, pero escaparon de los mismos y presentaron una denuncia. Por lo mismo, se encuentran en situación de desprotección familiar. Este conjunto de condiciones de vulnerabilidad y sus antecedentes vinculares, resalta la importancia de la intervención para fomentar la reflexión de los mitos del amor

romántico, con un enfoque de construcción de relaciones saludables basadas en el amor propio y el autocuidado. Las beneficiarias directas fueron las 9 madres adolescentes, mientras que los beneficiarios indirectos serían los hijos/as y futuras parejas de las adolescentes, quienes podrían construir relaciones saludables con ellas.

En cuanto a las actividades realizadas, en la primera sesión se buscó responder al primer objetivo específico y se tuvieron 3 actividades. Primero, con el “Collage del amor” se buscó identificar las percepciones iniciales de las participantes sobre el amor romántico mediante ideas y dibujos. Segundo, en “Mito vs realidad”, se presentaron frases sobre el amor de pareja y las participantes tenían que identificar si eran mito o realidad. Todas las frases eran mitos del amor romántico, por lo que esta actividad facilitó la reflexión y toma de conciencia de estos. A su vez, se reflexionó sobre las implicancias de estas ideas en cómo se relacionan y cómo podría afectar su bienestar emocional.

En la segunda sesión, se buscó responder al segundo objetivo específico y se realizaron 3 actividades. Primero, para el “Análisis de videos y canciones” se presentaron fragmentos de una serie y canción para reflexionar sobre ellos y reconocer cómo los medios influyen en sus percepciones sobre las relaciones. Segundo, “Bandera verde o roja” consistió en presentar videos para que indiquen si ven actitudes saludables o dañinas mediante banderas verdes o rojas, respectivamente. Tercero, en “Un mensaje a mi gran amor” escribieron/dibujaron lo que más les gusta de ellas y aspectos a mejorar. Así, se alentó la autorreflexión, promoviendo una autoestima positiva y amor propio.

Con respecto a las consideraciones éticas, se brindó un asentimiento informado, debido a que las participantes eran menores de edad. Dentro de este, se enfatizó que se trataba de un espacio seguro, y se protegería el anonimato de las participantes y la confidencialidad de la información. Asimismo, se mencionó que, si no quisieran hacer alguna actividad, no estaban obligadas a hacerlo. En esa línea, se señaló que, si en algún momento querían salir del aula, lo comuniquen con alguna facilitadora para poder ayudarlas. Además, para la intervención se elaboró un protocolo de contención emocional como estrategia para alguna situación de desborde emocional y/o conductual, el cual contemplaba la escucha activa y validación de emociones, así como técnicas de relajación.

Posterior a la intervención, se acordó una fecha para la devolución de resultados, con parte del equipo del centro, específicamente con la coordinadora de educadoras y la trabajadora social, quienes también participaron del proceso de diagnóstico. Esto se realizó en una reunión virtual mediante una presentación de diapositivas con los principales hallazgos y recomendaciones para la institución. Cabe resaltar que, no se mencionaron los datos personales de las participantes en este proceso. Respecto a las consideraciones para el equipo de intervención, estas estuvieron basadas en el autocuidado. En ese sentido, al terminar cada sesión de intervención, el equipo tuvo un espacio de reflexión sobre la experiencia vivida, en el cual comunicaron su sentir, preocupaciones, entre otros.

Como resultado de la intervención se logró el objetivo general: analizar los mitos del amor romántico que mantenía nuestra población. En ese sentido, se observó que las adolescentes reconocen los mitos del amor presentados (mito de la media naranja, de quien ama lo perdona todo, de los celos, el amor es ciego, y de quienes se pelean se desean) y sus efectos en el bienestar de estas. Por un lado, señalaron que la persona que te hace daño –en este caso, la pareja–, en realidad no te ama. Por otro lado, al hablar sobre las expresiones de celos, hubo un énfasis en el control de las redes sociales, ante lo cual, las adolescentes demostraron reconocer las diferentes formas del acoso como un delito. Mencionaron que la preservación de estos mitos conlleva a otras manifestaciones de violencia, como la psicológica, física, o incluso puede terminar en homicidio.

Asimismo, un aspecto encontrado fue la importancia de establecer límites para que se prioricen a sí mismas y sus responsabilidades, antes de atender o cancelar sus planes por sus parejas. Así, resaltaron la importancia de respetar sus decisiones individuales, incluyendo situaciones que implican el consentimiento. Algunas participantes sí tenían una noción de su significado, aunque solo lo relacionaron con el consentimiento sexual dentro del espacio de intimidad. Por ende, se enfatizó que el consentimiento no se reduce a espacios de interacción sexual, sino a la dinámica de la relación en general.

Otro resultado se basa en que comprendieron mejor la importancia de mantener relaciones igualitarias, en donde tanto ellas como sus parejas demuestren su amor mediante acciones que fomenten el bienestar mutuo. Sumado a ello, internalizaron que el respeto y confianza son fundamentales para una relación. Además, demostraron un mayor entendimiento de su valía personal y de la importancia del amor propio en la construcción de relaciones. Finalmente, adquirieron herramientas para fortalecer su autonomía, autoestima y bienestar emocional, cómo establecer límites en sus relaciones y priorizar su crecimiento personal.

La evaluación de las actividades mediante indicadores específicos demuestra que en su mayoría se cumplieron satisfactoriamente, pues solo hubo uno parcialmente cumplido debido a ajustes en la estructura del programa, no atribuible a las participantes. En general, la intervención tuvo un impacto positivo en las adolescentes al brindarles herramientas para cuestionar los mitos del amor y promover relaciones basadas en el amor propio y el autocuidado. La evaluación final, realizada oralmente, confirmó los resultados positivos, respaldando la efectividad de la intervención.

Las principales dificultades tuvieron que ver con los problemas de conexión que impidieron la presentación de ciertas dinámicas y el corto tiempo entre sesiones para realizar ajustes en el diseño metodológico. También se redujeron y modificaron algunos ejercicios debido a que su ejecución real fue distinta a la estimada y que las adolescentes reconocían ciertas temáticas que pidieron profundizar (actitudes sanas y problemáticas en una relación de pareja). En el proceso, el equipo de intervención demostró flexibilidad y disposición para adaptarse. Otra dificultad surgió en las discusiones sobre relaciones saludables, pues se abordaron temas complejos, como las experiencias de violencia vividas por

algunas participantes de parte de sus actuales o ex parejas. Los temas fueron abordados con precaución, construyendo las respuestas en conjunto con las participantes y con ayuda de la profesora, validando las emociones de las mismas y enfatizando el hecho de que se encontraban en un ambiente seguro y de respeto mutuo.

En cuanto a los alcances de la intervención, se obtuvo una gran disposición e interés por parte de las adolescentes en explorar los mitos del amor romántico, lo que permitió fortalecer la comprensión de los mismos y poder profundizar la reflexión respecto a sus implicancias en las interacciones y bienestar emocional de cada una. Además, al final del último taller, las adolescentes lograron expresar y delimitar las características e importancia de construir relaciones sanas por medio de ejemplos y validar qué características querían tener en una relación de pareja. Esto facilitó la reflexión sobre la importancia de construir relaciones sanas desde el amor propio y el autocuidado, lo que se vio reflejado en distintas preguntas que formularon y diferentes escenarios que compartieron sobre el respeto a los límites en las relaciones.

Finalmente, se recomendó la presencia de una psicóloga permanente para apoyar el crecimiento personal de las adolescentes. También se propuso velar por el desarrollo de la autorregulación y autonomía de las mismas; continuar abordando temas relacionados con los mitos del amor, comenzando por aquellos que no se trabajaron; y fortalecer el mensaje de que deben mantener su identidad y autonomía, valorarse y quererse a sí mismas.

## Referencias

- Butler, J. (1990). *El género en disputa: el feminismo y la subversión de la identidad*. Paidós.
- Climent, G. (2003). La maternidad adolescente, una expresión de la cuestión social. El interjuego entre la exclusión social, la construcción de la subjetividad y las políticas públicas. *Revista Argentina de Sociología*, 1(1), 77-93
- Das, S., Bapat, U., Shah-More, N., Alcock, G., Joshi W, Pantvaidya S., & Osrin, D. (2013). Intimate partner violence against women during and after pregnancy: a cross-sectional study in Mumbai slums. *BMC Public Health*, 13(817), 1-12. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-817>
- Fondo de Población de las Naciones Unidas. (2022). *Mapa del embarazo y la maternidad en niñas y adolescentes en el Perú*. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables.
- Goffman, E. (1963). *Estigma: La identidad deteriorada*. Amorrortu Editores.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2021). *Perú: Encuesta Demográfica y de Salud Familiar ENDES 2021. Nacional y Departamental*. Oficina de Impresión del Gobierno.
- Organización Panamericana de la Salud. (2018). *Acelerar el progreso hacia la reducción del embarazo en la adolescencia en América Latina y el Caribe*. OPS, OMS, UNFPA & Unicef.
- Santrock, J. (2020). *A topical approach to life-span development (10<sup>o</sup> Ed.)*. McGraw- Hill Education.
- Traverso, P., Villarán, V., & Huasasquiche, M. (2015). Narrativas sobre el embarazo y la maternidad en mujeres adolescentes de sectores urbano marginales de Lima que acaban de dar a luz. *Revista Psicoanálisis*, 15, 145-163.