UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIOLOGÍA

TESIS DOCTORAL

Nuevas dinámicas y cuestionamientos en torno a la monogamia en las relaciones sexoafectivas contemporáneas

New dynamics and questionings around monogamy in contemporary sexual-affective relationships

MEMORIA PARA OPTAR AL GRADO DE DOCTORA

PRESENTADA POR

Miren Olasagasti Cases

DIRIGIDA POR

María Amparo Lasén Díaz

© Miren Olasagasti Cases, 2025

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIOLOGÍA

Programa de Doctorado en Sociología y Antropología

Nuevas dinámicas y cuestionamientos en torno a la monogamia en las relaciones sexoafectivas contemporáneas / *New Dynamics and Questionings Around Monogamy in Contemporary Sexual-affective Relationships*

Escrita por

Miren Olasagasti Cases

Dirigida por

María Amparo Lasén Díaz

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer a Amparo Lasén, por haber dirigido este trabajo y porque siempre ha sido una profesora excelente y una referente. Gracias por las correcciones, las vueltas, por soportar mis idas y venidas, por las recomendaciones y porque este trabajo no habría sido nada sin tu esfuerzo y guía. También a Tania Rodríguez Salazar y a Felipe Tello Navarro por tomar el tiempo y la dedicación para leer este trabajo y ayudarme a mejorarlo.

Gracias a mis amigas y amigos, que me han acompañado de cerca en todo este proceso a lo largo de estos años, y que han tenido la paciencia y empatía suficiente como para no preguntar cómo iba con el dichoso trabajo. Sois geniales, me doy con un canto en los dientes de la suerte que tengo.

A la ama y al aita, que no han mostrado tanta paciencia, pero me han llenado de cariño y sé que ahora respiran aliviados. Gracias por haberme cuidado en la distancia estos años porque siempre os he sentido cerca.

Bukatzeko, Simoni. Mila esker urte guzti hauetan nire alboan egon izanagatik, ni goxo zaindu eta maitatzeagatik. Zure babes eta motibazioari esker lortu dut aurrera egitea. Ez dakizu ze irrika dudan asteburu goizak berriz ere elkarrekin pasatzeko.

Egunak eta gauak, uda eta neguak; etsipen ilunenak, zorion orduak; bizitzaren zauriak, helburu galduak; laztanik xamurrenak, bide erratuak; elkarren babesean igarotakuak.

Este trabajo fue financiado gracias a un contrato FPU del Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades entre los años 2019 y 2023. También, gracias a las bibliotecas públicas donde he pasado horas y horas escribiendo esta tesis y a sus trabajadoras y trabajadores. A las ayudas al alquiler que permitieron que no me ahogase, al transporte público en el que me moví a diario y a la escuela, institutos y universidad públicas en las que me he nutrido y me he formado toda mi vida. También, gracias especialmente al trabajo de cuidados que han realizado durante los últimos meses mi marido, mi madre y mi abuela, y que me ha permitido dedicarme a escribir de manera exclusiva.

ÍNDICE

Resumen 5

Abstract 6

Introducción 11

1. Metodología 17

1.1 Entrevistas en profundidad 21

1.2 Etnografía digital 29

1.3 El procedimiento de análisis del material recolectado 43

1.4 Consideraciones éticas 48

2. La concepción hegemónica del género en la actualidad y su relación con las vinculaciones sexoafectivas 53

2.1 Los mandatos de masculinidad y feminidad en la actualidad 57

2.1.1 El mandato de masculinidad 57

2.1.2 El mandato de feminidad 62

2.2 Tensiones entre la igualdad normativa y la desigualdad 69

2.2.1 División sexual del trabajo, diferencias salariales y trabajo doméstico. 69

2.2.2 Expresiones violentas masculinas: el acotamiento de la libertad de las mujeres 74

2.2.3 A modo de resumen… 76

2.3 El amor romántico 78

2.3.1 La gestación del amor romántico 79

2.3.2 El amor romántico hoy en día 84

2.3.3 Las críticas feministas al amor romántico 86

2.4 Género y sexualidad 96

2.4.1 La tecnología del sexo y la doble moral victoriana 96

2.4.2 La ruptura de los límites de lo público y lo privado: de la segunda ola del feminismo a las Guerras del Sexo 100

2.4.3 Sexo bueno y sexo malo: el sistema de estratificación sexual. 103

2.4.4 Heteronormatividad y mononormatividad: elementos centrales al sistema sexual 109

2.4.5 El modelo dicotómico: el deseo a los hombres, el amor a las mujeres 113

2.5 Lo público, lo privado y lo íntimo. La ciudadanía íntima y la esfera pública íntima 117

2.6 Síntesis del capítulo 121

3. Las relaciones sexoafectivas en el contexto contemporáneo digital 125

3.1 ¿Amor confluente? ¿amor líquido? ¿relaciones de bolsillo? ¿hipersexualización? 125

3.1.1 El espacio no-monógamo como espectro amplio: soltería, sexo casual, *situationships* y no-monogamias consensuadas. 131

3.2 Internet y las *apps*. El nuevo espacio para ligar y construir intimidad 135

3.2.1 Internet y las *apps* acusadas de incentivar la promiscuidad y relaciones supuestamente líquidas o "de bolsillo" 137

3.2.2 Agencias mediadas a la hora de ligar 142

3.3 Ligar por internet: ¿tan diferente del mundo *offline*? ... 149
3.3.1 Los amigos como parte sustancial de las actividades dedicadas al cortejo ... 150
3.3.2 Remediaciones en las ritualidades del cortejo: el ejemplo de Instagram ... 165
3.4 Las aplicaciones para ligar ... 183
3.4.1 Diseño, algoritmos, políticas y términos de uso ... 184
3.4.2 Rasgos sociotécnicos de las aplicaciones de citas ... 195
3.5 Síntesis del capítulo ... 233
4. Individualización y desinstitucionalización: nuevas tensiones y recetas en la configuración de los vínculos sexoafectivos ... 237
4.1 *Ghosting*, *situationship*, responsabilidad afectiva. Un nuevo lenguaje para definir (no tan) nuevas realidades ... 239
4. 2 Terapia, *coaching* y el trabajo sobre el individuo en el terreno sexoafectivo ... 248
4.2.1 *Coaching* y terapia dirigida a mujeres en redes sociales: ¿una mirada posfeminista? ... 252
4.2.2 *Coaching* dirigido a hombres: ¿recuperar la masculinidad? ... 272
4.2.3 Las nuevas guías de comportamiento y la reestabilización de las asimetrías de género. 290
5.2.4 Algoritmos y esfera pública íntima ... 291
4.3 Síntesis del capítulo ... 293
5. Las no-monogamias consensuadas ... 297
5.1 De *hippies*, revolucionarios y matrimonios de clase media a la cuarta ola feminista ... 299
5.1.1 Nuevas maneras de hacer, nuevas maneras de nombrar ... 308
5.1.2 Un apunte sobre las relaciones de poder en las NMC ... 310
5.2 Las NMC fuera y dentro de sus muros ... 313
5.2.1 Los datos en nuestro contexto ... 313
5.2.2 Estigma y estereotipos ... 317
5.2.3 Representaciones mediáticas y las NMC ... 326
5.2.4 ¿Qué es una NMC y cómo aprender a tener una? Divulgadores, terapeutas y *coach* en redes sociales ... 332
5.3 Relatos no-monógamos: aprendiendo sobre la marcha ... 336
5.3.1 Los primeros pasos: motivaciones para abrir la relación ... 336
5.3.2 Acuerdos, límites y normas en construcción ... 342
5.3.3 Aterrizar los celos: la gestión emocional ... 348
5.3.4 Los acuerdos sobre la monogamia también fuera de las NMC ... 353
5.4 El género y la sexualidad en el contexto de la ruptura de la exclusividad sexual ... 356
5.5 De la teoría a la práctica y de la Red a los espacios físicos ... 359
5.6 Síntesis del capítulo ... 364
Conclusiones ... 367
Conclusions – English version ... 387
Bibliografía ... 409
Lista de figuras y tablas ... 428

Resumen

El presente trabajo se propone el analizar diferentes discursos y creencias en torno a la monogamia, así como su opuesto, lo promiscuo, y a las estructuras que la sustentan, para así poder observar el valor y el sentido de la monogamia. De este modo, se busca atender hacia dónde se orientan las relaciones sexoafectivas en la actualidad en el contexto español y occidental, desde una perspectiva que toma en cuenta la realidad digital en la que estamos inmersos y las agencias mediadas, las remediaciones y los nuevos modos de sociabilidad que emergen. Para ello, el trabajo parte de analizar las concepciones hegemónicas del género y su relación con la sexualidad, teniendo en cuenta los cambios sociales acaecidos a partir de las últimas décadas del siglo XX relativos a la legitimación de la sexualidad fuera del marco de la pareja de manera ociosa y lúdica; los procesos de individualización que se han extendido a las mujeres; la progresiva aceptación y normalización de las realidades LGTBIQ+ y el mayor margen de decisión de las personas sobre su vida sexual y afectiva.

Para la consecución de esta investigación se ha partido de un trabajo de campo cualitativo, consistente, en primer lugar, en 14 entrevistas en profundidad a personas residentes en España de entre 20 y 54 años. En segundo lugar, la elaboración de una etnografía digital que atiende a los diseños y usos de las redes sociales y de las aplicaciones de citas a la hora del contacto sexoafectivo; la recopilación de discursos sobre las realidades y experiencias sexoafectivas de personas en redes sociales y foros y el análisis de las prescripciones y recomendaciones en el ámbito sexoafectivo enmarcadas en el *coaching* y en algunas corrientes terapéuticas radicadas en la Red.

Los resultados nos muestran que lo monógamo sigue dando forma, en tanto que sistema, a las relaciones sexoafectivas, estructura enmarcada en la heteronormatividad y que se imbrica, a su vez, de manera estrecha con las concepciones hegemónicas de género, generando expectativas, anhelos y deseos, y también señalamientos y malestares en muchas ocasiones divergentes a hombres y a mujeres. Los diseños y rasgos sociotécnicos de las aplicaciones de citas y los discursos del *coaching*, además, nos muestran parte de la reproducción de este sistema mono- y heteronormativo. Sin embargo, la cualidad sistémica de la monogamia no implica que esta sea la realidad ordinaria de las personas. Las prácticas no-monógamas o sexualmente no-exclusivas son parte de una realidad común y extendida, desde las experiencias para el contacto sexoafectivo en el marco de la soltería a las no monogamias consensuadas, que también adquieren, progresivamente, cierta visibilidad, y se plasman en los discursos y experiencias de las personas, así como en las novedades y posibilidades de

diseño que las aplicaciones de contacto ofrecen. El hecho de que la pareja y el matrimonio ya no operen como único recorrido vital extendido de manera obligatoria genera nuevas tensiones y libertades, haciendo que los individuos deban enfrentarlas en sus prácticas y realidades cotidianas, nuevas dinámicas en torno a lo sexoafectivo donde el género y las tecnologías participan de manera activa.

Abstract

This study sets out to analyse the diverse discourses and beliefs surrounding monogamy, as well as its opposite, promiscuity, and the structures that underpin it, in order to observe the value and significance of monogamy. In so doing, it seeks to address the current orientation of sexual and affective relationships within the Spanish and broader Western contexts, adopting a perspective that takes into account the digital reality in which we are immersed, alongside mediated agencies, remediations, and emergent modes of sociability. To this end, the study commences by analysing hegemonic conceptions of gender and their relationship with sexuality, whilst considering the social changes that have transpired since the latter decades of the 20th century. These include the legitimation of sexuality outside the confines of the couple in a recreational and ludic manner; the processes of individualisation that have extended to women; the increasing acceptance and normalisation of LGBTQ+ realities; and the growing autonomy of individuals in making decisions about their sexual and affective lives.

To achieve the aims of this research, a qualitative fieldwork approach was adopted, consisting, firstly, of 14 in-depth interviews with individuals residing in Spain, aged between 20 and 54. Secondly, it involved the development of a digital ethnography that examines the design and use of social media platforms and dating applications in the context of sexual - affective contact; the observation and compilation of discourses concerning the sexual and affective realities and experiences of individuals on social media and online forums; and the analysis of prescriptions and recommendations in the sexual and affective domain as framed by coaching and certain therapeutic approaches based online.

The findings indicate that monogamy continues to shape sexual and affective relationships as a system, a structure framed by heteronormativity and closely interwoven with hegemonic gender conceptions, shaping expectations, aspirations, and desires, as well as producing

forms of judgment and discomfort that often diverge for men and women. Furthermore, the socio-technical features and design of dating applications and the discourses of coaching mentors reveal aspects of the reproduction of this mono- and heteronormative system. However, the systemic quality of monogamy does not imply that it constitutes the ordinary reality for individuals. Non-monogamous or sexually non-exclusive practices form part of a widespread reality, ranging from experiences of sexual and affective contact within the context of singlehood to consensual non-monogamies, which are also progressively gaining visibility and are reflected in individuals' discourses and experiences, as well as in the novelties and design possibilities offered by dating applications. The fact that coupledom and marriage no longer operate as the sole, universally extended life trajectory generates new tensions and freedoms for individuals, who must navigate these shifting relational landscapes in their everyday lives—landscapes in which gender and technology play a critical role in shaping emerging dynamics.

Otra vez más en leído
Si quieres borro y lo olvido
Estoy fría con lo vivido

Si ahora no estás, no estés conmigo
Ni una vez más yo te escribo
Quiero paz, lujos no pido

(…)

Yo sé que te cuesta confiar
Esto se puso complicao'
De todas las formas lo he intentao'
Y cada vez estoy más quillá

Cambia de forma de actuar
Yo no discuto una vez más
Ya me he cansado de darle atrás
Yo cada vez estoy más quillá

Bad Gyal,Otra Vez Más.

Yo lo que quiero es que quieras lo mismo que todos queremos
Tener una cuenta de banco con dígitos y muchos ceros
Hacer el amor a diario y de paso gastar el dinero

Ozuna, El Farsante.

Introducción

¿Cuál es el valor y el sentido de la monogamia, y cómo ha cambiado esta, en las relaciones sexoafectivas que encontramos en nuestro contexto digital actual?

Con esta pregunta de investigación doy comienzo al presente proyecto de tesis doctoral que se venía materializando y fraguando desde que realicé un Trabajo Final de Grado y un Trabajo Final de Máster que se aproximaban a esta temática bajo el título "Una aproximación al papel de la monogamia en el sistema sexual actual desde la perspectiva de lxs jóvenes". Aunque centrados en las experiencias de las personas jóvenes y con un trabajo de investigación menor que lo que requiere una tesis doctoral, estos anteriores trabajos me ayudaron a situar una mirada sobre lo que quería observar y la escucha sobre aquello a lo que debía prestar atención.

Si tuviera que explicar a cualquier persona fuera del ámbito académico -y en concreto, de las ciencias sociales y de las humanidades- qué significa mi pregunta de investigación y por qué la he elegido, le diría más o menos que: me interesa saber en qué han cambiado las relaciones de pareja y las vinculaciones sexuales y afectivas, más aún en un contexto de una sociedad en red, partiendo de la idea de que siempre ha habido normas sobre lo adecuado en pareja, pero que creo que en las últimas décadas muchas de esas normas no solo se han puesto en cuestión sino que han cambiado los modos de relacionarnos y vincularnos. Mi atención está centrada en entender, en comprender, qué hacemos, cómo lo hacemos, qué sentidos y significados le otorgamos y qué tiene que ver la cultura que nos rodea -y de la que participamos y producimos- en todo ello.

En efecto, me gustaría comprender la monogamia -o la exclusividad sexual- hoy en día y los cambios que ha sufrido en un nuevo mundo conectado en red, donde las posibilidades de comunicación y contacto con otras personas son prácticamente constantes e infinitas. Los cambios sociales en sexualidad, en el género, en las normas de lo aceptado, pero también lo que permanece, lo que no cambia o el cómo se reformulan los valores y sentidos clásicos modernos en la actualidad.

Considero que quizá la monogamia -la exclusividad sexual- sea una de las normas sociales que mejor condensan lo que debe ser una relación de pareja estable y reconocida en nuestro régimen sexoafectivo; por ello se habla de monogamia en términos de *fidelidad*, con una

connotación altamente positiva, el sentido de lo adecuado, aunque con una contraparte -el adulterio, las relaciones no monógamas, etc.- también existente y que socialmente relegamos al ámbito privado e íntimo de cada relación y cada pareja y que deben ser escondidas, pues en público pueden llegar a ser objeto de escarnio. Que en privado sea lo que haga falta, pero que en el espacio público sea lo normativo, lo monógamo, lo fiel. Norbert Elias (1939/2001) en su libro "El proceso de la civilización" da cuenta, precisamente, de cómo a lo largo de la construcción de la modernidad, a la par que otros procesos sociales, la sexualidad sufre una suerte de privatización, de ocultación, de un desarrollo del autocontrol. En el caso de las relaciones extramatrimoniales, de su aceptación y exhibición pública -donde el reconocimiento de los hijos bastardos es ejemplo- de manera histórica, y donde llega a ser extendida también incluso a algunas mujeres en los matrimonios de las sociedades cortesano-absolutistas de los siglos XVII y XVIII, a una ruptura de dicho reconocimiento. A partir del siglo XIX, las sociedades occidentales se verán enfrascadas en un contexto donde la sexualidad y los comportamientos de lo adecuado de acuerdo con el género se vuelven mucho más restrictivos y coercitivos, de radical separación de las esferas pública y privada de la vida, resultado ello del proceso civilizatorio acaecido durante siglos y el resto de los procesos sociohistóricos a los que acompaña.

Sin embargo, incluso esa tajante división de lo adecuado e inadecuado, lo que debe ser visto y lo que no, entre lo privado e íntimo y lo público, comienza a desdibujarse. Los cambios acaecidos en Occidente a partir de la segunda mitad del siglo XX -feminismo de segunda ola, revolución sexual, anticonceptivos, divorcio, legitimación de la sexualidad fuera del marco de la pareja extendida a las mujeres, movimientos de liberación de gais y lesbianas, acceso masivo al mercado de trabajo por parte de mujeres, etc.- ya generaron un palpable cambio en la sexualidad, las relaciones de pareja y en la configuración de las familias, en la división entre lo público, lo privado y lo íntimo, cuyos límites comenzaros a desdibujarse. Las luchas por dónde trazar la línea de lo aceptable en lo concerniente a la sexualidad (Rubin, 1984/1989), son también luchas sobre lo que se da en la esfera pública íntima (Berlant, 1997), que, si bien tiende a ser heteronormativa y privilegia lo hegemónico, es también espacio de enfrentamientos, de reclamos, de contestación y cambios sociales.

Ahora, a esos primeros cambios sociales se les suman otros que extienden sus efectos: la cada vez mayor normalización de las realidades LGTBIQ+ -a pesar de las todavía desigualdades que existen y la LGTBIfobia- y el establecimiento de leyes de protección a colectivos sexuales minoritarios en nuestro contexto; la cuarta ola feminista enmarcada en la década de los años 10' del siglo XXI y la producción de leyes que reconocen las desigualdades

de género y protegen derechos como la libertad sexual libre de violencias -como en el caso de la "Ley Orgánica 10/2022 de 6 de septiembre de Garantía Integral de la Libertad Sexual", en el caso de España- son ejemplo. Sin embargo, y siguiendo con lo dicho por Rubin (1984/1989) y Berlant (1997), la adquisición de ciertos derechos y los procesos sociales no se dan de manera lineal y siempre hay luchas políticas y discursivas sobre lo que es aceptable y lo que no, sobre lo adecuado y lo que no, como nos puede enseñar cierta experiencia del auge de la *alt right* en los Estados Unidos en los años 80' del siglo XX, al calor de la pandemia del VIH y donde tuvo lugar una progresiva retirada de derechos a los colectivos LGTBIQ+ que tuvieron que volver a lucharse. Lo vemos ahora también en un contexto de constante crecimiento de la extrema derecha en todo Occidente y la puesta en cuestión e incluso retirada de políticas que protegen a mujeres y minorías sexuales, en una suerte de apisonadora normativizadora que opera y que cala también en generaciones jóvenes, y especialmente en el ámbito de las masculinidades juveniles. Nos encontramos en un momento de ruptura y cambios -que ha durado décadas- frente a las normatividades de la familia nuclear burguesa, así como de los modelos de masculinidad y feminidad hegemónicos, que siguen imperando pero que también han producido una pluralidad de arquetipos nuevos o nuevas modalidades de encarnación de estos. Pero, al mismo tiempo, nos encontramos en un momento en el que siguen operando ciertas normas hegemónicas de lo que la pareja y la sexualidad adecuada son, de continuación de los preceptos del amor romántico, así como de cierta promulgación identificada de vuelta a una suerte de valores previos desde algunos sectores sociales que se enmarcan en el auge del nuevo conservadurismo.

Así, para ayudar a responder a la pregunta de investigación que se plantea, se decide partir de una serie de objetivos:

Objetivo general

Analizar diferentes discursos y creencias en torno a la monogamia -y a lo promiscuo- y a las estructuras que la sustentan para poder observar el valor y el sentido de la monogamia, así como del amor romántico, para atender hacia dónde se orientan las relaciones sexoafectivas en el contexto español actual, teniendo en cuenta los cambios sociales relativos al género y la sexualidad que se han dado en el ámbito occidental a partir de la segunda mitad del siglo XX. Para ello, situar estos sentidos en la actualidad digital, tanto a la hora de recopilar algunos de estos discursos -presentes en foros y en el contenido de redes sociales, donde también emergen discursos "expertos", como aquellos derivados del *coaching* y discursos terapéuticos en materia sexoafectiva- como desde una perspectiva que tenga en cuenta las agencias

compartidas (Latour, 2008) entre personas y tecnologías, como las aplicaciones de citas y las redes sociales, donde emergen y se remedian (Bolter y Grusin, 2000) espacios para el contacto sexoafectivo.

Objetivos específicos

1. Entender el papel y el sentido de la monogamia -y la promiscuidad- en la actualidad digital en relación con el género, las rupturas entre las divisiones de lo público y lo privado, la orientación sexual o la edad.
2. Identificar las prácticas, discursos, creencias y sentidos relativos a otras situaciones sexoafectivas sin exclusividad sexual como la soltería, los vínculos esporádicos, los "casi algo" o *situationships* y las no-monogamias consensuadas -relaciones abiertas, poliamor, etc.-.
3. Observar los discursos en torno a los elementos anteriormente mencionados en los medios de comunicación, psicología y *coaching*, redes sociales y foros y diversos productos culturales.
4. Analizar el tratamiento de estas cuestiones en diversas investigaciones sobre sexualidad realizadas en nuestro contexto desde disciplinas como la sociología, la antropología, los estudios de género y los de media y comunicación.
5. Atender a los usos y agencias compartidas entre los usuarios y las redes sociales y aplicaciones de contacto en red utilizadas a la hora de la búsqueda de experiencias sexoafectivas de cualquier índole -relaciones estables, esporádicas, vinculaciones no-monógamas, etc.-.

A lo largo del trabajo de campo y del análisis del material recolectado los objetivos se han ido adaptando y reformulando, debido a que el material, en parte, ha desbordado los objetivos inicialmente definidos. Por ello, cabe hacer una especial mención a estos cambios, si bien he decidido dejar los objetivos tal y como inicialmente estaban definidos y formulados. El único cambio que he realizado explícitamente en la definición de objetivos sobre este texto es el del objetivo general que, por recomendación de las personas evaluadoras externas, lo he extendido de manera que tuviera en cuenta parte del contenido de los objetivos específicos.

En cuanto a los cambios que han sufrido los objetivos específicos, me gustaría centrarme primero en el caso del objetivo específico nº3, donde los discursos del *coaching* y el ámbito terapéutico en materia sexoafectiva, nuevos discursos "expertos" presentes en redes sociales

que además parten de un destacado componente de género -como se verá en el capítulo 4- han cobrado relevancia y centralidad en este trabajo tras ser observados y analizados. Ello no implica que se hayan desechado los análisis en otros espacios también mencionados en el objetivo nº3, como los discursos de usuarios de redes sociales o foros, o el análisis de estas temáticas en medios de comunicación, pero estos se han vuelto secundarios respecto a los discursos del *coaching* y terapéuticos. Las motivaciones para ello, tal y como se apreciará a lo largo del apartado dedicado a la metodología y en el capítulo 4 de este trabajo, es que, a medida que el trabajo de campo avanzaba, identificaba que los discursos del *coaching* en materia sexoafectiva en redes sociales adquirían gran viralidad y alcance, y desde una perspectiva de género resultaban de gran interés porque planteaban respuestas a las problemáticas, anhelos y deseos en materia sexoafectiva y que tocaban de fondo con los mandatos de género y el valor social de la monogamia de manera directa.

Por otro lado, el objetivo nº5 también ha sufrido cambios a lo largo del trabajo de campo. Si bien me he seguido centrando en los usos y agencias compartidas entre personas usuarias y medios conectados a la Red -redes sociales y aplicaciones de contacto- para la búsqueda de contactos sexoafectivo, otros aspectos también han cobrado relevancia. Entre otros destaca, por ejemplo, dentro del análisis de agencias compartidas entre personas usuarias y las redes sociales y las aplicaciones, el análisis de la remediación del cortejo en estos medios, y en las nuevas formas de sociabilidad y ritualidades que se generan a partir de dichas agencias, así como los cambios y la problematización en lo que se refiere a las divisiones entre lo público y lo privado. En segundo lugar, y de manera destacada en el caso de las aplicaciones de citas, también me he centrado en los rasgos sociotécnicos que encontramos en estas, y las maneras en las que elementos como la homogamia, los preceptos y mandatos de género y la mononormatividad se reproducen o pueden ser contestados mediante las diferentes posibilidades técnicas que las aplicaciones ofrecen y los usos que las personas hacen de ellas según sus objetivos y expectativas personales.

Este trabajo está estructurado en cinco capítulos que buscan atender al análisis de algunos de estos aspectos relatados a lo largo de esta introducción para intentar dar respuesta a la pregunta de investigación inicialmente planteada y a los objetivos establecidos. El primer capítulo atenderá a la metodología utilizada en el trabajo de campo para la efectuación de este trabajo de investigación, una metodología cualitativa basada en entrevistas en profundidad, las observaciones de carácter etnográfico virtuales/digitales e híbridas y la

(auto)etnografía. El segundo capítulo servirá para el establecimiento de las bases teóricas en lo relativo a la concepción hegemónica del género, la sexualidad y el amor romántico en sus devenires modernos: desde las concepciones burguesas decimonónicas de estos aspectos que asientan las bases de lo adecuado, así como los cambios, contestaciones y reformulaciones que han sufrido hasta hoy en día. El tercer capítulo se basará en atender los contactos, cortejo y formaciones sexoafectivas actuales desde una perspectiva que tiene en cuenta las mediaciones digitales e internet en concreto: desde el análisis de las visiones teóricas que hablan en términos de hipersexualización, promiscuidad, privatización y consumo en este tipo de contactos en red, hasta la realidad empírica de mi trabajo de campo que busca atender y analizar la formación de estos contactos y los usos que hacen las personas de redes sociales y aplicaciones de citas para ligar, donde las propias arquitecturas digitales y algorítmicas de estos medios también participan de tales aspectos. El cuarto capítulo busca observar dos aspectos que parecen situarse en el centro de algunas formulaciones sexoafectivas actuales: la individualización y la desinstitucionalización. En dicho aspecto, intento prestar atención a los vínculos y dinámicas que escapan de la exclusividad sexual pero que no suelen situarse en lo denominado "pareja" o "noviazgo", desde el sexo casual a los "rollos", "amigos con derechos*" o "situationships"*, resultado de la legitimidad de la sexualidad y los afectos fuera del marco de las relaciones de pareja, y donde nos encontramos con una serie de nuevas realidades, conflictos, tensiones y fricciones, que en muchas ocasiones parten también de asimetrías de género y expectativas divergentes. De este modo, atiendo también a discursos del *coaching* en materia sexoafectiva que se dan de manera dirigida a hombres y a mujeres y desde una perspectiva heteronormativa, discursos que en muchas ocasiones funcionan a modo de voz experta o recomendaciones sobre cómo superar esos vaivenes, tensiones y nuevas realidades que enfrentan las personas en el ámbito de las vinculaciones interpersonales de carácter sexual y afectivo. Por último, el quinto capítulo de este trabajo busca acercarse a una realidad emergente en el ámbito sexoafectivo en el espacio público pero que tampoco es nueva: las no-monogamias consensuadas. En este último caso, al contrario que la ausencia de exclusividad sexual fuera del marco de la pareja tratada en el capítulo anterior, en este capítulo se busca atender a la ruptura de dicha exclusividad sexual y afectiva en el seno de las relaciones de pareja reconocidas. Entender, de este modo, las motivaciones y realidades de las personas para la formulación de este tipo de vínculos, las nuevas libertades, los acuerdos, conflictos y malestares, placeres y estigmas que emergen y se enfrentan.

1. Metodología

Para el presente proyecto de investigación, y teniendo en cuenta sus objetivos, se ha optado por la realización de un trabajo de campo de carácter cualitativo con una serie de variadas técnicas que ayuden a compilar los sentidos y los significados de las prácticas discursivas en lo que respecta a los cambios en la monogamia en el sexo de las relaciones sexoafectivas. Si bien inicialmente he partido de una serie de objetivos, he dejado que el trabajo de campo me ayudara a guiar el proceso de la investigación, en vez de ceñirme exclusivamente a lo que en un inicio me había planteado y había diseñado. Agudizar la escucha, intentar comprender cuáles eran los elementos que destacaban y las problemáticas a las que se enfrentan las personas, así como a las libertades, potencialidades y agencias, ha supuesto poder romper con una rigidez metodológica que incluso a mí me constreñía como investigadora.

Inicié la tesis doctoral en noviembre de 2019, con una propuesta que implicaba hacer una triangulación de trabajo cuantitativo -explotación de datos secundarios y realizar una encuesta por mi cuenta-, y cualitativo -entrevistas en profundidad a entre 20 y 30 personas y una etnografía digital-. En conversación con mi directora de tesis, la profesora Amparo Lasén, pronto me di cuenta de que realizar una encuesta por mi cuenta, sin contar con un panel ni un entorno de trabajo más especializado en lo cuantitativo, sería una pérdida de tiempo, además de obtener datos con escasa validez y fiabilidad. ¿Cómo pretendía hacer la encuesta? ¿Con qué recursos? ¿Contaba con un equipo adecuado para ello? Mis pretensiones con el trabajo de campo eran excesivas, aunque bebían mucho también de la presión generada por la buena fama que tenía el hacer trabajo cuantitativo en ciertos entornos académicos, una manera de que fuera reconocido como Ciencia (sic). La realidad es que decidir no seguir esa vía me quitó una presión que ya se sumaba a las propias dificultades de realizar un doctorado. En efecto, había estudios nacionales e internacionales, de instituciones públicas y de empresas privadas, que podía aprovechar, y que contaban con la veracidad y validez que yo no podía aportar, a pesar de que tuviera que analizarlos con una perspectiva crítica.

Durante los primeros meses de la tesis doctoral, me dediqué especialmente a leer artículos científicos sobre trabajos empíricos que partían de metodologías similares a las que había escogido -especialmente entrevistas en profundidad y etnografías digitales- para orientar mi trabajo de campo. Antes que empezar con la teoría *pura*, preferí empezar directamente a prepararme calzándome las botas para llenarme de barro. Incluso realicé una entrevista para ver más o menos cómo podía funcionar el guion que había diseñado y si se adaptaba a las

necesidades de lo que deseaban contar las personas a las que entrevistaría en un futuro cercano.

Sin embargo, y ya como para todos es sabido, el 14 de marzo de 2020, solo 4 meses tras comenzar mi tesis doctoral, la pandemia por Sars-Cov2 hizo que el Gobierno de España decretara un Estado de Alarma y un confinamiento que se alargaría mucho más de lo inicialmente pensado. Me gustaría realizar un inciso en esta parte, precisamente porque en lo que a la pandemia respecta, y al igual que a muchas personas, mi trabajo se quedó tocado, y yo incluso hundida. Vivir la pandemia desde Madrid, las noticias sobre las muertes diarias, el sonido de las sirenas de las ambulancias sobre el silencio de lo que es una ciudad bulliciosa -un silencio que nos señalaba que algo iba mal, muy mal-, el estar alejada de mis familiares y el pánico constante a que muriera gente que quería -varios familiares y seres queridos de amigas y amigos míos estaban falleciendo-, me bloqueó por completo. No sacaba fuerzas para leer, no me gustaba la idea de hacer entrevistas online. Me sentía totalmente improductiva. Apenas llevaba unos meses de doctorado y todo su peso se me venía encima. No solo mi propio trabajo, me era imposible, al igual que a muchas personas les ocurrió también, hacer con cierta regularidad cosas de la vida diaria. La suspensión del tiempo, los cambios en los límites sociales y espaciales implicaron, para mí, una ruptura de mi orden cotidiano, donde hasta salir a la calle para aquellas cosas permitidas era un suplicio. Las videollamadas con familiares y amigos ayudaban al inicio, pero solo me deprimían más. Amanecía y me dormía llorando todos los días. El golpe más duro fue cuando fui consciente de que, a pesar de que el confinamiento terminara antes o después, la pandemia seguiría su curso. Y yo, que siempre había sido una mujer social y activa, con una increíble inquietud por la calle, por la gente, ociosa y que por ello en parte soy socióloga, no quería el futuro que parecía que venía. Yo no quería hacer una tesis doctoral en el mundo que íbamos a estrenar, no quería habitar un mundo de mascarillas y distancia social, un mundo donde los amores y los afectos pareciera que estuvieran totalmente relegados a las pantallas; pesar de la increíble contradicción que parece hablar de sexualidad, afectos y mediaciones digitales con expectativas de hacer una etnografía digital y rechazar lo virtual al mismo tiempo.

Este malestar me duró desde el confinamiento hasta año y algo después, donde trabajar de manera constante se me hizo tremendamente difícil: me sentí sola, aislada, sin tener con quien intercambiar ideas e increíblemente estúpida. Yo siempre disfruté de estudiar, y lo que más me gustaba era hacerlo en grupo, tanto en la carrera como en el máster. Pero la tesis, si ya de por sí tiene mala fama en lo que a soledad se refiere, fue doblemente solitaria en confinamiento y en los dos años que duró la pandemia. Me centré en hacer aquello que, paso

a paso, me ayudaba a sentirme bien, a ponerme en marcha. Terapia, comida sana, irme a dormir pronto, madrugar, apuntarme a clases de yoga y después al gimnasio. Poco a poco fui encontrándome mejor, con sus idas y venidas, sus momentos, pero fuera del hoyo. Igualmente seguía sintiéndome improductiva por la excesiva importancia -eso lo pienso ahora- que le di a la tesis, en vez de reconocer que estaba enferma y que poco podría hacer hasta ponerme mejor.

A la vuelta de verano de 2021 me sentía mucho más preparada para afrontar el trabajo. Cuando comencé a sistematizar lo que había hecho hasta entonces, me encontré con que, durante el periodo que duró la parte más dura de la pandemia, hice mucho más de lo que había creído, lo que ocurre es que el no haberlo hecho del modo planeado me impidió ser consciente de la relevancia que tuvo para el desarrollo de mi trabajo. Durante el confinamiento y la pandemia, si algo hice, fue pensar y reflexionar. Mucho. Lo que me ocurría, lo que veía en mi entorno, lo que apreciaba en series, películas, literatura, revistas. Estuve metida en redes sociales -Instagram y TikTok especialmente- y seguí contenido, debates, comentarios, etc. sobre relaciones sexoafectivas, complicaciones y frustraciones -por la pandemia, por la monogamia, por la no-monogamia, por la fugacidad de los vínculos y por mantener vínculos demasiado duraderos-. Me descargué Bumble y Tinder y hablé con hombres y mujeres de sus experiencias en el uso de aplicaciones para ligar, sobre sus experiencias sexoafectivas antes de y durante la pandemia. Reflexioné sobre mi relación de pareja; reflexioné sobre cómo convivir con mi pareja me ayudó a tener unos cuidados, alguien que me cocinara, que me acompañara; pero también en cómo mis amigas y amigos habían hecho también ese trabajo, por mucho que la pandemia pusiera límites y lo raro y extraño de "las unidades de convivencia" y "los círculos cercanos". Pensé y hablé con mis amigos y amigas sobre nuestras relaciones, más efímeras o más estables, secretas y reconocidas. Recogí las experiencias, comparamos los relatos bibolleros, los heteros, los maricas; algunas personas se separaron, otras se prometieron (culpable), hay quien tuvo que gestionar el tener más de una relación sexoafectiva a la vez cuando las normas y el Estado lo prohibían[1], aunque fuera de manera indirecta. Y esos relatos también los encontré en las redes sociales, y en las personas con las que hablaba a través de las aplicaciones para ligar. Reflexioné sobre la centralidad de la pareja desde una perspectiva materialista: la unidad desde la que construir mundo (Beck y Beck-Gernsheim, 2001), sí, pero también sostén económico. Al mismo

[1] Tras el confinamiento de primavera de 2020 y hasta el fin del Estado de Alarma en mayo de 2021, hubo por cada Comunidad Autónoma toda una serie de normas que prohibían las visitas en casa, salir con personas con las que no se convivía, limitación de horarios y toques de queda.

tiempo, también fui consciente los inconvenientes de relegarlo todo a la pareja -el tiempo disponible, el deseo y la sexualidad, la economía de los cuidados, la intimidad-, de la jerarquía que supone la pareja sobre otros tipos de vínculos como los de la amistad (Vasallo, 2018).

Al final, el trabajo de campo realizado lo puedo resumir en las siguientes técnicas: la realización de entrevistas y conversatorios; una etnografía digital; la revisión de productos culturales -literatura, películas, series, canciones, revistas y periódicos-; y la observación de carácter etnográfico -y autoetnográfico (Estaban, 2004) - de mi entorno.

En resumen, más allá de las entrevistas y la etnografía digital, que pueden tener un carácter más *formal,* el resto del trabajo de campo ha venido dado desde una experiencia en la que he podido absorber los sentires, prácticas discursivas, emociones y relatos que me han atravesado a mí y a mi entorno, en tanto que la cuestión sexoafectiva y las mediaciones digitales son algo a lo que no soy ajena, son también el mundo en el que vivo y que me afecta. A inicios de 2020, recuerdo escuchar a un investigador en una charla a la que asistí que él "no hacía sociología en pijama", como manera de revindicar la seriedad y validez de sus trabajos de investigación sobre relaciones y género. Sin querer desmerecer su calidad investigadora, me gustaría recalcar que, en mi caso, he hecho mucha sociología en pijama, al igual que en chándal, en tacones y en vaqueros. Todo lo que he visto y observado en todo momento durante los últimos años me ha servido como algo que consideraba oportuno sumar, he estado alerta, me he dejado sorprender, me he comido mis prejuicios y he tenido que aprender a moverme en contradicciones. En ocasiones, justificar los trabajos cualitativos en el ámbito de las ciencias sociales y humanidades -especialmente los de carácter etnográfico- pareciera que requiriera de una separación del sujeto investigador respecto de los sujetos, situaciones y cosas que observa. A mí todo se me ha vuelto pegajoso, mientras yo producía este trabajo, el trabajo también me producía a mí.

La experiencia propia, de este modo, se ha visto plasmada tanto en la propia elección del objeto de estudio como en el proceso del diseño metodológico y en el análisis del material de campo: desde el punto de vista propio, que como mujer bisexual en una relación no-monógama y de larga duración, habita, de alguna manera, los espacios liminales de la sexualidad -lo que es y no es visible, lo que se explicita y lo que se da por hecho, y la tensión sobre decir, admitir y ser leída como adecuada o inadecuada-, y tiene interés en comprender el mundo que le rodea y le afecta. Este habitar, y las experiencias que se le derivan, participan de las reflexiones y de las anotaciones de campo, de las entrevistas y los conversatorios, participa de la familiaridad tecnológica (Johnson et al., 2023) a la hora de haber utilizado

aplicaciones de contacto desde el cuerpo que habita. Esta experiencia ha posibilitado acceder a ciertos recursos, como el acceso directo a productos y creadores de contenido en redes sociales sobre no-monogamias que conocía de manera previa, o el facilitar conversaciones con las personas informantes LGTBQ+ y no-monógamas sobre sus -nuestras- experiencias. De este modo, lo autoetnográfico, lo propio, más que como mero método para recabar resultados, ha sido un proceso en sí mismo, que se ha ido acoplando a lo observado y también ha dirigido la mirada.

1.1 Entrevistas en profundidad

Con la experiencia de haber realizado entrevistas para mi Trabajo de Final de Máster (Olasagasti-Cases, 2019), intenté enmendar los errores que había cometido anteriormente con las realizadas de manera previa. Por un lado, dado que no estaba únicamente interesada en las prácticas discursivas de personas que estuvieran exclusivamente en pareja o no, intenté realizar entrevistas siguiendo unos perfiles que me había marcado para, cuanto menos, generar una muestra variada: el género, la orientación sexual, el estatus relacional -estar soltero o en pareja-, la orientación relacional -tener una pareja con exclusividad sexual o, al contrario, dentro del especto de las no-monogamias-, el nivel de estudios, el vivir en una ciudad grande o no y la clase social.

En total, he realizado un total de 14 entrevistas, de las cuales 5 han sido online y el resto cara a cara. Decidí acotar las entrevistas a personas que residían en España -independientemente de que fueran nacionales o no-, para tener una perspectiva de las prácticas discursivas (Martín Criado, 1998) más centrada en el contexto que me queda más cercano[2]. Las maneras de contactar fueron diversas: por un lado, y el modo más rápido, fue el boca a boca y rebotar un mensaje de *WhatsApp*, especialmente a través de grupos -desde gente con la que compartía alguna actividad deportiva como el grupo de *WhatsApp* del gimnasio, a grupos de familiares, de amigos, etc.- en el que me presentaba como investigadora a la vez que adjuntaba un archivo *pdf* con un pequeño resumen de lo que era el trabajo que estaba realizando, cómo era el formato de entrevista y las opciones de cómo hacerla -en este caso, cara a cara u online-.

[2] En la etnografía digital he sido más flexible en ese sentido, teniendo en cuenta que internet es un espacio global en el que, si bien podemos encontrar cierta segmentación por países, para el caso de España el tener una lengua común con los países hispanoamericanos genera toda una serie de contenido que se traslada entre países en muchas ocasiones.

En los mensajes rebotados de *WhatsApp*, solicitaba que lo reenviaran a sus conocidos si les era posible. También, mediante mi cuenta de Instagram compartía en *stories* mensajes solicitando ayuda para encontrar personas a las que entrevistar y a quien mostraba interés o me indicaba que conocía a alguien con interés, le enviaba el *pdf* con la presentación del trabajo. En el *pdf* indicaba mi número de teléfono y mi correo electrónico, por lo que las personas interesadas en ser entrevistadas podían contactarme sin ninguna presión que pudiera ejercer yo.

En la Tabla 1 que viene a continuación, indico parte de la información y perfiles de las personas entrevistadas. Sin embargo, cabe añadir también un pequeño inciso respecto de sus características sociodemográficas, tal y como me han recomendado realizar los evaluadores externos de la presente tesis doctoral, de manera que puedan contextualizarse los hallazgos posteriormente. En primer lugar, la muestra de las personas entrevistadas nos indica una predominancia de personas jóvenes-adultas menores de cuarenta años; además, la totalidad de ellas habitaban en entornos urbanos -tanto en grandes urbes como en pequeñas ciudades de provincias-, si bien la mitad de ellos había nacido y crecido en pequeños municipios o pueblos. A pesar de tener procedencias de clase diversas -la mitad eran de orígenes obreros y la mitad pertenecientes a clases medias-, la gran mayoría contaba con estudios universitarios -once de las catorce personas entrevistadas-. Desde una perspectiva ideológica, la mayoría declaraba tener ideas progresistas, si bien para lo que respecta a la temática de este trabajo, esa ideología no necesariamente implicaba diferencias en la valoración sobre la libertad sexual, hecho que también debemos tener en consideración.

De este modo, podemos resumir en que la mayoría de estas personas son jóvenes-adultos, instruidos y residentes en entornos urbanos con ideologías progresistas, lo cual debemos tener en cuenta a la hora de interpretar los resultados de este trabajo en lo que al material de las entrevistas se refiere, para no caer en la generalización de estos resultados para el total de la población común.

Tabla 1

Perfiles de las personas entrevistadas

Nombre	Género	Edad	Situación afectivo-sexual	Orientación sexual	Ocupación
1 Antonio	Hombre	20-24	Soltero	Heterosexual	Encuadernador
2 Leire	Mujer	30-34	Pareja monógama	Sin definir/bisexual	Diseñadora en agencia
3 María	Mujer	50-54	Matrimonio abierto	Heterosexual	En una multinacional
4 Cintia	Mujer	40-44	Divorciada/ en pareja monógama	Heterosexual	Personal de seguridad
5 Gabriel	Hombre	25-29	Pareja monógama	Heterosexual	Profesor de secundaria
6 Carlos	Hombre	25-29	Relación abierta	Bisexual	Encadenación de trabajos precarios y músico
7 Juan	Hombre	30-34	Relación de pareja sin definir monógama o no	Gay	Investigador
8 Luna	Mujer	35-39	Matrimonio monógamo	Heterosexual	Administrativa
9 Carmen	Mujer	30-34	Pareja monógama	Bisexual	Estudiante de doctorado/ camarera
10 Xosé	Hombre	35-39	Relación abierta	Gay	Ingeniero
11 Alicia	Mujer	30-34	Soltera	Bisexual	Oficinista
12 Marta	Mujer	30-34	Divorciada/ Soltera	Heterosexual	Técnica en ONG
13 Maialen	Mujer	30-34	Soltera	Lesbiana	Periodista
14 Miguel	Hombre	30-34	Pareja de hecho, monógama	Heterosexual	Jurista

Nota: los nombres de las personas entrevistadas han sido cambiados para respetar el anonimato.

En las entrevistas, partía de un guion en el que preguntaba sobre las siguientes áreas: si se tenía pareja estable en la actualidad o se había tenido con anterioridad y las experiencias destacables de esas relaciones -o los motivos que llevaban a no haberla tenido en tal caso-; el desarrollo de la historia de las relaciones que se habían podido tener -ligues, noviazgos, relaciones formales, matrimonios-; la perspectiva que las personas tenían sobre los cambios sociales que había habido respecto de las relaciones en su vida, en su entorno y lo que recibían de los medios de comunicación y demás productos culturales -si en efecto las relaciones eran más "fugaces" o "líquidas" que antes o consideraban que no, y su valoración respecto a ello-; los modos de ligar o conocer gente -el ocio, los amigos de amigos, grupos concretos como hobbies, apps o páginas webs para ligar y redes sociales, etc.-; también preguntaba sobre las valoraciones que hacían de las ideas de exclusividad, "fidelidad", monogamia, y también sus opuestos semánticos, como promiscuidad, relaciones abiertas, "follamigos" o amigos con derechos. También me interesaba saber qué elementos o acciones hacían que una relación -o en su caso, también en primera persona en sus propias relaciones-, se convirtiera en estable o formal, y qué significaba eso de "formal". Qué diferencias había entre llamarlo a algo ligue, o noviazgo o matrimonio/pareja estable[3], y cómo se llegaba a ese punto de nombrar algo de una manera determinada. El interés por los cambios en la monogamia también iba ligado a esta pregunta sobre el nombrar, pues los preceptos que en un momento pudieron existir, y siguen existiendo hoy día para muchas personas, de lo que significa estar en un noviazgo o en un matrimonio, pueden cambiar.

En otro orden de cosas, también tenía marcadas preguntas que giraran en torno al uso de internet y dispositivos digitales en las interacciones afectivas y sexuales. En tanto que los dispositivos conectados a la red -como ordenadores o smartphones- son partícipes de nuestra realidad social, me interesaba observar cómo se daban las mediaciones digitales desde una perspectiva sexoafectiva. Así, preguntaba si alguna vez habían usado aplicaciones o páginas web de contacto para conocer gente con objetivos sexuales o románticos: en caso de haberlas usado, cuál había sido su experiencia y de qué modo habían sido -o eran- usadas, y en caso

[3] Tanto antes de empezar el trabajo de campo como después, apreció que hay un punto conflictivo cuando una pareja es estable y lleva años junta. Si hay propiedades compartidas como una casa o se tienen hijos, esto es, si se tiene una estructura de "familia nuclear", pero no se está casado, muchas personas tienden a usar los sustantivos "marido" / "mujer" para referirse a sus parejas, en aquellos casos en los que no usan el término "pareja". Esto se debe a que la palabra "novio" /" novia" se aprecia como más juvenil, o temporal, o propia de un caso diferente de la formulación de la familia nuclear. En el sentido opuesto, algunas personas casadas -especialmente las más jóvenes-, pueden tener un conflicto o les pueda chirriar usar el término "marido" /" mujer" por parecer excesivamente adulto o de otra época, más si no se tienen hijos o propiedades. El hecho de cómo se nombra a la pareja y en qué momento se le nombra de cada manera es una cuestión que tiene que ver con un completo despliegue de cómo la pareja misma se sitúa en el mundo y en sus estructuras e instituciones.

de no usarlas, los motivos para no hacerlo. En la misma línea, preguntaba sobre otro tipo de aplicaciones -redes sociales, aplicaciones de mensajería, etc.- que podían haberse usado para conocer gente y de qué modo eran utilizadas, o en su caso, los motivos para no preferir no hacerlo. Por otro lado, podría decirse que ha habido toda una serie de alerta mediática, e incluso desde ciertos ámbitos de la academia, sobre la fugacidad, liquidez e inestabilidad de las relaciones que surgen mediante estas interacciones digitales (Illouz, 2020; Lerdellier, 2014; Sales, 2015), incluso cierto pánico a la "promiscuidad", que se supone, incitan (Sales, 2015). Por ello, quería averiguar si en la experiencia de las personas entrevistadas eso había sido así y si solo ocurría con las personas que habían conocido por esta vía.

En un principio, intenté seguir el guion de las entrevistas de manera más o menos rígida, esto es, siguiendo un orden y haciendo preguntas explícitas sobre las áreas sobre las que quería obtener información, para hacer un trabajo más o menos estable y estandarizado. Sin embargo, pronto vi que para atender a las prácticas discursivas (Martín Criado, 1998) de los sujetos a quienes entrevistaba, esto es, entender sus experiencias con relación a lo sexoafectivo y a lo digital, sus contradicciones, las posibles adecuaciones y las posibles rupturas de las normas sociales -y por tanto los recursos discursivos para explicarlas-, para poder entender esas tensiones y ambivalencias (Martín Criado, 2014), debía dejar más libertad a las personas entrevistadas.

Pronto me di cuenta de que, por lo íntimo del tema y quizá por mi manera de preguntar, que el formato que estaba usando no daba mucho de sí: a las personas les costaba entender ciertas preguntas, les incomodaban ciertas temáticas y era difícil generar complicidad. En un momento dado, y tras leer parte del trabajo del investigador Aurelio Castro (2021) sobre hombres en relaciones no-monógamas, donde él indicaba que en sus entrevistas comenzaba con la siguiente pregunta abierta: "Would you tell me a story about the last time you felt attracted to someone?" (pag. 1465) [¿me contarías una historia sobre la última vez en que te sentiste atraído por alguien?], decidí comenzar con la simple pregunta "*¿tienes pareja?, ¿por qué?"*. Y a partir de ahí, dejaba que la persona entrevistada fuera explayándose sobre sus experiencias, dejando que fueran los entrevistados quienes recorrieran su propia historia, y tachando de mi lista aquellas áreas sobre las que quería preguntar y que surgían por sí mismas. El formato de entrevista abierta (Alonso, 1995) me ayudaba a romper con dinámicas que generaban una barrera que no era nada útil, ni para mí, ni para los y las entrevistadas. Aprendí que, en vez de ser una investigadora *extractiva*, esto es, alguien que fuera a sacar información para hacer una tesis doctoral y tratar a quienes entrevistaba como meros informantes a quienes sacar sus vivencias, debía ser respetuosa y entender la complejidad de la situación. Por supuesto,

ello no niega el propio carácter extractivo del uso de participantes e informantes para nuestros trabajos académicos, pero intenté paliarlo en todos los aspectos posibles.

Sin querer, las entrevistas dejaron de ser entrevistas y fueron tornándose en conversatorios: si quienes hablaban me contaban parte de su intimidad, yo también participaba con la mía, intercambiando, encontrando puntos comunes y distancias, comparando experiencias, hablando de situaciones de nuestro alrededor. La entrevista se tornó conversación (Alonso, 1995). Realizar entrevistas se convirtió en algo realmente placentero, un lugar desde el que trabajar con mi propia piel, realizar reflexiones conjuntas y comprender la parte afectiva que participa de las interacciones humanas. Hablar de cómo adaptarse a las normas, de cómo se rompían, de lo deseable y de lo no tan deseable, fue mucho más fácil así. He tenido conversatorios con personas que se han puesto a llorar, con las que me he reído a carcajadas, con las que me he abrazado al final de la entrevista e incluso quienes a posteriori me han escrito interesados por "cómo iba mi proyecto". A todo el mundo le di la opción de volver a contactarme si lo deseaban e insistí en la idea de que, si lo querían, podían enviarme un WhatsApp o un audio con reflexiones si se les ocurrían. Más de una persona lo hizo. "*Oye, he estado pensando en esto desde que hablamos*…" o alguna fórmula parecida, alguna aclaración, quizá también alguna justificación posterior para explicar una contradicción o corregir algo que igual no se consideraba adecuado (Martín Criado, 2014).

Más adelante, me encontré con que Eva Illouz (2020) en su libro *El fin del amor,* hablaba de sus entrevistas como *entrevistas de carácter etnográfico*, precisamente por no adaptarse al modelo de entrevista en profundidad estructurada que quizá sea más común en ciertas escuelas. Del mismo modo, y aunque Michelle Wolkomir (2009, 2015, 2020) las titulara "entrevistas", sin darle más vueltas, habla de cómo en su extenso trabajo sobre relaciones no-monógamas, éstas podían durar desde una hora hasta alguna que había llegado a durar dos días. Solo por esas anotaciones hechas por Wolkomir, imaginarme a una investigadora dos días hablando con personas, me lleva a pensar que sus prácticas metodológicas probablemente trascendían también esa noción de una entrevista demasiado estructurada. Así, tal y como he indicado, yo decidí nombrar a mis reuniones con las personas a las que entrevistaba "conversatorios", y podemos sumarle la coletilla "de carácter etnográfico" sin tener la pretensión de nombrarlo etnografía como tal.

Otro apunte metodológico que me gustaría hacer es el referido a la experiencia que he tenido haciendo entrevistas online -mediante videollamadas- y aquellas que he realizado de manera analógica, cara a cara. En general, si bien todas las entrevistas fluyeron del modo esperado y

de todas se pudo extraer información pertinente para el trabajo de investigación, hay varios elementos que se podrían destacar de la comparación entre la realización de las entrevistas online y las que fueron cara a cara.

En primer lugar, la primera diferencia radica en la propia cercanía que implica hacer una entrevista o conversatorio cara a cara. La cercanía de los cuerpos de los sujetos que participan en ella -en este caso, entre sujeto entrevistador y sujeto entrevistado- permite generar una mayor intimidad, donde el movimiento y la presencia agudizan otros sentidos como el oído, la vista o el tacto. Además, participar de un entorno común -un mismo ambiente, como estar sentadas frente a la misma mesa-, también permite crear una pequeña burbuja, crear un "nosotros" frente a aquello que nos rodea. Si estamos en una cafetería y hablamos de un tema íntimo, bajamos la voz, o nos callamos si se acerca alguien, puede que el café sepa fuerte y nos riamos mirándonos de manera cómplice, "*por favor, tengo que ir al baño ¿puedes parar un momento eso?*". Quizá uno de los mayores problemas a la hora de realizar entrevistas cara a cara sea el encontrar un lugar pertinente para hacerlas. En mi caso, en la mayoría de las ocasiones las realicé en cafeterías y en bares, por tratarse de un espacio fácil y accesible, un lugar común en el que casi la totalidad de las personas que vivimos en España sabemos situarnos con soltura[4]. Siempre hubo una cafetería o bar cerca de donde residían las personas con las que hablé, por lo que era más fácil desplazarme a ese lugar y reunirme en un espacio que fuera próximo para las personas a las que entrevistaba. De todos modos, en todas las ocasiones dejé la opción abierta de realizar los conversatorios tanto en las casas de las personas con las que hablé, en una biblioteca pública, en la facultad de Ciencias Políticas y Sociología de la UCM, en un parque si el tiempo lo permitía, en mi propia casa y, por supuesto, mediante videollamada. Pero siempre que concertaba una cita con alguien, la persona entrevistada escogía la opción de una cafetería o bar.

En las cafeterías y bares, siempre intentaba asistir con margen de tiempo para situarme en una mesa que estuviera apartada, de modo que el sonido de fondo no empeorara la calidad de la grabación, y que la conversación pudiera fluir sin que las personas entrevistadas pudieran sentirse expuestas a ser escuchadas por terceras personas. En cualquier caso, cuando la persona llegaba, preguntaba si le parecía bien sentarse ahí o si tenía alguna otra preferencia para sentarse. Cuando estuve de estancia en Suecia, recuerdo comentar el hecho de realizar entrevistas en cafeterías o bares, y que alguna persona -no todas- se sorprendiera. Plantear realizar entrevistas así parecía poco serio, un lugar inadecuado para hacer "ciencia".

[4] España es el segundo país de Europa que cuenta con más bares por habitante (Cadena Ser, 2024).

Puede que también tenga que ver con la relación que en dicho país tienen con los bares, pues hay un gran prejuicio social hacia el consumo de alcohol, más aún en días laborales o antes de la tarde, como bien notó también Susan Sontag (1969) en su periodo allí. Sin embargo, en España tenemos una gran cultura de bares y cafeterías -de hecho, muchos bares funcionan a modo de cafetería por las mañanas, dando desayunos y almuerzos-, son espacios cercanos para las personas, el lugar desde donde se arregla el mundo, y se forma opinión pública (Rueda Córdoba, 2024), comenzamos relaciones y las rompemos (Pacheco, 2019), discutimos, nos reconciliamos, nos afectamos. La cafetería o el bar a mí me parecen perfectos porque puedes tomar una bebida caliente -si hace frío-, o una fría -si hace calor-, da cobijo, y es un lugar familiar y cercano para los entrevistados cuando los escogen por sí mismos.

Las entrevistas que realicé mediante videollamada implicaban una realidad de doble filo: siempre se realizaron desde mi hogar y desde el hogar de la persona entrevistada, lo cual era *a priori* más fácil para ambas. Además, me permitieron realizar entrevistas fuera de la Comunidad de Madrid, pues durante la tesis doctoral no he contado con coche con el que transportarme, y el transporte público no estaba disponible siempre a las horas a las que realicé las entrevistas, además de las restricciones de movilidad que se alargaron hasta junio de 2021 por la pandemia. En el caso de una de las entrevistas que realicé a una persona que residía en una provincia colindante con la Comunidad de Madrid, tanto la persona entrevistada como yo preferíamos, en un principio, realizarla cara a cara. Sin embargo, sus horarios de trabajo como la necesidad de cuidar a un hijo hacían que solo pudiera reunirse a última hora de la tarde, hora para la cual yo no tenía transporte público disponible para desplazarme de vuelta a Madrid. En el caso de esta entrevista, aprecié por primera vez especiales dificultades para poder comunicarme de manera más cercana con esta persona por el hecho de que, durante la entrevista, estaba su hijo pequeño presente y a la mitad llegó su pareja a casa del trabajo. A pesar de los esfuerzos de la persona entrevistada como los míos para redirigir las conversaciones, sus intentos para buscar un lugar más privado desde el que hablar una vez llegó su pareja y se hizo cargo de su hijo, la sensación de privacidad no estaba presente. Ello también nos puede hacer reflexionar sobre la disponibilidad de tiempo propio y de tiempo para la intimidad en el espacio del hogar, que en último lugar se vuelve un espacio de trabajo -reproductivo- del que uno no puede desentenderse fácilmente.

En el caso de otras entrevistas por videollamada que realicé, hubo mayores facilidades y se pudo generar una conversación más privada y fluida, algo que he asociado a la ausencia de parejas o familiares en el entorno -que podrían limitar lo que las personas entrevistadas dicen- como de otras tareas como el trabajo de cuidados. Del mismo modo, desde mi casa también

surgían otra serie de problemáticas: en ocasiones mi pareja estaba en casa y podía escuchar las conversaciones -al final, las entrevistas solía realizarlas a última hora del día y no podía exigirle siempre que se fuera o no estuviera-, por lo que la soltura con la que yo hablaba y el participar del conversatorio en horizontalidad se dificultaban también. En otras ocasiones mi cámara funcionaba a medias, o la velocidad de internet no era adecuada y la videollamada se entrecortaba, por lo que la resistencia tecnológica también participaba de ello.

Al final, los espacios domésticos se amplían mediante los dispositivos tecnológicos conectados a la red (Jaque, 2013), y trascienden los muros de las casas. Ese hecho hace que, en situaciones como las entrevistas online, la privacidad del hogar se extienda hasta el otro hogar conectado mediante una cámara, y viceversa, generando una especie de pequeño nuevo espacio público visible a otros ojos. A su vez, ello hace que la propia intimidad -en este caso, el contenido de las entrevistas- circule también en ese recorrido entre hogares, no pudiendo controlar muy bien cómo resguardarla del propio espacio doméstico privado y del ajeno y del resto de subjetos y objetos que se sitúan e imbrican en él.

1.2 Etnografía digital

En segundo lugar, como parte de mi trabajo de campo, realicé una observación de carácter etnográfico en entornos digitales (Hine, 2000; Pink et al., 2016) sobre un campo de interacciones mediadas (Hine, 2000), en tanto que internet se concibe como un entorno más de la realidad social y susceptible, por ello, de ser observable. Por otro lado, la hibridación de las realidades digitales y analógicas es tal -al final, en nuestro contexto, prácticamente todas las personas llevamos en casi la totalidad del tiempo un dispositivo conectado a la red, como lo podría ser un *smartphone*- que hacer una distinción clara entre lo analógico y lo digital también se vuelve complejo y terreno resbaladizo. Por ello, también conviene para estas situaciones recurrir al término etnografía híbrida (Przybylski, 2021) que busca aunar las prácticas discursivas online y offline que se dan en una suerte de continuum. Este aspecto lleva a analizar los usos de los dispositivos conectados a la Red desde una perspectiva que atiende a las agencias mediadas que se dan entre actantes humanos y no humanos (Latour, 2008): desde los rasgos sociotécnicos de los diferentes medios online -redes sociales, aplicaciones de citas-, las arquitecturas digitales que componen estas aplicaciones -también diseñadas por humanos- y los usos que las personas hacen de los mismos, sean aquellos esperados e incentivados por las aplicaciones, o sean otros no esperados o inicialmente no

concebidos por quienes han realizado el diseño. Internet y los dispositivos como los *smartphones*, además, tienen la capacidad y potencia de inscribir nuestras acciones cotidianas, hecho que a su vez genera nuevas sociabilidades y subjetividades (Lasén, 2019) como se desarrollará más detenidamente en el tercer capítulo de este trabajo.

La etnografía digital e híbrida realizada se ha centrado en diferentes observaciones sobre redes sociales, foros y aplicaciones para ligar, que iré desarrollando a lo largo de este epígrafe. Los capítulos 3, 4 y 5 recogen los resultados del trabajo de campo realizado a partir de estas observaciones.

Por un lado, he escogido las redes sociales Instagram, TikTok y X -antigua Twitter-para observar contenido relacionado con los elementos que trataba en los objetivos de investigación y que también se situaban en mi "guion" de entrevistas/conversatorios, del mismo modo que algunos foros.

En Instagram he realizado un trabajo más sistematizado donde me he centrado en seguir cuentas de diferentes productores de contenido -activistas, terapeutas, *coach*- sobre no-monogamias y sobre el ámbito sexoafectivo de manera general para recabar discursos y las interacciones con sus audiencias. En la red social TikTok he dejado el algoritmo en marcha, y en vez de seguir cuentas específicas, he ido recopilando diferentes vídeos virales y tendencias, así como la observación de las interacciones de los usuarios en las secciones de comentarios, para recabar discursos de manera más generalizada a partir de búsquedas concretas: con palabras como *monogamy* o *monogamia*, *poliamor*, *relación abierta*, *Tinder*, *Bumble*, *situationship*, etc. De manera similar he trabajado con la red social X -antigua Twitter-, haciendo búsquedas específicas de palabras y dejando que el algoritmo fuera mostrando contenido afín. En el caso de los foros, he buscado entradas en Reddit, Forocoches y Weloversize, también a partir de búsquedas específicas para recopilar debates y puntos de vista diversos. Todas estas observaciones las he realizado en contenido que estaba publicado en abierto, esto es, para el que no hacían falta solicitudes específicas de seguimiento o de suscripción para poder acceder al contenido.

Por otro lado, y como resultado de mis entrevistas, también he atendido a los modos en los que se utilizan las redes sociales para ligar, donde destaca el caso concreto de Instagram, que es la red social por excelencia que la mayoría de mis entrevistados han utilizado para ligar en algún momento. Sin embargo, también he recopilado mediante las entrevistas experiencias en alguna otra red social, recogidas en el tercer capítulo.

Por último, las aplicaciones para ligar analizadas han sido tres de corte generalista, esto es, aplicaciones que no se centran en orientaciones sexuales concretas ni en prácticas sexuales concretas, y que están pensadas para el público general. Estas aplicaciones para ligar han sido Tinder, Bumble y OkCupid. Sin embargo, también he recogido experiencias a través de las entrevistas sobre el uso concreto de Grindr -dirigida a varones que buscan contactar con varones- y a la que he atendido de manera indirecta.

A continuación, iré desarrollando parte de este trabajo de campo de manera más pormenorizada, que se fue realizando entre los años 2020 y 2024.

Instagram

Instagram es una popular plataforma de redes sociales que se centra en compartir fotos y videos, perteneciente a la empresa Meta Platforms Inc. (antigua Facebook, Inc. y también propietaria de Facebook y WhatsApp). Lanzada en 2010, desde entonces ha experimentado un crecimiento masivo, convirtiéndose en una de las aplicaciones más utilizadas en todo el mundo, calculándose que en 2023 tiene aproximadamente 1390 millones de usuarios activos mensuales según un estudio de la empresa de mercados eMarketer-Insider Intelligence (Yuen, 2023).

El objetivo principal de Instagram es permitir a los usuarios capturar, editar y compartir imágenes y vídeos. Su funcionamiento se basa en el concepto de "seguidores": los usuarios pueden seguir a otras personas y, a su vez, ser seguidos por ellos. Al seguir a alguien, es posible ver las publicaciones que esa persona comparte en el *timeline* o *TL,* situado en la pantalla principal del interfaz de la plataforma. También permite dar "me gusta" y dejar comentarios en las publicaciones de otros usuarios. Del mismo modo, las publicaciones que una persona "suba" o "cuelgue" en Instagram, quedarán guardadas en su perfil y aparecerán en el *TL* de las personas que le siguen. Instagram, permite subir un *post* con varias imágenes, así como vídeos de hasta una hora de duración. Las cuentas pueden ser "privadas" o "cerradas" -donde, para poder visualizar el contenido de estas, hay que solicitar seguir a dicha cuenta y la persona administradora puede aceptar o no dicha solicitud-, o "públicas" o "abiertas" -donde se puede visualizar el contenido de dicha cuenta sin restricciones con la única obligatoriedad de tener una cuenta de Instagram para poder hacerlo-. Además, existe la opción de crear una cuenta de empresa, con más funcionalidades que una cuenta común.

Por otro lado, otra de sus funcionalidades es la de poder realizar *reels:* pequeños vídeos de hasta 90 segundos, editables (con efectos, música, etc.) con gran capacidad para ser difundidos (a través de *stories* o en otras plataformas). Además, esta funcionalidad creada como respuesta al éxito de TikTok -de la que hablaré más adelante-, tiene su propia pestaña dentro del interfaz de Instagram, por lo que simplemente haciendo *scroll down*[5] podemos ver de manera seguida un *reel* tras otro.

Otra característica de Instagram es su funcionalidad *stories*, que permite a los usuarios compartir contenido -imágenes, vídeos, *reels*, cualquier tipo de publicaciones de cuentas en abierto, etc.- que desaparece tras 24 horas. También es posible enviar mensajes directos a otros usuarios a modo de chat -popularmente conocidos como *DMs*- o la creación de chats grupales. Esta red social también posibilita crear y seguir *hashtags* o etiquetas para descubrir contenido relacionado, así como la pestaña "explorar" donde la plataforma recomienda -de acuerdo con las preferencias que registra el algoritmo- contenido variado de cuentas públicas.

Instagram también se ha convertido en una plataforma importante para las marcas y los *influencers*[6] o "creadores de contenido". Muchas empresas utilizan Instagram para promocionar sus productos y conectarse con su audiencia, incluso se permite tener plataformas de venta en las propias cuentas o hipervínculos desde las biografías -pequeños descriptores de las cuentas- mientras que los *influencers* aprovechan la plataforma para compartir contenido patrocinado y construir marcas personales. A esto hay que sumar que la plataforma solo da la opción de utilizar cuentas "gratuitas" -no hay versiones de pago-, por lo que hay un gran contenido de publicidad que Instagram utiliza para financiarse -en formato *stories, publicaciones* o *reels*- más allá de las propias promociones que realizan los *influencers*. De este modo, a lo largo de los últimos años, a mi parecer, Instagram se ha vuelto de manera progresiva en un espacio que funciona a modo de revista o *magazine* en muchos casos, donde además de usuarios con cuentas privadas o individuales, hay una destacada cantidad de

[5] Término específico asociado a el movimiento que se realiza en redes sociales como Instagram, Twitter, TikTok u otras, para ver la "siguiente" publicación: se trata del gesto realizado con el ratón del ordenador para "bajar la pantalla" y ver el siguiente contenido que viene. Aplicable también al gesto que hacemos con las manos en los *smartphones* con el mismo objetivo.

[6] *Celebrities* de las redes sociales donde parte de su trabajo consiste en generar contenido audiovisual comercializable como modo de empleo. En el caso de otras plataformas, como *Youtube*, los creadores que generan un contenido muy visualizado llegan a ser pagados por la propia plataforma. El caso de Instagram no es así, por lo que estos *celebrities* suelen percibir dinero de marcas para que publiciten contenido promocional. Hay situaciones en las que personas que eran famosas en otros ámbitos -futbolistas, cantantes, actores, etc.- realizan esta función de promoción. En otras situaciones, la fama se adquiere mediante las propias redes sociales por el contenido producido -de ahí el nombre de creador de contenido- y ello posibilita en convertirse en *influencer* mediante la promoción de marcas. En otras ocasiones, hay personas que adquieren gran fama y seguidores a base de vender sus productos o servicios a través de la plataforma -entrenadores, nutricionistas, terapeutas, *coaches*, diseñadores, etc.-.

productos, marcas y personas que realizan una actividad comercial a través de esta plataforma.

- *Observaciones realizadas en Instagram*

Las observaciones realizadas de la red social Instagram han sido de dos tipos. Por un lado, durante las entrevistas, algunas personas han declarado haber utilizado Instagram para ligar, motivo por el cual les he preguntado sobre cómo solían utilizarlo para tales efectos. De este modo, tal y como se verá en el tercer capítulo, he ido anotado toda una serie de ritualidades en las dinámicas de cortejo, que la investigadora Tania Rodríguez Salazar (2017) ha denominado "intimidad lenta" (p. 102); también otro tipo de expresiones e inscripciones de carácter sexual y afectivo mediante el compartir y observar imágenes que generan cotidianeidad e intimidad (Lasén, 2019), entre otros.

Más allá de ello, también he utilizado Instagram como plataforma de observación desde el que seguir contenido y discursos sobre los temas que trataba mi tesis. Al inicio, me había interesado por comenzar a seguir cuentas que exclusivamente hicieran difusión en español sobre cuestiones relacionadas con las no-monogamias éticas o de divulgadores que, sin ser su temática principal, trataran indirectamente dichas cuestiones. Quería analizar qué tipo de publicaciones se hacían -tanto en el *feed* de sus perfiles como en sus *stories*-, el tipo de interacciones que se tenían entre seguidores y las propias cuentas -si se respondía a los seguidores de manera pública o se generaba debate- y también, el tipo de comentarios que la gente hacía en las publicaciones y si ello generaba debate.

Sin embargo, el tipo de cuentas observadas se amplió y cambió también gracias a que el algoritmo de Instagram comenzó a recomendarme otras cuentas que también trataban temas sobre relaciones sexoafectivas sin hacer referencia explícita a las no-monogamias. A su vez, recomendaciones de amigas y amigos también me hicieron seguir otro tipo de cuentas. De este modo, me encontré con otro mundo que también colindaba con mi tema de investigación: los y las *coach* "de pareja", "del amor", "de la seducción", etc., y terapeutas de pareja que se dedicaban a producir contenido y a vender servicios para ayudar a las personas a buscar pareja, ligar o tener "mejores relaciones".

Utilizando mi propio móvil personal y mi cuenta[7] de Instagram privada, el trabajo realizado consistió en un análisis sistemático del contenido subido en las cuentas y perfiles que he ido

[7] Mi cuenta de Instagram (abierta en 2014) siempre había sido privada y mi nombre no aparecía en ningún lugar, aunque en la foto de perfil sí que había una imagen mía. Por lo general, siempre había sido activa en Instagram -subida de fotos, compartir contenido a través de *stories,* interactuar con las cuentas de mis amigos y de otros

observando a lo largo del tiempo. Algunas cuentas las he observado durante más de 4 años, otras durante un tiempo inferior, algunas las seguía antes de comenzar el trabajo de investigación por interés propio y por ser parte de la comunidad no-monógama, así como por interesarme por cuestiones sexoafectivas. Con algunas he hecho un trabajo intenso de recopilación: observación casi diaria, participar en las encuestas o en las preguntas y respuestas que los administradores realizaban; he comentado posts y los he compartido en mis redes sociales en aquellos casos en los que sentía que me apelaban y estaba en sintonía con ellos. También he realizado observaciones sin participar, mirando las publicaciones y las historias. En todos los casos, aquellas publicaciones que me interesaban, las he ido guardando mediante la funcionalidad que Instagram ofrece para ello, o cuando no se podía -como en el caso de los *stories*- he sacado capturas de pantalla o grabado la pantalla cuando se trataba de vídeos. También he ido sacando capturas de pantalla y apuntando los diferentes debates que se podían dar en las secciones de comentarios de las publicaciones, siempre guardando el anonimato de las personas que participaban en esos espacios. Durante el trabajo de campo, he recopilado más 2000 capturas de pantalla y vídeos de Instagram que registraban el contenido que iba recolectando.

A continuación, pongo una tabla de las cuentas observadas y los tipos de contenidos que en cada una de ellas se pueden encontrar. La decisión sobre si anonimizar las cuentas o no ha sido también un proceso: a pesar de que una cuenta en una red social tenga carácter público, ello no significa que la pretensión inicial de quien produce dicho contenido sea que pueda acabar en lugares no esperados, como en una tesis doctoral. Esta visibilización, además, puede generar un daño a estos usuarios y productores de contenido en algunos casos, si se difunde contenido sensible sobre ellos o datos que puedan generar efectos futuros. Por ello, escribí a todos los productores de contenido cuyas cuentas analicé y observé para pedirles consentimiento informado. Desde todas las cuentas, a excepción de dos, obtuve permiso para mostrar sus nombres en este trabajo. Las dos que no me lo dieron, no es porque me dijeran que no, sino porque no me respondieron a los mensajes que les escribí. Ello me llevó a una nueva reflexión, sobre lo adecuado o inadecuado de poner en abierto los nombres de algunas cuentas y el de anonimizar las otras dos.

usuarios a los que sigo-. Desde que comencé la tesis hasta casi su finalización, mis seguidores habían oscilado desde los 250 aproximadamente hasta los 280. A lo largo de este trabajo he seguido a más de 1000 cuentas, donde, además de amigos, *celebrities* e *influencers,* también he seguido a artistas, divulgadores y "creadores de contenido". Una vez escrita la primera versión de este manuscrito, cerré mi cuenta de Instagram de manera indefinida a causa de cierta necesidad de desconexión.

Sin embargo, tras mucha reflexión personal, y guiándome por otros trabajos y la guía ética de AOIR (franzke et al., 2020) -*The Association of Internet Researchers* [La asociación de investigadores de internet]- decidí no anonimizar las cuentas. Al final de este capítulo hay disponible un epígrafe dedicado a las consideraciones éticas y a las decisiones tomadas al respecto, donde desarrollo estos aspectos.

Por último, también cabe indicar que algunos de estos creadores de contenido que a continuación menciono crean y enlazan sus cuentas a páginas web personales y otras plataformas, realizando así un trabajo transmedia. Por tanto, en algunos casos, además de observar estas cuentas de Instagram y sus interacciones, también he recurrido en algunos casos a plataformas como Youtube o al análisis de sus páginas web para completar este trabajo de observación.

Tabla 2

Cuentas de Instagram observadas y la información destacada de cada una

Nombre de usuario	Título de cuenta	Seguidores (febrero 2025)	Tipo de contenido	Información relevante
@monogamaloserastu	Monógama lo serás tú	10K	Contenido sobre NME. Reflexiones en formato "correo electrónico" de carácter literario	Link.tree a su fanzine, a su TFM sobre cuerpos no-monogamos; a un coloquio sobre amor, y a un artículo de Pikara Magazine.
@mo_no_gamia	Leti/ mo_no_gamia	13K	Visibilización de las no monogamias. Infografías y reflexiones.	Infografías, reflexiones. Stories destacados: terapeutas; eventos; visibilización.
@openmandarina	Lídia Manot / Acompañamiento-Poliamor-Tribu	34K	Acompañamiento en la introducción de las NME y el poliamor; infografías y reflexiones (también en formato vídeo).	Link.tree. Página web; libro; servicio de coaching; retiro NME; "poliencuentros"; Mandarina "date nights"- slow dating; podcast; taller sobre celos.
@poliactivismo	Poliactivismo/ Alba Centauri	67K	Acompañamiento en NME y autonomía sentimental y afectiva; infografías; educación sexual	Link.tree, podcast, infografías, difusión de contenido. Sección de publicaciones conjuntas (por temática)
@gotitasdepoliamor	Jaime Gama	512K	Psicoterapia Gestalt- Relaciones éticas. Infografías, *reels y* "directos" sobre gestión emocional, relaciones éticas y NM.	Servicio de consejería; webinars; grupos bajo suscripción de formación.

Nombre de usuario	Título de cuenta	Seguidores (febrero 2025)	Tipo de contenido	Información relevante
@polyphiliablog	Leanne Yau	176K	Difusión de contenido sobre poliamor y NME. Consejos sobre poliamor, recursos, memes y acompañamiento. *Reels* cómicos, reflexiones en formato twitter y vídeo	Direct.me Suscripción a patreon, merchandising, podcast, recomendaciones de libros, etc.
@hablemosdepoliamor	Hablemos de Poliamor/ Sandra Bravo	45K	Divulgación, formación y acompañamiento terapéutico.	Información sobre talleres/agenda; lecturas; reflexiones; sección de publicaciones
@silviallopb	Silvia Llop: Psicóloga del Amor	127K	Psicología y consejos sobre relaciones amorosas. Infografías, preguntas y respuestas mediante stories; promoción de sus servicios.	Libro: "Mándalo a la mierda"; Podcast: "Bendita Terapia"; Newsletter; servicios de suscripción de pago "psicoamor" -grupo de WhatsApp-; Cursos de pago: rupturas, autoestima, Tinder.
@alvarodaygame	Álvaro Reyes- *Coach* en Masculinidad	420K	Reels con consejos para seducir y tener ligues/parejas. Infografías también con consejos para ligar y seducir, tener más sexo, etc.	Comunidad privada de seducción -pago-; servicio de pago *coach* y mentorías; talleres y eventos -pago-.
@programamia	Programamia/ Psicología, Relaciones, Heridas de Apego y Trauma Relacional	397K	"Suelta MIEDOS y corazas y construye RELACIONES en coherencia contigo con nuestras TERAPIAS". Reels e infografías con consejos, situaciones, etc. relacionados con "ser mujer". "Hombres inaccesibles", "Vivo amargada", "Tiene hijos y yo no", etc.	Link.tree Tiene un podcast, una newsletter; canal de youtube; clase online gratuita para dejar de "repetir patrones" en relaciones; "Terapia Mia": terapia de grupo de 16 semanas, de pago; "Sesión intensiva Mia": sesión individual de resolución en 75 minutos.

Observaciones puntuales por búsqueda: TikTok, X y foros.

Tal y como indica el título de este apartado, algunas de mis observaciones han sido puntuales, esto es, se han realizado de manera no sistematizada. Estas observaciones se han guiado por la búsqueda de palabras y temáticas concretas para recopilar contenido -hilos, comentarios, etc.- en diferentes redes sociales y foros.

En primer lugar, tenemos el caso de TikTok. Esta plataforma, lanzada en 2016 y propiedad de la empresa tecnológica china ByteDance, es una red social diseñada para la producción, visualización y difusión de vídeos cortos de hasta 10 minutos de duración. Según la empresa de estudios de mercado *e-marketer-Insider Intelligence*, en 2023 contaba con aproximadamente 908 millones de usuarios mensuales a nivel global (Yuen, 2023). Esta realización y difusión de vídeos cortos es similar a los *reels* de Instagram, mediante el uso de amplias herramientas de edición, filtros, efectos y música que la plataforma ofrece. La plataforma permite dar "me gusta" o comentar los vídeos y responder a otros comentarios de los usuarios, así como seguirlos y ser seguido por ellos. Del mismo modo que Instagram, TikTok permite tener cuentas "públicas" o "abiertas", a las que cualquier usuario puede seguir o visualizar el contenido de dicha cuenta sin restricción alguna; o también, pueden ser "privadas" o "cerradas", donde para poder visualizar el contenido de dicha cuenta es necesario seguirla, para lo que hay que enviar una petición de solicitud de seguimiento de manera previa y que el administrador de la cuenta acepte dicha solicitud.

El algoritmo y la corta durabilidad de los vídeos, además de los elementos como la música y los efectos, permiten a su vez una gran viralidad de los TikToks, aumentada por los desafíos, tendencias o *trends,* que generan la repetición y replicación de estos. Los hashtags o etiquetas, la música o los sonidos de fondo -que funcionan como hipervínculo a modo de hashtag-, permiten acceder al resto de contenido similar que se ha realizado o al resto de contenido de una tendencia concreta. En las observaciones que he realizado en TikTok, debido a la gran cantidad de contenido al que he podido acceder, me he limitado a seleccionar algunos vídeos y tendencias aleatorios, tanto en español como en inglés, que trataran temas como las no-monogamias, las tensiones en torno a la formalización de las relaciones, las fricciones y tensiones en el ámbito sexoafectivo, consejos para ligar o experiencias y consejos en el uso de aplicaciones de citas. Además, algunas de las cuentas de Instagram que había observado,

se replicaban también en perfiles de TikTok, por lo que parte de su contenido se encontraba también en esa red[8].

En segundo lugar, he observado diferentes hilos de la plataforma X, basada en la publicación de mensajes cortos con posibilidad de respuesta por otros usuarios. Antigua Twitter, en 2022 fue adquirida por el magnate Elon Musk y pertenece a la empresa *X Corp*, donde en la actualidad se calcula que cuenta con 600 millones de usuarios mensuales a nivel global (Duarte, 2025). En X también he realizado búsquedas por temáticas, a través de una cuenta vacía mediante la que no daba me gusta ni seguía a usuarios específicos. Como resultado de la arquitectura algorítmica de esta red social, he accedido a mensajes que en mayor medida venían de sectores masculinos y heterosexuales, donde en algunos casos estos mensajes podrían enmarcarse en lo denominado manosfera (Garcia-Mingo et al., 2022): sectores de internet caracterizados por mensajes de corte misógino y contrarios a las políticas y discursos de igualdad y diversidad.

Por último, parte de estas observaciones puntuales las he realizado en foros también. Los tres a los que he recurrido han sido Forocoches, Weloversize y Reddit. En el caso del primero, se trata de un foro de origen español, dirigido eminentemente a un público masculino y heterosexual, y donde en no pocas ocasiones destacan sus mensajes de carácter misógino, LGTBIQfóbico y racista, aunque también es posible acceder a otro tipo de contenido -coches, fútbol, finanzas, etc.-. Weloversize, por otro lado, también de origen español, es el foro de una revista online dirigida a un público femenino, de cierto carácter feminista y que se enmarca en el movimiento *body positive*. En este segundo foro, los debates que me he ido encontrando entre sus diferentes secciones -amor, estilo de vida, sexualidad, belleza, etc.- eran -o parecían- escritos en su mayoría por usuarias mujeres y me han permitido ver una perspectiva más feminizada. Por último, en el caso de Reddit, se trata de un foro internacional de origen estadounidense, pero que tiene la peculiaridad de traducir los diferentes hilos y subforos de manera automática, por lo que a pesar de hacer búsquedas en español en ocasiones me encontraba con hilos de otros países. Este último foro es una amalgama de usuarios que no se podrían encajar en género, orientación sexual o ideología -

[8] Muchas de las personas que se dedican a generar contenido para redes sociales lo hacen de un modo transmedia, de manera que podemos acceder a su contenido a través de diferentes redes sociales. Así, puede que una persona cuelgue un TikTok y luego suba el mismo contenido a Instagram. A su vez, puede compartirlo a través de Twitter. Es común también que se guarde contenido específico únicamente para una red social con el objetivo de ofrecer ese contenido en exclusiva en una red social concreta y obtener más seguidores.

elemento que depende más bien de los subforos mismos-, y tiene también "salas" regionales o por países.

Todas las búsquedas realizadas en foros se han hecho a partir del buscador de Google. Esto es, buscando temas específicos, como "poliamor" + "Reddit" o "poliamor" + "forocoches". De este modo, solo he podido acceder a hilos que estaban en abierto, pues yo en ningún caso he contado con una cuenta de inicio de sesión en ninguno de estos foros, elemento por el cual he realizado meras observaciones y no he interactuado con el contenido ni con otros usuarios.

Aplicaciones de citas

Las aplicaciones de citas o aplicaciones de contacto son plataformas online mediante las que poder ponerse en contacto con otras personas con objetivos sexuales o románticos. Herederas de otro tipo de páginas web similares, y a su vez, éstas herederas de los anuncios de contacto en medios (periódicos, revistas, radios) o incluso las agencias matrimoniales, las aplicaciones para ligar actuales presentan, de manera general, los siguientes elementos: están diseñadas para utilizarlas desde un *smartphone* (aunque algunas es posibles usarlas desde la versión web en un ordenador) y funcionan mediante geolocalización, lo cual tiene unas implicaciones en el concepto del tiempo y del espacio concretas. La posibilidad de presencia casi constante -a menos que los usuarios decidan específicamente *desconectar* de sus usos- por ser utilizadas desde un *smartphone,* así como la posibilidad de la desaparición repentina[9] genera unas temporalidades nuevas. En cuanto a la noción del espacio, en la que podemos observar la distancia[10] a la que se sitúan otros usuarios de nosotros mismos -y los demás usuarios la nuestra-, tiene a su vez sus efectos en las decisiones sobre conexión y desconexión -cuando, cómo y de qué manera nos *conectamos*-. En el capítulo tres desarrollaré en mayor medida las peculiaridades de las aplicaciones de citas, así como las diferentes modalidades y viabilidades que ofrecen dependiendo de su uso en base a si se tienen planes de pago o no, las diferencias de uso de acuerdo con el género o las diferencias de acuerdo con el tipo de búsqueda de contactos que se desea realizar.

El trabajo de campo realizado con las aplicaciones de citas ha sido versátil: por un lado, a las personas entrevistadas en los conversatorios que usaban algún tipo de aplicación para ligar -

[9] También conocido como *ghosting*, consistente en la desaparición online de un contacto, sea porque hayan dejado de respondernos mensajes, nos hayan bloqueado, etc. de manera repentina y sin previo aviso.
[10] El cómo se muestran las distancias difiere según el tipo de *app* de citas y los usos a priori pensados para ellas según el tipo de usuarios que tengan. En algunas la distancia de otros usuarios puede venir recogida en metros y en otras en kilómetros.

o más de una aplicación diferente-, les hacía una serie de preguntas específicas sobre sus usos: experiencias, los objetivos de sus contactos, los momentos de conexión y desconexión, el motivo para utilizar una aplicación concreta en vez de otra, estrategias, los cambios en los usos de la aplicaciones, los motivos y momentos para empezar o dejar de usarlas, sus vivencias en las mismas según diferentes variables -género, clase social, identidad sexual, orientación sexual y relacional, clase social, etc.-, los cambios en las propias aplicaciones en sí, etc.

Por otro lado, también he observado las propias aplicaciones de citas y las he utilizado a su vez para contactar con gente con la que realizar pequeñas entrevistas informales mediante los chats que ofrecen. Para ello, he utilizado tres aplicaciones: *Tinder, OkCupid* y *Bumble,* cada una con particularidades concretas, pero de uso bastante general en España, particularmente en Madrid desde donde he realizado este trabajo de campo. La observación de estas aplicaciones las he realizado en diferentes momentos que pueden verse en la siguiente tabla:

Tabla 3

Aplicaciones de citas analizadas y fechas de las observaciones

	Nombre de la aplicación		
	Tinder	Bumble	OkCupid
Fecha observaciones	Mayo y junio 2020 Julio y agosto 2021 Abril y mayo 2022 Junio 2023	Julio y agosto 2021 Abril y mayo 2022	Junio 2023
	Observaciones puntuales posteriores para comprobar cambios		

Los detalles pormenorizados de las aplicaciones de citas se pueden encontrar en el epígrafe 4 del tercer capítulo del presente trabajo (3.4). Para no alargar el presente apartado, incidiré en que, para el trabajo etnográfico realizado, además de trabajos empíricos previos sobre aplicaciones de citas que he seguido y que he citado en el epígrafe 3.4, a nivel metodológico dos han sido los trabajos relevantes para el análisis de aplicaciones de citas. Por un lado, el realizado por Ben Light et al. (2018), con su propuesta denominada "Walkthrough Method",

que se podría traducir como "método tutorizado". Por otro lado, el realizado por Corey Johnshon et al. (2023) que atiende a una metodología en movimiento para el estudio de aplicaciones. A pesar de que estos textos los encontrara de manera posterior al comienzo de mi trabajo de campo con las aplicaciones, me han sido de gran ayuda para recolectar y sistematizar mejor información etnográfica, así como el atender aquellos aspectos que no había tenido en cuenta al inicio mediante observaciones nuevas. Por otro lado, si bien ambas propuestas se acercan a las aplicaciones de manera genérica, esto es, no se centran únicamente en aplicaciones de citas, parte del corpus de trabajo de estos autores y otros con los que colaboran se centran en gran medida en este tipo de aplicaciones. Además, las otras aplicaciones para móviles que he utilizado en mi análisis -las redes sociales Instagram y TikTok-, no han sido analizadas como *tal*, esto es, como *aplicaciones,* sino que como medio para la recopilación de discursos, interacciones entre usuarios y contenido, e interacciones entre usuarios y creadores de contenido concretos.

Sin embargo, en el caso de las aplicaciones de citas, he realizado un trabajo pormenorizado que también las analiza como *tal*. De este modo, siguiendo las aportaciones de Light et al. (2018), me he centrado en atender aspectos tales como los modos de inicio de sesión, la conexión con otras redes sociales, la gamificación, interfaces, políticas y términos de uso, los modelos de suscripción, las arquitecturas algorítmicas y los rasgos sociotécnicos de las aplicaciones de citas. También he tenido en consideración mi propio conocimiento previo con las aplicaciones, una familiaridad tecnológica (Johnson et al., 2023) que me ha facilitado su análisis y el acercarme a las aplicaciones que no había utilizado de manera previa. De este modo, cuando realizaba entrevistas y preguntaba sobre los usos de aplicaciones, en ocasiones no solo sabía qué preguntar, sino que me permitía compartir experiencias y ver puntos comunes y divergentes en su utilización.

Además, otro aspecto para el análisis de las aplicaciones de citas que he tenido en cuenta, y que precisamente recalcaban Johnson et al. (2023), es la cuestión relativa al movimiento: el movimiento, no solo a la hora de movernos nosotros cuando tenemos un móvil con una aplicación instalada y geolocalizada que se mueve con nosotros; movimiento también en el sentido de cambio, cómo cambian las aplicaciones, cómo se adaptan los diseños y los usos, en una suerte de agencia mediada que de manera regular implica novedades, reformulación de diseños, nuevas restricciones y nuevas posibilidades. Las experiencias generizadas, los modos en los que se reproducen la homogamia o la heteronormatividad, la introducción de nuevos elementos que adquieren relevancia en el espacio público -la posibilidad de establecer el género más allá del binomio hombre/mujer, sistemas de etiquetado, limitaciones en el

número de me gusta, etc.- son elementos relevantes que he tenido en cuenta y que desarrollo en este trabajo.

1.3 El procedimiento de análisis del material recolectado

Los procedimientos de análisis del material cualitativo han sido variados, y se han adaptado en cada caso al material en cuestión. Tal y como recuerda Miguel S. Valles (1999), al hablar de análisis del material cualitativo, muchas veces se hace referencia a toda la serie de procedimientos y técnicas una vez tenidos los datos brutos, sin embargo, esto implica una serie de riesgos, como el de compartimentalizar en exceso el proceso de investigación (Valles, 1999: p. 340). En este sentido, cabe atender al hecho de que el análisis mismo, desde una perspectiva cualitativa, comienza con la recolección de los datos (Valles, 1999), esto es, en el momento de realizar entrevistas o conversatorios o mientras realizamos nuestras observaciones de campo: desde pequeñas anotaciones en un cuaderno a la hora de realizar entrevistas, sobre temas que han llamado la atención y sobre los que se gustaría volver -o preguntar y comentar en las siguientes entrevistas-, a reflexiones que se quedan en el fondo de nuestra mente.

En dicho sentido, el análisis del material recolectado -entrevistas/conversatorios, observaciones realizadas mediante la etnografía digital y la propia selección de relatos y experiencias propias- se ha dado de manera claramente entrelazada, afectándose entre sí. A medida que el trabajo se iba realizando, a medida que se recolectaban datos, los propios datos daban forma y ayudaban a guiar parte de la recolección de los próximos datos, atendiendo a cuestiones que se iban repitiendo o que inicialmente no estaban previstas. Esto ha sido gracias a que las etapas de entrevistas y observación se han dado de manera dilatada en el tiempo, y las aportaciones de las observaciones y las entrevistas enriquecían elementos inicialmente no previstos o no tomados en cuenta y que se tomaban en consideración en las etapas próximas del proceso. Esto es, si bien ha habido una definición de objetivos inicial y un guion de entrevistas, el propio proceso inductivo del análisis de datos de manera progresiva ha hecho mella y dirigido parte del proceso metodológico y, por ello, relato estos procedimientos de análisis del diferente material en un apartado conjunto.

En el caso de las entrevistas en profundidad o conversatorios, ya he mencionado cómo el guion de entrevista inicial con el tiempo y su uso se volvió maleable y plástico, adaptable y

tomado de manera indirecta, en vez de ser seguido a pies juntillas, algo que podría haber restado oralidad y ritmo a las conversaciones y a las experiencias de las personas informantes. Esta conversión del guion de entrevista -estricto- en áreas temáticas guiadas por la experiencia de las personas informantes y las observaciones que yo misma iba realizando, eran resultado de un proceso de análisis inicial. Ello fue fruto de que, en primer lugar, hice una suerte de codificación abierta en forma de anotaciones en mi propio cuaderno de campo *in situ*, durante los propios procesos de entrevista. De manera cuidadosa, para no molestar o incomodar a las personas con las que conversaba, indicaba que iba apuntando temas que comentaban que me parecían interesantes, para de manera posterior, al volver sobre el material oral grabado, prestar especial atención a dichos aspectos.

En una siguiente etapa, realizaba las transcripciones de las entrevistas, de manera general a los pocos días de haberlas realizado, aunque ello también dependía de la disponibilidad que para tal tarea tenía y lo tedioso y cansado del trabajo de transcripción. Cuando realizaba una transcripción, en un primer momento subrayaba los elementos destacados de las entrevistas, recalcando y prestando atención a los elementos que había ido anotando junto a mi cuaderno de campo durante las entrevistas, pero también intentando atender a otras cuestiones que a lo largo de los conversatorios se me habían podido escapar. Posteriormente, realizaba anotaciones en los márgenes de las diferentes respuestas que sintetizaran más o menos la idea general de la que trataba cada apartado: *[infidelidad]*, *[género], [aplicaciones de citas], [sexo casual], [malestares]*, *[búsqueda de pareja]*, *[redes sociales],* etc. son ejemplos de las etiquetas que iba colocando en una primera versión. Esto es, se trataba de un proceso en gran parte inductivo, que frente a los primeros textos me obligaba a pensar qué elementos tocaban diferentes partes de un relato. A medida que las transcripciones se iban realizando, iba guardando algunos elementos que apreciaba que se podían repetir y que me ayudaban a sacar temas en las próximas entrevistas y que quizá no salían por sí mismas, o, al contrario, apreciaba de qué modo estas cuestiones eran relatadas por las personas informantes sin tener que preguntar por ellas de manera explícita.

Una vez finalizadas las entrevistas, con todas ellas transcritas y el trabajo de codificación abierta realizado, y siguiendo el método aprendido del profesor Miguel S. Valles en su asignatura *Métodos y Técnicas de Investigación Social Cualitativos* en el Grado de Sociología, comencé a "destripar" los textos. Esto es, tomaba los códigos asociados a diferentes frases, e iba agrupando dichos fragmentos según los códigos y etiquetas junto al nombre de la persona entrevistada. De este modo, podía acceder de manera centralizada a diferentes posiciones y experiencias sobre temáticas concretas que aportaban las diferentes personas

informantes. Al mismo tiempo, muchos de estos fragmentos se veían repetidos junto a otros códigos, en tanto que tocaban más de un tema o se veían necesariamente relacionados con otra área. Por ejemplo, *[sexo casual*] en el caso de algunas personas podía venir asociado a la sensación *[vacío]*, pero también a *[divertimiento]*, y muchas veces esos tres elementos se interrelacionaban en los discursos de las mismas personas, no como posiciones antagónicas sino como parte de la complejidad emocional de las experiencias humanas, que son poliédricas y plásticas. Este trabajo de codificación y estructuración temática se realizó manualmente en archivos de *Microsoft Word*, sin utilizar programas informáticos especializados para el análisis cualitativo, una suerte de trabajo artesanal debido a que, en primer lugar, no contaba con los conocimientos adecuados como para la utilización de dichos programas y, por otro lado, debido a que el volumen de entrevistas era suficientemente manejable como para realizarlo "manualmente" por mi cuenta.

Por otro lado, inspirada por la metodología y las recomendaciones de la investigadora Irene Sabaté, con la cual compartí panel en el *I Congreso de Antropología Feminista* celebrado en Donostia en junio de 2022, volví a escuchar en varias ocasiones los audios de los conversatorios/entrevistas una vez realizado el trabajo de codificación y de reestructuración temática. La utilidad de esta tarea radicaba en la necesidad de volver a dar voz a las personas informantes, dado que podían haber llegado a pasar dos o tres años desde la transcripción, codificación y estructuración de diferentes fragmentos hasta la escritura del manuscrito final, y se volvía necesario volver a contextualizar dichos apartados en las experiencias de las personas entrevistadas, en algunas ocasiones obligándome a alargar los fragmentos inicialmente seleccionados con más aportaciones realizadas por estas personas.

Por otro lado, en cuanto a las entrevistas de carácter más informal a través de las aplicaciones de contacto, estas no venían estructuradas en base a un guion, si bien contaba con una serie de preguntas que iba repitiendo de manera más o menos similar a las personas con las que conseguía contactar. Posteriormente realizaba capturas de pantalla mediante mi móvil e iba anotando las ideas surgidas -sobre la experiencia de uso de las aplicaciones concretas, sobre motivaciones para usarlas o malestares, etc.- en un cuaderno de campo. Muchas de estas cuestiones las ponía en interrelación con mis propias entrevistas en profundidad: allí donde las personas de los conversatorios que utilizaban aplicaciones para ligar aportaban algunas cuestiones relacionadas con su uso, me ayudaban a dirigir algunas preguntas o cuestiones a través de las aplicaciones, y viceversa, del mismo modo que también mi familiaridad tecnológica y experiencia (Johnson et al., 2023) en el uso de estas aplicaciones ayudaban a dirigir ciertas preguntas y cuestiones. Las respuestas de estas entrevistas de carácter más

informal no las transcribía directamente, sino que, a partir de las capturas, realizaba el trabajo de codificación de manera más general y abierta en mi cuaderno de campo, y recurrentemente volvía sobre las capturas para volver a contextualizarlas. Del mismo modo, las posibilidades que ofrecían las aplicaciones de contacto según su diseño y utilidades eran anotadas y registradas en un cuaderno de campo, que se iba nutriendo en las diversas observaciones que se realizaban de dichas aplicaciones a lo largo del tiempo y donde se apreciaban las diferencias en los cambios y actualizaciones que estas aplicaciones recogían, junto con los recuerdos que conservaba de cuando utilizaba de manera personal estas aplicaciones años atrás.

En cuanto al material recolectado de cuentas de *coach, influencers* y creadores de contenido en redes sociales sobre el ámbito sexoafectivo, el análisis del material se realizó, en primer lugar, a partir de la observación continuada y anotación de los temas recurrentes que se trataban en cada cuenta en el cuaderno de campo. Este tipo de observaciones se realizaban de manera mucho más constante, debido a que utilizaba mis propias redes sociales y su diseño algorítmico hacía que este tipo de contenido apareciera de manera prioritaria para su visualización, por lo que cada vez que abría mis redes sociales, de una manera u otra volvía a aparecer este tipo de material de las diversas cuentas que estaba siguiendo. Inicialmente, observé tres patrones o categorías más generales que se referían a tres tipos de cuentas: aquellas dedicadas a publicitar contenido sobre no-monogamias, y que necesariamente tenían cierto trasfondo más "activista" o centrado en su difusión; en segundo lugar, aquellas sobre el ámbito sexoafectivo creadas por *coach* y terapeutas y dirigidas a un público femenino; en último lugar, el contenido sobre materia sexoafectiva dirigido a público masculino de manera general, que en este trabajo se ha materializado en la observación y análisis de una única cuenta y que fue resultado de una búsqueda explícita para comparar los discursos que se dirigían a públicos femeninos con aquellos que se dirigen a aquellos masculinos. Las observaciones iniciales, obligatoriamente, llevaron a una suerte de primer análisis: al comenzar a observar algunas cuentas, con el tiempo fui añadiendo otras, intentando recopilar una mayor variedad de discursos.

A partir de capturas y grabaciones de pantalla, así como mediante las herramientas propias que las redes sociales ofrecen para guardar publicaciones, fui haciendo acopio de las publicaciones que en parte se relacionaban con los objetivos de este trabajo, temáticas que quizá no había previsto y que me parecían interesantes porque se iban repitiendo, o elementos que se entrelazaban con el resto de las observaciones y con las entrevistas que realizaba. En mi cuaderno de campo iba anotando de manera genérica parte de las reflexiones e ideas que extraía de cada cuenta, a la vez que, en un documento de *Microsoft Word* anotaba

enlaces al contenido y las capturas de pantalla, o frases destacadas que extraía de este material. De este modo, iba codificando el material de manera similar a como lo hacía con las entrevistas/conversatorios, y en ocasiones enfrentaba diferentes discursos sobre la misma temática y codificación siguiendo variables como el género, que como se apreciará en este trabajo, cobraba gran relevancia en estos discursos, especialmente en aquellos del *coaching* en materia sexoafectiva. Este trabajo de codificación y análisis también me ayudó a identificar las intersecciones entre el activismo y difusión sobre no-monogamias y c*oaching*,

Al igual que realicé con las entrevistas, a pesar de tener el material organizado, "destripado", codificado y catalogado, en muchas ocasiones volvía sobre el material original -vídeos y diferentes publicaciones- para volver a observarlo en su estado "bruto" y no quedarme únicamente con la estructuración que había realizado ante el riesgo de que pudiera quedar descontextualizado. Además, al volver sobre las publicaciones originales, podía apreciar si se habían creado o no nuevos debates en las secciones de comentarios, donde las audiencias podían poner en cuestión, reflexionar o debatir sobre el contenido de las publicaciones.

El cuaderno de campo como herramienta para el análisis

Si bien la mayoría de este trabajo de análisis lo he realizado sobre documentos de *Microsoft Word,* dadas las posibilidades que me ofrecía a la hora de plasmar y organizar información, crear tablas, incorporar enlaces, pegar imágenes, subrayar y reorganizar el material, tanto para el trabajo de recolección de datos como para su análisis se ha vuelto indispensable mi cuaderno de campo. Desde mi época de estudiante de grado siempre tuve la costumbre de tomar apuntes a mano, hecho que me permitía ser esquemática y ágil, y que con el tiempo se ha vuelto costumbre. Al iniciar la tesis doctoral, tendía a tomar anotaciones sobre observaciones y reflexiones en hojas sueltas, y rápidamente fui consciente de la necesidad de tener un cuaderno físico, lo suficientemente extenso pero que no tuviera grandes dimensiones, como para tener todas mis anotaciones centralizadas y poder llevarlo a diario allí donde yo fuera. En 2021 compré en un bazar de mi barrio un cuaderno que todavía hoy me acompaña, pero cuyas páginas ya se agotan. Tal y como indicaba C. Wright Mills (1959/1993), la artesanía intelectual requiere de un trabajo de reflexión constante y la necesidad de ir anotando dichas reflexiones junto con las observaciones que realizamos y nuestras propias experiencias, y así poder alcanzar una metodología que se nos acople a nosotros mismos. En mi cuaderno de campo he ido anotando observaciones realizadas en los conversatorios y en las observaciones digitales, las primeras codificaciones, reflexiones

sobre mi objeto de estudio y mis propias experiencias -funcionando, en ocasiones, a modo de diario personal-, resúmenes de publicaciones científicas y de parte de mi bibliografía, esquemas sobre cómo organizar diferentes apartados de este trabajo, etc. En ocasiones también se han entremezclado listas de la compra y tareas diarias por hacer. El cuaderno me acompaña siempre junto al ordenador, pero también cuando viajo en transporte público o en salas de espera, momentos idóneos en los que se aprovecha para releer lo previamente apuntado y para anotar nuevas reflexiones. Por ello, el cuaderno es muestra también de cómo el análisis comienza desde la recolección de datos misma (Valles, 1999), desde la esquematización del contenido de un artículo científico al que accedo y que intento poner en interrelación con mis observaciones de campo o cuando plasmo una experiencia propia que intenta comunicarse con el resto de los elementos presentes a lo largo de las páginas. Probablemente haya sido la herramienta metodológica más útil a lo largo de estos años, un laboratorio móvil al que me he aferrado a lo largo de este proceso metodológico.

1.4 Consideraciones éticas

Conviene realizar un apartado en el que desarrolle las consideraciones éticas respecto del trabajo de campo efectuado. Por un lado, en cuanto a las entrevistas/conversatorios realizados, todas ellas contaron con el debido consentimiento informado, y he anonimizado a las personas entrevistadas con el objetivo de que no fueran reconocibles. Por un lado, he cambiado sus nombres originales -recogidos en la Tabla 1-, he agrupado sus edades y en los verbatim destacados del presente trabajo he anonimizado cualquier dato que pudieran aportar: nombres suyos o de otras personas o nombres de ciudades, por ejemplo.

En cuanto a la investigación realizada mediante la etnografía digital, las consideraciones éticas han requerido de una gran reflexión por los motivos que ahora relato. De manera general, me he guiado por la guía ética de AOIR -la Asociación de Investigadores de Internet- (franzke et al., 2020) que, más que una guía estricta sobre los modos éticos de investigación, constituye un documento reflexivo que tiene en cuenta diferentes aspectos que pueden ir surgiendo a medida que se trabaja en medios online y las recomendaciones al respecto.

Por norma general, la guía de AOIR (franzke et al., 2020) recomienda el consentimiento informado y el cuidado de no exponer información que pueda dañar a las personas que

producen contenido que investigamos en internet, teniendo en consideración de manera especial aquel contenido que se presupone, aunque público, de alguna manera privado. Estos límites entre lo público y lo privado son muy porosos al hablar de internet, en tanto que podemos acceder a información de manera abierta pero que, en ocasiones, es una pequeña burbuja para diferentes usuarios. Por ejemplo, debemos tener en cuenta peligros sobre la exposición de un blog personal que, aunque esté en abierto, sea poco seguido y toque temas sensibles -suicidio, enfermedades mentales, experiencias sexuales, actos delictivos, etc.-; imágenes o cuentas de redes sociales que muestren menores de edad o producidas por menores en abierto; nombrar los nombres de usuarios que realizan comentarios en una publicación, etc. Las posibilidades son infinitas.

En primer lugar, como ya he relatado en el apartado dedicado a Instagram, mi primer conflicto fue el relativo sobre si citar a los creadores de contenido cuyos discursos analizaba en esta red social. Las cuentas que yo he analizado se pueden agrupar en varias categorías y todas eran "públicas" o "abiertas". Por un lado, están aquellas cuentas que se dedican a divulgar contenido sobre no-monogamias desde una perspectiva activista, y que suelen realizar infografías, fanzines o colaboran también con otros medios. También existen algunas de estas cuentas dedicadas a no-monogamias, que además de hacer trabajo de divulgación, generan algún tipo de actividad empresarial o comercial: acompañamientos, terapia, *coaching*, talleres, etc. En tercer lugar, están las cuentas de *coach* y terapeutas, fuera del marco de las no-monogamias, que realizan una actividad empresarial y las redes sociales son un espacio más de la promoción de su contenido. Algunas de estas cuentas han aumentado considerablemente sus seguidores a lo largo de los años que las he seguido para mis observaciones, llegando a triplicar o cuadruplicar sus seguidores, adquiriendo relevancia y donde algunos de estos productores de contenido han ampliado sus fronteras más allá de la red social y han colaborado con medios de comunicación.

Mi trabajo con estas cuentas ha consistido en analizar los discursos que reproducían, así como el tipo de contenido que han compartido. Todas las cuentas eran públicas, estaban en abierto y buscaban adquirir visibilidad de una manera u otra -por activismo o por motivos empresariales-, donde además se ha de tener en cuenta la mayoría de edad de todos estos creadores de contenido. A todas las cuentas analizadas les escribí, mediante un mensaje privado, informándoles de la realización de este trabajo y solicitándoles permiso para ser citadas.

Las cuentas que contaban con menos seguidores eran las enmarcadas en el activismo de las no-monogamia; sin embargo, todas ellas me dieron permiso para nombrarlas y con varias de estas personas tuve también largas charlas mediante mensaje privado sobre la temática de este trabajo. Las dos únicas cuentas que no me respondieron los mensajes sobre consentimiento informado cuentan con más de 400.000 seguidores y generan contenido de manera transmedia y colaboran también con otros medios, además de caracterizarse por su actividad empresarial. Por este motivo, me decidí a poner en abierto los nombres de todas las cuentas: no tratan de información personal delicada que pueda ponerles en riesgo y, desde mi perspectiva, mi trabajo en este aspecto se parece más a analizar un producto cultural o una empresa.

No todas las cuentas han sido analizadas con el mismo nivel de atención. Por ejemplo, en el caso de aquellas que tratan sobre no-monogamias, me he limitado a sumar discursos más o menos similares en el capítulo cinco. Sin embargo, aquellas cuentas dedicadas al *coaching* en materia sexoafectiva han sido analizadas individualmente, por tratarse de una menor cantidad de cuentas, porque son grandes productos empresariales y porque me interesaba de manera específica este tipo de productos que parecían dirigirse a un público general.

Continuando con las observaciones etnográficas en entornos online, he decidido anonimizar los nombres de los usuarios que realizaban comentarios en diferentes medios: desde aquellos que realizaban comentarios en publicaciones de las redes sociales analizadas, o aquellos que escribían publicaciones concretas en X, así como los de los foros. En algunos casos, he puesto hipervínculos a los hilos de los foros, pero solo en aquellos casos en los que se trataba de largos hilos o temas donde muchos usuarios participaban y a los que era fácil acceder. Sin embargo, he tenido el cuidado de no nombrar a ningún usuario en este trabajo.

Por último, en lo que respecta a las aplicaciones de citas, también he guardado el anonimato de todos los usuarios con los que he hablado, y he ido mencionando las cuestiones de las que me hablaban sobre la marcha, así como el contenido que me encontraba en las descripciones de los usuarios en sus perfiles o el tipo de fotografías que utilizaban. Esto es, recurro frecuentemente a fórmulas tales como "algunos hombres con los que he hablado muestran incomodidad respecto de tales aspectos", "es común encontrarse fotografías de esta índole", etc.

Las capturas de pantalla e información más completa sobre lo observado, que aquí aparece de manera anónima y que he utilizado para mi trabajo de campo, no van a ser compartidas

en ningún caso. Queda en manos de los lectores la confianza sobre la veracidad de lo relatado en dicho aspecto.

2. La concepción hegemónica del género en la actualidad y su relación con las vinculaciones sexoafectivas

Entender y analizar los cambios en las relaciones sexoafectivas, implica, en primer lugar, aproximarnos al género. En el caso de nuestro modelo occidental binario y jerarquizado -hombres y mujeres-, el género ha sido el vehículo desde el que se ha regulado el modelo normativo de emparejamiento, donde la heterosexualidad -más allá de la mera práctica sexual entre hombres y mujeres- ha funcionado como norma y sistema tal y como han mencionado autoras como Monigue Wittig (1992/2006), un sistema político que trasciende la idea de la mera orientación sexual. En consonancia con un orden social concreto a partir de la Modernidad, de la construcción de los Estados-nación y del desarrollo del capitalismo y de las sociedades industriales, se construye un sistema de esferas separadas de hombres y mujeres, que obedece a una división sexual del trabajo y una estratificación de la jerarquía sexual (Rubin 1984/1989), donde la monogamia y la heterosexualidad funcionan como piedras angulares. Los ideales de masculinidad y feminidad hegemónicos que nacen de estos procesos se han enfrentado a desplazamientos como resultado de diversos cambios sociales, sin embargo, se siguen reestableciendo las asimetrías y jerarquías que las caracterizan.

El género debe entenderse como lugar de ordenamiento de los cuerpos sexuados, como espacio de estructura de la práctica social que obedece a un momento histórico concreto y que se formula de manera relacional (Butler, 1990/2007; Connell 1995/2015; Casado 2003). En el modelo dicotómico occidental, el género es un producto social imbricado con la dualidad sexual de los pares biológicos macho/hembra, pero al mismo tiempo, es la concepción dicotómica del género la que produce la separación sexual y normativiza también la adecuación y la inadecuación de los cuerpos. El sexo hace al género, pero el género también hace al sexo (Butler, 1990/2007). El binarismo social que se constituye en el modelo explicativo occidental por opuestos (naturaleza/cultura, civilización/barbarie, hombre/mujer), se traslada así también a las explicaciones científicas biológicas, desarrolladas a partir del siglo XIX y extendidas de manera destacada con el cambio al siglo XX en contextos occidentales (Bock, 1991), intentando encajar la amplia variedad de los cuerpos en dos únicas categorías sexuadas y biológicamente opuestas (Fausto-Sterling, 1998, 2000; Haraway, 1995).

Esta construcción dicotómica del género se plantea, de este modo, como ejercicio de naturalización (Butler, 1990/2007), de lugar con el que dotar de una serie de características, antagónicas y complementarias, a los cuerpos sexuados. De este modo, el género, en tanto que performativo, cristaliza (Butler, 1997/2004) una serie de atributos y capacidades a los cuerpos, en una ficción que simula una suerte de esencias, que identifican lo propio de los hombres y de las mujeres. Así, la masculinidad y la feminidad hegemónicas se constituyen como los modelos ideales de comportamiento y de ejercer el género; alejarse de los modelos normativos de masculinidad y feminidad establecidos en cada momento implica una suerte de castigo, necesidad de corrección y señalamiento por desviación de lo esperado.

De este modo, el género, en un proceso iterativo, se construye continuamente mediante la repetición de un modelo sin original (Butler, 1990/2007), en una suerte de movimiento coreográfico repetitivo, aunque imperfecto y relacional, parte de los momentos sociohistóricos concretos, y de otros elementos y variables socioestructurales, como pueden serlo la raza y la clase.

Podría decirse que el género, siguiendo lo indicado por Sandra Harding (1996), opera mediante tres aspectos o procesos interdependientes entre sí, pero que, al mismo tiempo, mantienen cierta autonomía: en primer lugar, el totemismo o simbolismo de género, referido la asignación de "metáforas dualistas de género a diversas dicotomías percibidas que no suelen tener mucho que ver con las diferencias de sexo" (Harding, 1996: p. 17), esto es, el género en tanto que conjunto de sentidos, estereotipos y definiciones acerca de lo masculino y lo femenino, de lo propio de hombres y de mujeres. En segundo lugar, la estructura de género o el género como criterio de estratificación social, referido a la división sexual de trabajo y que es consecuencia de "recurrir a estos dualismos de género para organizar la actividad social, de dividir las actividades sociales necesarias entre diferentes grupos de seres humanos" (Harding, 1996: p. 17), con un desigual reparto de roles, privilegios y desventajas. En tercer lugar, el género como subjetividad o el género individual (Harding, 1996: p.17), en tanto que identidad individual socialmente construida, identidad encarnada, actuada y negociada por distintos hombres y mujeres. En estos aspectos se aprecian la pluralidad y diversidad, también conflictiva, de los sentidos y encarnaciones de género, así como el carácter relacional y coreográfico del género, entre varones y mujeres, entre personas e instituciones, y entre personas y objetos y tecnologías que operan como tecnologías de género (Lauretis, 1996).

En este modelo dicotómico de hombres y mujeres, asimétrico y jerarquizado, donde operan atributos antagónicos de unos y otras y se complementan, se construye todo un ordenamiento social. La configuración de este ordenamiento social, además, se ha basado en una estricta dicotomía de los roles sexuales, donde el trabajo reproductivo -cuidados, mantenimiento de vínculos, etc.-, clave para la supervivencia de la comunidad, ha recaído sobre las mujeres, volviéndose un trabajo minusvalorado en el caso de ellas y permitiendo la individualización de los hombres al independizarse estas tareas (Hernando, 2012) así como el desarrollo del mandato e ideal de autonomía masculina (Connell, 1995/2015; García, 2010).

El matrimonio con fines reproductivos, mediante la monogamia y la heterosexualidad obligatoria (Rubin, 1975/1986), han sido, en la construcción de la modernidad occidental, los vértices sobre los que se han constituido una manera de organizar las familias y las sociedades en su conjunto. La heterosexualidad y la monogamia se vuelven de este modo sistemas (Vasallo, 2018; Wittig, 1992/2006) de organización, tanto del género como de las sociedades. Mediante esta unión heterosexual y monógama, la jerarquía del género se corresponde también con una división sexual del trabajo, donde ellos se encargarían del espacio productivo y ellas del reproductivo, división también naturalizada mediante las características atribuidas a los sexos como propias de ellos. Esta división sexual del trabajo, dentro de los contornos de la Modernidad y la creación del trabajo asalariado, implica también un ahondamiento en la jerarquía entre varones y mujeres, en tanto que serían ellos los sujetos destinados a percibir un salario, y ellas a dedicarse al trabajo reproductivo o a trabajar por menores salarios.

Sin embargo, a pesar de que el modelo normativo moderno señale la adecuación de una masculinidad y una feminidad concretas, con sus propias subjetividades, y un modelo de deseo heterosexual y el matrimonio monógamo, ello no implica que las prácticas de las personas hayan sido tales de manera necesaria. A lo largo del siglo XIX, momento en el que se establece la ideología burguesa de las esferas separadas entre lo público y lo privado, lo femenino y lo masculino, es cuando hombres y mujeres empiezan a mostrarse como radicalmente diferentes (Connell, 1995/2015: p. 102) y se establecen una serie de normas y políticas homogeneizadoras de los modelos normativos de género y sexualidad modernos (Weeks, 1981/2018; Donzelot, 1977/2008; Foucault, 1978). Esta nueva ideología burguesa decimonónica -y sus modelos de masculinidad, feminidad, sexualidad y familia- es el resultado de un largo proceso de transformación que se da en Europa a lo largo de la constitución de la modernidad, en el paso de las sociedades tradicionales a las modernas,

entre los siglos XV y XVIII (Elias, 1987, citado por García, 2010). Por otro lado, el movimiento del amor, desde el espacio dedicado a Dios y la vecindad, hacia el seno de las relaciones y del matrimonio, en forma de amor romántico (Coontz, 2006) también supone a partir de los siglos XVIII y XIX, un pegamento e ideología que une a hombres y a mujeres, y que refuerzan las uniones heterosexuales y jerárquicas, bajo un halo místico y una fuerza irrefrenable de sentimientos (Herrera, 2015, 2020). La unión heterosexual, de ese modo, queda bendecida por el amor romántico, que se articula también de manera generizada, afectando y actuando de manera desigual sobre hombres y mujeres.

Es también a lo largo del proceso de construcción de la modernidad que la ciencia adquiere centralidad, donde frente a la costumbre cultural y a la religión, la observación científica y el desarrollo del método científico adquieren la capacidad para señalar la "verdad" de las cosas (Shapin y Schaffer, 1985/2005). Esta ciencia no se aleja tampoco de los prejuicios, creencias e ideologías sobre el género, la sexualidad "correcta", la raza o la clase social. El científico se vuelve así un testigo modesto (Haraway, 2004), de manera que, desde la mirada del hombre blanco, de clase media y occidental, establece el estándar de neutralidad que señala como desviaciones y enfermedades todos aquellos comportamientos y prácticas que se alejan del modelo normativo burgués que opera de manera consonante a la organización social y a sus instituciones. De esta manera, se acotan los modelos de lo adecuado y lo inadecuado, lo natural y lo desviado, lo sano y lo enfermo, también en términos de género y sexualidad, desde una perspectiva científica (Fausto-Sterling, 2000).

Por ello, en el proyecto burgués, capitalista, colonial y heteropatriarcal, desarrollado de manera destacada a partir del siglo XIX, las políticas sobre la sexualidad y el género se dedican a intentar homogeneizar y universalizar una serie de modelos normativos, a la vez que, a señalar, singularizándolos, aquellos que se salen de dicho modelo. Es en este proceso que se identifican enfermedades como la histeria, en el caso de las mujeres que no cumplen con las normas de lo que la feminidad exige; la creación de conceptos como homosexualidad, promiscuidad, etc. que señalan comportamientos desviados de las normas sociales en calidad de enfermedades. Se genera una gran preocupación por los modelos de vida de las clases obreras que no se adecuaban a los modelos burgueses del matrimonio y la familia, desde una perspectiva de la higiene social y que resulta en determinadas políticas, como el desarrollo de leyes sobre higiene social en el caso de la Inglaterra victoriana (Weeks, 1981/2018), el forzamiento al matrimonio (Donzelot, 1977/2008) o el internamiento en psiquiátricos (Foucault 2005; García Puig, 2023), entre muchos otros ejemplos a lo largo de los países occidentales y sus colonias.

Desde la segunda mitad del siglo XX, diferentes movimientos sociales -como el caso de los movimientos feministas y los de liberación sexual- así como una serie de transformaciones económicas -el advenimiento del neoliberalismo, la extensión del trabajo asalariado a las mujeres de todas las clases sociales, más allá de las de clase obrera, con el declive del modelo del varón sustentador-, y transformaciones sociales -progresiva toma del espacio público por parte de las mujeres-, generan un nuevo caldo de cultivo que implica una serie de rupturas y continuidades con las realidades anteriores. En una nueva era que pregona la igualdad de oportunidades (IDO) como paradigma, nos encontramos ante una realidad en Occidente que presupone la igualdad entre hombres y mujeres, entre clases sociales y razas, pero que, sin embargo, reestabiliza ciertas desigualdades y las acota, y las dirige en muchas ocasiones hacia la figura del individuo y su capacidad de agencia.

A lo largo de este capítulo me centraré en observar los cambios acaecidos en lo referido al género y su relación con la sexualidad, para entender el paradigma y contexto del que se parte en este trabajo de investigación. De este modo, se pretende poder observar los cambios y cuestionamientos acaecidos en el seno de la monogamia en nuestro contexto contemporáneo, en el que además se sitúa la nueva sociedad digital. Así, se espera poder problematizar, desde una atenta mirada al género de manera interseccional, los cambios sociales en materia de sexualidad en la actualidad.

2.1 Los mandatos de masculinidad y feminidad en la actualidad

2.1.1 El mandato de masculinidad

En un modelo de ordenamiento jerarquizado entre la masculinidad y la feminidad, cabría describir qué elementos -por opuestos- se asocian a una y a otra, y qué sería aquello que nos hace hombres y mujeres de una manera hegemónica en la actualidad. Siguiendo a Raewyn Connell (1995/2015), la masculinidad y la feminidad son conceptos relacionales, no pueden existir el uno sin el otro en tanto que oposición, y las propias palabras "masculino" y "femenino" nos muestran la normatividad de lo deseable: se puede ser masculino o no, se puede ser femenina o no, son un punto al que llegar y que opera, de manera interna, entre el conjunto de hombres y el conjunto de mujeres (Connell 1995/2015: p. 104).

Antonio García (2010) propone la definición del ideal de la masculinidad como la "construcción de un vacío" (p. 61). Esto es, la masculinidad se presenta como "lo neutro", una neutralidad que va asociada a la idea moderna de individuo, como un sujeto

independiente y autosuficiente. Como García (2010) indica, la masculinidad moderna es parte de los resultados de grandes transformaciones sociales desarrolladas en Europa durante los siglos XV a XVIII (Elias, 1987 citado por García, 2010). La masculinidad, de este modo, se construye sobre la noción de individualidad moderna, que presupone la creencia de la diferencia individual y la agencia personal (Connell, 1995/2015: pp. 101-102). La noción relativa al vacío viene dada precisamente por una identificación de lo universal con lo masculino: el ser humano, el ciudadano, se definió a partir de los sujetos masculinos, con el reconocimiento en el pensamiento ilustrado de que solo los varones blancos, en tanto que racionales, eran aquellos susceptibles de firmar el contrato social de la ciudadanía y la humanidad plena, de ahí la noción de vacío al referirse a la masculinidad. Además, lo masculino se constituye por oposición a lo femenino y en negativo (García, 2010; Connell, 1995/2015; Harding, 1996): lo masculino es aquello que no es femenino o afeminado, tampoco lo que es infantil o dependiente.

Por tanto, se puede observar que es un producto histórico reciente, y que los valores de la masculinidad y su forma, en tanto que neutra, van en consonancia con los valores modernos del Estado-nación, y que responden al modelo de hombre de clase media, con propiedades, y blanco, dentro de un régimen colonial. Para ello, es útil el concepto de "masculinidad hegemónica":

> 'La masculinidad hegemónica' no es un tipo de personalidad fija, siempre igual en todas partes. Se trata más bien de la masculinidad que ocupa la posición hegemónica en un modelo dado de las relaciones de género, posición que siempre es discutible. (…) puede definirse como la configuración de la práctica de género que incorpora la respuesta aceptada, en un momento específico, al problema de la legitimidad del patriarcado, lo que garantiza (o se considera que garantiza) la posición dominante de los hombres y la subordinación de las mujeres.
>
> (Connell, 1995/2015: p. 112).

¿En qué consiste esa masculinidad hegemónica actual? Recurriendo a Moose (2000), García (2010) explica cómo, a lo largo de la Europa del siglo XIX y primera mitad del siglo XX, puede observarse cierto estándar unificado sobre lo que un hombre debe ser (pp. 64-65): un sujeto responsable y autocontrolado -traduciendo la idea de honor masculino medieval-, un individuo activo, autónomo y racional (en oposición a la pasividad, dependencia y

emocionalidad atribuidas a las mujeres y a lo femenino). Sin embargo, en tanto que la masculinidad es una cualidad que se debe alcanzar o que se puede perder (Connell, 1995/2015), y se construye como un neutro en oposición a la feminidad o a las masculinidades "menos masculinas" (ancianos, niños, enfermos, "afeminados", etc.), requiere de un ejercicio constante de oposición y exposición. Alejarse de aquello que se caracteriza como no-masculino y exaltar aquello que se asocia con lo masculino en caso de necesitarlo como proceso de reafirmación. Este hecho trae consigo efectos como la homofobia, en tanto que la homosexualidad masculina se aprecia afeminada, elemento novedoso en la construcción de la masculinidad hegemónica moderna: las prácticas homoeróticas entre varones, en su recorrido histórico, no habían sido tildadas de afeminadas -o asociadas a personas afeminadas- hasta la definición del homosexual como un tipo de sujeto concreto a lo largo del XIX (Foucault, 1978; Weeks, 1981/2018). Estos hechos nos demuestran también la funcionalidad de la heterosexualidad como sistema que define y ordena el género y sus preceptos (Wittig 1992/2006), más allá de la mera práctica sexual y deseo entre varones y mujeres.

Como la masculinidad adquiere el ideal de ciudadanía democrática burguesa y lo neutraliza (García, 2010: p. 66), todo lo demás viene como un género marcado. Todavía hoy en día, al hablar de género, en la mente de muchas personas se enciende la alerta de que lo que se está hablando es "de mujeres" o "de personas trans", etc. Precisamente, el borrado de la masculinidad y su muestra como lo universal y no-marcado, ha conseguido que pensemos en los hombres como seres sin género, en un proceso que llega hasta nuestros días.

Sin embargo, las dinámicas de la masculinidad y los modelos de hombría también se han desplazado como consecuencia de los acontecimientos de las últimas décadas, como la propugnación de una mayor igualdad y la exposición de los privilegios masculinos de la mano de movimientos sociales -feminismos, liberación sexual, derechos civiles, etc.- que se producen en la segunda mitad del siglo XX (García, 2010: p.70). De una hombría de honor, que se deriva del orden social patriarcal y donde encontramos una clara superioridad masculina: una autoridad reconocida y respetada en la configuración social, la figura del *pater familias*, que podemos identificar de manera clara en el modelo de masculinidad franquista en el caso español (García 2010: p. 70-71), y donde tiene la autoridad para reprimir y corregir a aquellos y aquellas que se salen de la normatividad asociada a su género (García, 2010: p.71; hooks, 2021), se transita a un nuevo tipo de masculinidad propia de una sociedad donde se promulga la igualdad de oportunidades. Los cambios en relación con esta nueva "era de igualdad" suponen la apertura y disponibilidad de más modelos de encarnar la feminidad

(Casado, 2003) y, en el caso de la masculinidad, si bien son más amplios, esta pluralidad de modelos sigue siendo limitada (García, 2010).

Con continuidades y discontinuidades, la expresión de la hombría como respuesta se desplaza hacia la masculinidad del orgullo (García, 2010: p. 71). Si bien el modelo hegemónico sigue siendo el mismo, tras perder su posición de jerarquía social reconocida, esta masculinidad del orgullo se caracterizaría por estar dotada de mucha expresión y compulsividad -hinchas de fútbol, velocidad, riesgo, humillación, etc.-, especialmente destacada en etapas de la juventud donde se construye la identidad.

En tanto que el género está en constante construcción y articulación (Butler, 1990/2007) y si bien el modelo de hombría de orgullo es la manera exaltada de la masculinidad actual, el abanico de modelos desde los que acercarse o encarnar la masculinidad sigue multiplicándose y enredándose. Por un lado, un concepto clave para el análisis, que regularmente se ha utilizado en el caso de las representaciones de la feminidad, es el de "posfeminismo". El modelo de feminidad posfeminista que se configura es aquel que asume las condiciones de igualdad entre hombres y mujeres tras las luchas feministas del siglo XX, y que pregona la libertad sexual femenina y el desarrollo académico y laboral, pero que igualmente reestabiliza las diferencias de género (McRobbie, 2010). Si bien el término "posfeminista" se ha utilizado regularmente desde los años 90 del siglo XX como categoría de análisis de manera regular en el seno de la academia, el término se ha vuelto polisémico. Hay quien lo define, en un sentido diferente al anterior, como el feminismo de la era "post", por ejemplo, y no ha estado exento de críticas y de debate de manera regular (Gill, 2016). En cualquier caso, la realidad y los modelos posfeministas no afectan exclusivamente a las mujeres, sino también a los hombres. Una de las características de este nuevo orden posfeminista en un contexto de igualdad de oportunidades, que va acorde a la realidad neoliberal[11], es precisamente el hecho de que se ha convertido en un proceso individualizador (Connel 1995/2015: 303; McRobbie, 2010). Esta individualización, por un lado, atribuiría los procesos y dinámicas sociales y asociadas al género, a la acción de los individuos. Por ejemplo, la ausencia de progreso salarial de las mujeres se explicaría por elementos individuales en vez de por una cuestión condicionada por el género y la desigualdad social.

[11] Cuando hago uso del término neoliberal, me refiero al conjunto de ideas y formas sociales dominantes en los países occidentales que propugnan una presencia reducida del sector público en el ámbito económico, la subordinación social a las lógicas del mercado financiero, la desregulación de la actividad empresarial y el desarrollo del individualismo que, en un contexto globalizado, se opone a una noción de lo colectivo, y que resultan en un aumento de las desigualdades a escala global, una mayor precarización del empleo, la reducción de los servicios públicos y el aumento de la inestabilidad económica.

Esa nueva mirada posfeminista e individualizadora la adoptan por igual hombres y mujeres, del mismo modo que las encarnaciones de la masculinidad y feminidad "más variadas" serían vistas como resultado de una acción individual. Sin embargo, en la década de los 2010, con el desarrollo de una cuarta ola feminista, con sus continuidades y discontinuidades con ciertas representaciones posfeministas e individualizadoras (Gill, 2016; Day y Wray, 2018), vuelve a señalarse la masculinidad como problemática. Las respuestas a esta nueva era de movilizaciones han oscilado desde un replanteamiento de la masculinidad y el entendimiento de su situación de privilegio -aun en una "era de igualdad de oportunidades"-, hasta la vuelta a la formulación y apoyo a las posturas de masculinidad más tradicionales y defensa de legitimidades patriarcales y una expresión de las mismas a través de acciones abierta y desacomplejadamente machistas -insultos en redes, acoso, campañas de desprestigio contra activistas feministas, etc.- (Gill, 2016).

Si bien sigue habiendo un modelo de masculinidad hegemónica, creo que los modelos de encarnación de la misma se han vuelto a fragmentar y a dividirse entre posiciones mucho más conservadoras -ligadas a una nueva extrema derecha con gran tinte conservador y de vuelta a "valores tradicionales" especialmente en lo respectivo al género-, por una parte; y, por otra, aquellos modelos que han seguido y se han empapado de la cuarta ola feminista, donde los replanteamientos sobre los modelos de sexualidad, las propuestas de horizontalidad y el reconocimiento de privilegios masculinos se aprecian como emancipadores. En cualquier caso, no se debe perder la atención sobre el hecho de que hay una clara tensión entre la igualdad normativa y una desigualdad real: el género es una categoría de por sí asimétrica de ordenamiento social y estratificación, donde lo masculino siempre queda sobre una posición de privilegio sobre lo femenino, y donde recoge aquello no considerado femenino, por lo que la simetría o unión de lo masculino y femenino plantea claras dificultades (Harding, 1996: p.49). Así, los movimientos más conservadores, que promulgan la "vuelta" a valores tradicionales de género, no son más que la promulgación de los modelos vigentes que nunca desaparecieron.

2.1.2 El mandato de feminidad

Por el contrario, en el caso de las mujeres, el modelo hegemónico de feminidad se formula de una manera antagónica al modelo masculino, aunque también podemos identificar una ruptura clave en el momento en el que se extienden los procesos de individualización a las mujeres también a partir de la segunda mitad del siglo XX (Beck y Beck-Gernsheim, 2001).

En la construcción del mandato de feminidad a partir de la radical definición y separación burguesa de las esferas privadas y públicas de la vida en el siglo XIX (Connell, 1995/2015: p. 102; Coontz, 2006) nos encontramos con una nueva realidad definitoria del ideal de mujer. La propuesta del ideal de mujer burguesa -y el mandato por homogeneizar ese modelo femenino al resto de mujeres- implica, en primer lugar, su reclusión dentro del hogar, como lugar predilecto para ella, y convertirse en guardiana y cuidadora de manera exclusiva de la familia. Si bien en las clases obreras las mujeres siempre han tenido que trabajar, y el trabajo de las mujeres fuera de casa se extiende hasta los periodos de posguerra -tanto a nivel nacional tras la Guerra Civil como a nivel internacional tras la Segunda Guerra Mundial-, el desarrollo de la industrialización, del trabajo asalariado y del capitalismo genera, en el desarrollo de la burguesía, un movimiento de estas mujeres burguesas a la esfera privada.

Los mandatos de la nueva feminidad, además, venían justificados por todo el aparato científico que venía a reproducir, en base a elementos de "naturalización" de género, las ideas imperantes sobre las mujeres. Así, las mujeres eran naturalmente pasivas, dependientes y emocionales, en oposición a los hombres. Su capacidad biológica para poder engendrar hijos justificaría la idea de la maternidad a modo de servidumbre, como mujeres diseñadas para encargarse del hogar y del trabajo reproductivo. Su desterró de la sexualidad -como seres no sexuales y no deseantes- y la proclamación de la pureza femenina, hacía que cualquier atisbo de ruptura con estos preceptos fuera catalogado como enfermedad, a modo de histeria o locura. Estas cualidades y la falta de racionalidad -imperio de los hombres- también las despojaría de su capacidad para ser instruidas al mismo nivel que ellos, si bien se apreciaba como adecuado un mínimo nivel de instrucción por el mantenimiento de la familia y la educación de los hijos (Mellado García, 2019). El amor por la familia, la delicadeza y la sensibilidad eran las cualidades emocionales que debían guiarlas.

Este acotamiento del ideal de las mujeres a los contornos del hogar y la esfera privada, y su formulación como radicalmente opuestas a los hombres, en el contexto de una realidad patriarcal que las colocaba en una posición de inferioridad jerárquica, las excluía de ser

ciudadanas plenas. Por ejemplo, en el caso del derecho al sufragio, este desde finales del XVIII progresivamente se fue ampliando, a lo largo de diferentes países occidentales, a diferentes sectores de la ciudadanía masculina, aunque con ciertas restricciones en base a renta, raza, estado civil o nivel educativo. Ello nos da seña de cómo "el ciudadano" -modelo de la masculinidad hegemónica- era un individuo con derechos, masculino, blanco y de clase media o superior. Si bien en la mayoría de los casos el derecho al sufragio se iría ampliando a lo largo del XIX, tanto en el caso de las mujeres como de las personas no blancas seguía viéndose limitado. En el mismo orden, esta ciudadanía de segunda también se podía apreciar en las limitaciones para que las mujeres y personas no blancas accedieran a estudios superiores[12] y a otras esferas de la vida pública.

Esta formulación legal e institucional de situar a las mujeres como ciudadanas de segunda, implicaba un ahondamiento precisamente en el modelo hegemónico de feminidad burguesa. Las mujeres no eran solo "culturalmente" dependientes y pasivas, sino que las propias formas legales del Estado las subordinaba a esa posición de dependencia y pasividad. Cualquier ruptura con la idea de la buena mujer se apreciaba como desviación de lo natural y propuesto como comportamiento errático y pendiente de corrección por parte de los hombres (García, 2010; hooks, 2021).

Si el modelo hegemónico de feminidad venía caracterizado por la pasividad, la dependencia, la emocionalidad y la ausencia del carácter sexual, ligado a una inferioridad patriarcal -también censada legalmente-, la posición de las mujeres también se movería progresivamente desde finales del siglo XIX y a lo largo del siglo XX, lo cual implicaría ciertos cambios en las encarnaciones de los modelos de feminidad, aunque con ciertas conexiones con esos preceptos mencionados.

La progresiva adquisición de derechos por parte de las mujeres -y también las respuestas reaccionarias a los mismos- vendrían dadas en base a una serie de movimientos que también se dieron en el contorno del siglo XIX y principios del XX. Los movimientos sufragistas de las mujeres -burguesas y de clase media, con conflictos y exclusión en algunos casos de las obreras o las no blancas en ciertos países-, con figuras como Rosario Acuña o Concepción Arenal en el caso de España, que también abogaban por la educación de las mujeres. En el

[12] Esta limitación al acceso a los estudios superiores no empezó a ser tangible hasta que mujeres y personas no blancas comenzaron a intentar estudiar en universidades a lo largo del XIX. Si bien de manera anterior no había prohibiciones explícitas de manera necesaria, cuando empezaron a realizarse peticiones para acceder a estudios superiores, las facultades individualmente prohibieron que ciertas personas estudiaran en las mismas o dificultaron su acceso no permitiendo asistir al aula o a ejerciendo comportamientos discriminatorios para entorpecer el acceso. Para ver más (García Dauder, 2010; Mellado García, 2019; Allen et al. 2007).

seno de los movimientos obreros, socialistas y anarquistas, presentes y activos a lo largo de todo el XIX y principios del XX, también hubo una promulgación por la igualdad y la libertad de las mujeres desde algunos sectores, no sin conflictos internos (Capel, 2008; Arruzza, 2016; Espigado, 2002) con autoras y activistas reconocidas como Emma Goldman o Aleksandra Kollontái, y en el caso del Estado español, figuras como Teresa Claramunt, entre muchas otras. Los movimientos de liberación racial y pro-abolición de la esclavitud, con sus sinergias con los movimientos obreristas, sufragistas y de ciudadanía plena a lo largo del XIX, con figuras destacadas como la de la activista Sojourner Truth en los Estados Unidos, y que mantendrían continuidad también a lo largo del XX.

Por tanto, la construcción del ideal de femineidad burgués -y de todo el aparato patriarcal, clasista, y racista/colonial- también se veía en pugna y recibía respuestas activas por parte de estos movimientos sociales. A principios del siglo XX, en momentos cercanos y posteriores a la Primera Guerra Mundial, se comienza a extender, además del sufragio femenino en Occidente, la figura de la mujer liberada -o en parte liberada- por la progresiva adquisición de derechos, aunque no unísona en todos los países, pero con ciertas replicaciones culturales a lo largo de estos. La necesidad de mano de obra en la Gran Guerra y la divulgación en medios y publicidad de la figura de las mujeres como sujetos activos y necesarios, capaces de trabajar, y la ruptura de la imagen de la mujer como un ser delicado, implicó cambios en la vida de muchas mujeres y en los modelos de feminidad de muchos países occidentales, siempre con ciertas continuidades del modelo anterior. El cine y la literatura del periodo de entreguerras, a nivel internacional, da cuenta en algunos casos de la figura de las nuevas mujeres modernas: *Die Suffragette* (Urban Gad, Alemania, 1913), las películas de la directora de Hollywood Dorothy Arzner -que produce historias que rompen con la imagen de la predestinación femenina al matrimonio y la familia-, las películas, libros y relatos escritos por Dorothy Parker, figuras como la actriz Katharine Hepburn, la imagen de la *femme fatal* y la *mujer nueva*, etc. son ejemplo a nivel internacional de parte de ese nuevo imaginario femenino (Calvo, 2015). Si bien esta nueva figura femenina estuvo en disputa con la imagen de la buena mujer recluida en el hogar y en tareas reproductivas, hasta el final de la Segunda Guerra Mundial, al menos en entornos urbanos, también estuvieron presentes la difusión de arquetipos femeninos con mayor autonomía.

En el caso concreto de España, la figura de la ama de casa unida a la fuerte tradición católica y a las dictaduras de Primo de Rivera y de Berenguer con las limitaciones democráticas, supusieron cierto freno a la expansión de la imagen de la *nueva mujer moderna*. No por ello los ejemplos de este nuevo arquetipo de feminidad se frenaron necesariamente, que en muchas

mujeres instruidas de entornos urbanos permearon. A su vez, si bien los movimientos obreristas estaban reprimidos, su producción e ideas también se difundían, incluidas aquellas relativas a las ideas feministas de estos grupos. La llegada de la Segunda República en España fue un momento clave de efervescencia, acción y representación, en diferentes clases sociales, de la igualdad de las mujeres, su capacidad de autonomía y ruptura con la predestinación al hogar, a la vez que la obtención de derechos de ciudadanía plenos con el sufragio universal en 1933. Como explica Carmen Martín Gaite (1987/2023) la figura de las mujeres que se difundía en los medios durante la República era la de mujeres instruidas y trabajadoras, con objetivos y desarrollo de vida propios. No debemos pensar que por ello ciertas esencias asociadas a la feminidad se rompieron por completo: la pasividad, la dependencia y la emocionalidad se seguían atribuyendo a las mujeres, pero las rupturas de las constricciones anteriores podían dar lugar a encarnar nuevas realidades femeninas, y que les dotara de derechos sobre sus vidas y sus cuerpos.

El conservadurismo de posguerra sin embargo fue fuente de cambio en la construcción de la *nueva mujer*. En el caso de España, la llegada de la dictadura nacionalcatólica y fascista no solo trajo de vuelta la imagen de la mujer recluida en el hogar y en la esfera privada -que se extendió a más mujeres que nunca-, sino que construyó un nuevo arquetipo de mujer todavía más rígido y que señalaba los horrores de las feminidades republicanas (Martín Gaite, 1987/2023). La dictadura fue, de manera general, un corte en libertades por igual a hombres y mujeres y a cualquier atisbo de pensamiento crítico, además de ser regida por el más estricto pensamiento católico. En el resto de Occidente también se estabilizó la figura de la mujer como ángel del hogar y, en un periodo caracterizado por el crecimiento económico a nivel internacional, la división sexual del trabajo volvió a ser clara en muchos casos.

Los movimientos sociales a partir de la década de los años 60' a nivel internacional volvieron a señalar las problemáticas y desigualdades de este nuevo contrato que se había estabilizado tras la posguerra. Los movimientos feministas, los de liberación gay, y los de liberación racial y anticolonización, fueron la punta de lanza de muchos cambios surgidos en las siguientes décadas. Los movimientos feministas de estos momentos -encabezados especialmente por mujeres de clase media- señalaron las desigualdades y abogaron por la toma del espacio público por parte de las mujeres, especialmente a partir de los estudios superiores y del ingreso al mercado de trabajo, abogando por la independencia económica. Las propuestas de libertad sexual -ligadas tanto a los feminismos como a la revolución sexual- supusieron además una nueva ruptura con la predestinación al matrimonio, donde el desarrollo de la legitimidad de la sexualidad fuera del matrimonio, extendida ahora a ellas, y no procreadora

-con el desarrollo y difusión de anticonceptivos- dieron más libertades a las mujeres sobre sus cuerpos. En el caso de España, parte de estos cambios comenzaron a darse a finales de la dictadura -todavía constrictiva, aunque menos que en décadas anteriores- y la sexualidad en el seno del noviazgo y las ideas de igualdad comenzaron a permear también en muchos jóvenes (Ferrándiz y Verdú, 1974). Sin embargo, los cambios sobre las mujeres -y también sobre hombres, sexualidades no normativas, etc.- se dieron de manera concentrada y rápida en la década de los 70 y los 80, con la llegada de la democracia y el establecimiento de una nueva modernidad que Eduardo Maura (2018) sitúa su culmen en los años 90.

Como se ha mencionado en el epígrafe dedicado a la masculinidad, los cambios sociales de la segunda mitad del siglo XX que afectaron al género, ligados a los cambios en la economía, en un proceso de desarrollo de la era neoliberal, resultaron en un proceso de individualización que se extendió a hombres y a mujeres (Giddens, 1995; Beck y Beck-Gernsheim, 2001; Connell, 1995/2015; McRobbie, 2010). La figura de la nueva mujer surgida a raíz de estos cambios mantiene también ciertas conexiones con los mandatos previos de feminidad a la vez que genera una nueva apertura y nuevos modelos de encarnación (Casado, 2003). Los procesos de individualización y el orden de la "igualdad de oportunidades" genera un nuevo régimen de feminidad: mujeres instruidas, con libertad sexual y sexualmente activas, con expectativas de desarrollo laboral y académico. Esta nueva era "posfeminista" (McRobbie, 1998, 2010; Gill, 2016), celebraría las características de las mujeres y su mejora, aunque, supuestamente superadas las trabas de la igualdad, relegaría a la acción individual el desarrollo de las mujeres, pues los indicadores las situarían todavía en posiciones de desventaja respecto de los hombres -a nivel laboral, salarial, de trabajo doméstico, etc.-. Según McRobbie (2010), son precisamente las políticas neoliberales y la individualización las que acrecentarían las brechas entre hombres y mujeres reestabilizando la desigualdad, pero el hecho de observar las problemáticas desde una perspectiva individualista sería aquello que interfiere con la acción colectiva por mejorar la situación de ellas.

En el nuevo modelo de feminidad hegemónico, podemos encontrarnos diferentes encarnaciones, pero que de una u otra manera, apuntan hacia una mezcla de los preceptos previos y los nuevos: la visión de las mujeres como emocionales se mantiene, si bien en muchas ocasiones se aboga por su asertividad y racionalidad -y se aprecian como cualidades necesarias-, cuando las ejercen siempre suenan voces relativas a lo "poco" femenino de ciertas actitudes; sin embargo, cuando las mujeres son emocionales también son criticadas por su falta de racionalidad y se las acusa de infantiles. La dependencia, en su cualidad de cuidadoras y amantes, se vislumbra como aceptada dentro de estrictos límites: su

planteamiento como cuidadoras a tiempo completo se aprecia como algo negativo, pero las tareas de cuidados y la doble jornada laboral siguen recayendo sobre ellas (Prieto y Pérez de Guzmán, 2013), del mismo modo que el ser demasiado "enamoradizas" se aprecia como algo infantil, pero el mostrar una excesiva autonomía -en relación a la pareja, con relación a los demás, en los entornos laborales, etc.- las tacha de individualistas y egoístas. La pasividad femenina, el huir de los conflictos o la falta de ambiciones muestran a las mujeres como seres débiles y sin agencia, sin embargo, el ser activas y con objetivos genera desconfianza y despierta críticas. Esta serie de rasgos y situaciones ambivalentes entran en consonancia con lo definido por el antropólogo Gregory Bateson (1972/1998) como "teoría del doble vínculo", donde la respuesta a demandas contradictorias se traduce en que toda acción esté, de alguna manera, mal. Esta ambivalencia está presente en los grupos subalternizados, donde hay un señalamiento cuando se comportan de acuerdo con los estereotipos que les son aplicados, y también se produce su señalamiento cuando siguen los preceptos de lo normativo en tanto que cuerpos y sujetos no reconocidos para ello.

Toda esta ambigüedad sobre lo adecuado e inadecuado de las mujeres genera un doble rasero a la que no somos ajenas, y obliga a las mujeres a desarrollar estrategias que pasen por "elecciones individuales" el hecho de comportarse de ciertas maneras para no ser reprobadas y pasar por normativas. McRobbie (2010) habla precisamente de la "mascarada posfeminista" -tomando el término recuperado por Butler (1990/2007) a partir de Rivière (1929)- como estrategia por parte de las mujeres en esta nueva realidad individualizadora donde prosiguen las desigualdades entre hombres y mujeres en un supuesto clima de igualdad de oportunidades:

> [E]xaminar el reposicionamiento del género por medio de la idea de la mascarada posfeminista, entendida como una estrategia de contención adoptada por parte de lo Simbólico (patriarcal) que se enfrenta a la posible disrupción de los binarios estables de la diferencia sexual (…)
>
> la hiperfeminidad de la mascarada aparentemente reubica a las mujeres dentro de los términos de las jerarquías de género tradicionales, haciendo que lleven tacones altos y frágiles, y faldas apretadas que de hecho no significan constricción, porque ahora son tema de elección más que de obligación (…) la mujer de la mascarada está declarando que se trata de una apariencia elegida libremente. Además, la mascarada posfeminista es tanto más efectiva porque parece no temer la penalización masculina. En vez de ello, lo que actúa como una autoridad sustituta es la estructura castigadora

> de sus sucedáneos, el sistema de la moda y la belleza. (…) La mascarada crea un habitus para las mujeres que ahora se encuentran insertas en los campos del trabajo, el empleo y la vida social, todos otrora marcados como dominios masculinos. La mascarada repudia las figuras espectrales, poderosas y castrantes de la lesbiana y la feminista (…) al tiempo que también refuerza la masculinidad hegemónica porque promueve esta feminidad pública que en apariencia socava, o cuando menos desestabiliza, el nuevo poder adquirido por las mujeres con base en esta capacidad económica.
>
> (McRobbie, 2010: pags.119-120).

Como observamos, la mascada posfeminista vuelve a situar a las mujeres en posiciones de subordinación dadas las condiciones sociales en las que puedan dinamitarse las desigualdades de género, alejándolas del feminismo y de la acción colectiva, individualizando sus problemáticas, y rigiéndose, mediante un estricto sistema de estética y belleza -biopolítico- la dominación sobre el cuerpo de las mujeres.

El nuevo auge del feminismo a lo largo de la década de los 2010 y su vuelta colectiva al señalamiento de la desigualdad de género y la interseccionalidad (Day y Wray, 2018), como ya he mencionado, en su cuarta ola, fue también una cuestión que sorprendió a muchas de las teóricas que escribían sobre posfeminismo, como bien muestra Rosalind Gill (2016). Si bien Gill (2016) también señala en su análisis mediático de la cuarta ola que muchas expresiones siguen manteniendo relación con ideas posfeministas –"todas somos feministas" "el feminismo es lo que tú quieras", "maquillarte es feminista" etc.- y que se quedan en un mero discurso de celebración individual, Day y Wray (2018) también aclaran una acción política colectiva clave en los movimientos recientes. Pasados algunos años de la efervescencia de la cuarta ola en la actualidad, reflexiono de nuevo sobre la idea de la mascarada posfeminista (McRobbie, 2010), precisamente porque la ruptura de esa mascarada por parte de activistas feministas -a pesar del feminismo light y descafeinado que se vendía en muchos medios y que Gill (2016) critica- implicó una fuerte reacción machista. El acoso a las activistas feministas, el desarrollo de la manosfera -espacios y discursos de la Red caracterizados por la hostilidad hacia las mujeres y el machismo (García-Mingo et al., 2022)-, el crecimiento de la extrema derecha -todavía en proceso- especialmente entre varones jóvenes, la negación de la desigualdad de género, etc. son todos resultados, en mi opinión, de la ruptura de esa mascarada -que no fue completa en ningún caso-, de poner en cuestión

la desigualdad en claves colectivas y de señalar problemáticas estructurales también ligadas a otros movimientos como el LGTBIQ+. Precisamente, el señalamiento claro hacia los hombres blancos heterosexuales[13] y su posición de privilegio generó una respuesta de gran calibre que todavía dura.

En la actualidad, los mandatos de la feminidad son herederos de los modelos anteriores, aunque desplazados hacia las ideas de individualidad. En un gran movimiento de contradicciones, deben danzar entre lo culturalmente asociado a lo femenino y entre las demandas por el desarrollo personal y la idea de sujetos e individuos asociadas a lo masculino, aunque siempre pendientes de la mascarada como estrategia para no ser penalizadas.

2.2 Tensiones entre la igualdad normativa y la desigualdad

Como bien se ha planteado hasta ahora, el nuevo contexto de relaciones de género entre hombres y mujeres presenta una serie de conflictos que tienen que ver con el mantenimiento de las desigualdades y asimetrías, si bien en un nuevo orden de supuesta igualdad de oportunidades. Este tipo de desigualdades ocurren en un amplio rango de espacios de la vida cotidiana y reestablecen las asimetrías entre unos y otras.

Estas desigualdades oscilan desde aquellas relativas al mercado de trabajo y al desarrollo del trabajo reproductivo -esto es, en clave de división sexual del trabajo-, al machismo en sus diferentes facetas -violencia sexual, acoso sexual, acoso por razón de sexo, etc.-, la sexualidad y las expectativas que se tienen sobre mujeres y hombres.

2.2.1 División sexual del trabajo, diferencias salariales y trabajo doméstico.

Una de las principales características a destacar en el proceso de la construcción de una lógica igualitaria en Occidente, ha sido la del acceso masivo de mujeres al mercado de trabajo en la segunda mitad del siglo XX. Más tarde que en el resto de los países occidentales, en el caso

[13] De hecho, "Un tío blanco hetero" es el nombre de un creador de contenido dentro de la manosfera que se ha dedicado, desde hace años, a criticar y a responder a las ideas feministas en sus vídeos de Youtube. De la misma forma que otra cantidad de Youtubers y *streamers* que comenzaron su producción como respuesta al "ataque" de las feministas a los hombres.

de España la proporción de mujeres activas comienza a aumentar considerablemente en la década de los 80' (Prieto y Pérez de Guzmán, 2013). En la actualidad, los datos para el año 2023 nos muestran que, en España, para los grupos de edad de 18 a 64 años, hay una tasa de actividad del 72% en mujeres, frente a un 79,8% de actividad en los hombres (Misterio de Trabajo, 2024: p.6). En dicho sentido, la tasa de actividad de ellos ha aumentado un 0,9% y un 14,1% la de ellas desde el año 2010 (EPA 4º trimestre de 2010, citado por Prieto y Pérez de Guzmán, 2013). Vemos, de este modo, que la incorporación masiva de las mujeres a los mercados de trabajo ha seguido en aumento también a partir de la segunda década de 2010, situándose a solo 8 puntos de diferencia respecto de los varones. Resulta todavía más interesante el hecho de que, en edades reproductivas y de cuidado de los hijos, las tasas de actividad de las mujeres son del 85,2% (edades de 25 a 44 años) y del 82,2% (45-54 años), algo que nos muestra a las mujeres como principalmente trabajadoras, muy cerca de los datos de los varones, en unos cambios rápidos que se han dado en décadas.

Sin embargo, la mejora de los datos en la tasa de actividad de las mujeres no implica, necesariamente, el fin de la desigualdad de género. Como veremos, las mujeres siguen mostrando mayores situaciones precarias en el ámbito laboral, mayores tasas de paro y peores salarios (Prieto y Pérez de Guzmán, 2013; MITES, 2024).

En primer lugar, en cuanto a la población de 18 a 64 años, los datos son los siguientes: la tasa de paro -sobre el total del grupo poblacional- es de 13,9% en mujeres -rompiendo el suelo mínimo del 15% que mencionaban Prieto y Pérez de Guzmán (2013)-, y del 10,7% en hombres; la tasa de empleo es del 62% en ellas y del 71,33% en ellos (MITES, 2024: p.6). Esto nos muestra que, a pesar de que históricamente la tasa de actividad aumenta en las mujeres, el mayor porcentaje de paro y la menor tasa de empleo respecto de ellos ya las siguen situando, también en la actualidad, en una posición subordinada en el mercado de trabajo.

De entre las personas empleadas, la distribución de modalidades de contratación también juega en contra de las mujeres. En el año 2023, las mujeres tenían un 19,4% de contratos temporales, y un 80,6% de indefinidos; mientras que los hombres un 14,9% de contratos temporales, y un 85,1% de contratos indefinidos. De acuerdo con el tipo de jornada (sumando contratos temporales e indefinidos), el 78,1% de mujeres tenían contratos a jornada completa, frente al 93,2% de los hombres. Si nos fijamos en los extremos de mayor y menor precariedad también podemos observar lo siguiente: los contratos temporales con jornada parcial -los más precarios de todos (Prieto y Pérez de Guzmán, 2013)- representaban un 6,1% de los contratos femeninos, y un 2,8% de los masculinos. En el otro extremo, los

contratos indefinidos a jornada completa suponían el 64,7% en el caso de ellas, y el 81,1% en el caso de ellos (MITES, 2024: p. 19).

Como vemos, atendiendo a los tipos de contratación, se observa de manera clara que su distribución muestra situaciones laborales más precarias en el caso de las mujeres respecto de los hombres. Cuando se mencionan las brechas entre hombres y mujeres en el ámbito del empleo, en muchas ocasiones los datos que más llaman la atención son los relativos al salario, pues se traducen directamente en la capacidad económica de las personas. En el año 2023, en el caso del salario medio bruto mensual, en el empleo a tiempo completo ellos cobran de media un 5,5% más que las mujeres; en el empleo a tiempo parcial, un 4% más que ellas. Si analizamos las ganancias por horas, la de ellos es de 17,3€/h y la de ellas 15,6€/h, lo cual genera una diferencia de casi el 10%. (MITES, 2024). Estos datos por si solos nos dan cuenta de cierta desigualdad, pero la diferencia en la distribución salarial es todavía mayor si vemos los datos en conjunto teniendo en cuenta el mayor porcentaje de mujeres en empleos con jornadas parciales y con contrataciones temporales.

Prieto y Pérez de Guzmán (2013) argumentan, ligando estos datos con lo mostrado por otras investigaciones y autoras feministas, que precisamente estas desigualdades en el mercado de trabajo no son algo aleatorio, sino la manifestación de la desigualdad estructural y asimétrica del género traducida al mercado de trabajo; esto lo relacionan también con la división sexual de trabajo y la mayor dedicación, por parte de las mujeres, a las tareas de trabajo reproductivo, a la vez que con los cambios en las dinámicas empresariales que transitan de modelos fordistas a flexibles.

Además, debemos tener en cuenta otros elementos como la socialización de género a la hora de elegir empleos mejor o peor pagados. Las estadísticas en la actualidad nos muestran mayores niveles educativos por parte de las mujeres que de los hombres (MITES, 2024; McRobbie, 2010). Sin embargo, en un contexto posfeminista, la mirada individualizadora -todos somos individuos y nuestras problemáticas pasan por solucionarlas por nosotros mismos- oculta precisamente el carácter colectivo o grupal de ciertas temáticas. Angela McRobbie (2010) lo ejemplifica con el caso de la gran preocupación por mujeres que no acceden a carreras del ámbito STEM o ingenierías, las cuales dan acceso a empleos mucho mejor pagados, pero que están masificadas por hombres. Las políticas públicas, ante la preocupación por las diferencias salariales, "animarían" a las mujeres, de manera individual, a trabajar y esforzarse y a estudiar estas carreras, sin atender a los caracteres estructurales que hacen, desde la socialización de género, que las mujeres se retraigan de realizar estos estudios

(McRobbie, 2010). Por otro lado, hay también quien, en un ejercicio de naturalización del género, asocia estas carreras con menos mujeres simplemente porque las mujeres tendrían un pensamiento menos lógico-racional, como he tenido que escuchar por parte de muchos varones de estos sectores. No se trata solo de la socialización de género: he llegado a conocer mujeres que, al ser minoría en las ingenierías, se han visto limitadas por el machismo del entorno y la estructura de las facultades al ser espacios completamente masculinizados. Es verdad que también hay carreras muy feminizadas con trabajos bien pagados, como lo son el caso de la enfermería y la medicina, pero igualmente las condiciones laborales de estos sectores sanitarios en la actualidad española se muestran precarios y llenos de contrataciones temporales, con largos procesos hasta conseguir puestos estabilizados. Por último, en las ramas de ciencias sociales y jurídicas y de humanidades, quizá donde haya menos salidas laborales estables más allá de la administración pública, las mujeres siguen siendo mayoría (MITES, 2024). Si bien en la actualidad contamos con más mujeres con estudios superiores, la promoción laboral llegada a un punto se encuentra limitada. Otra de las estrategias que desarrollan las mujeres para permitir un desarrollo laboral estable, así como la conciliación, es la de optar por estudiar oposiciones y acceder a diferentes administraciones públicas. Tal y como da cuenta el Instituto Nacional de Administración Pública de España (INAP, 2021), el 57% de los puestos de trabajo del conjunto de administraciones públicas españolas están ocupados por mujeres -aunque mezclando situaciones de interinidad, temporalidad, parcialidad, contrataciones a tiempo completo y funcionariado-.

La socialización de género, por un lado, en tanto que encarnación de ideales de masculinidad y feminidad, genera también preferencias a la hora de escoger unas u otras carreras -tanto a nivel de instrucción como a nivel laboral-, y la asimetría de géneros hace que aquellas "preeminentemente femeninas" estén devaluadas -peores salarios, etc.- respecto de las masculinas. No solo en el caso de los estudios superiores y los trabajos para los que se requiere cualificación, sino también en los trabajos que requieren otras formaciones como es el caso de la limpieza, cuidado de personas, estética, hostelería, etc. ampliamente feminizados y precarizados, donde también hay una gran tasa de trabajadores migrantes con peores condiciones laborales.

Volviendo sobre Prieto y Pérez de Guzmán (2013), hay otro elemento que juega a favor de la asimetría de género y vuelve a reestabilizar la posición de las mujeres en inferioridad, y es la de distribución del tiempo dedicado a las tareas domésticas.

El tiempo dedicado a las tareas de cuidado se distribuye de manera muy desigual entre hombres y mujeres según la Encuesta de Condiciones de Vida del INE -Instituto Nacional de Estadística- del año 2016 -último año en el que se realiza esta encuesta en España en el que se recogen estos datos de cuidados diferenciados por género-:

Las mujeres mayores de 18 años dedican a tareas del hogar y de cuidado una media de 112 horas semanales, frente a las 78 que dedican los hombres. Esto es, las mujeres en España dedican, de media, casi 1,5 veces más de tiempo a las tareas reproductivas que los hombres. La diferencia es todavía ligeramente mayor en lo referido a los cuidados de los hijos, donde ellas dedican una media de 38 horas semanales y ellos 23 horas, por tanto, 1,65 veces más. Dentro de un país supuestamente igualitario, que las mujeres dediquen de media mucho más tiempo al cuidado de los hijos, nos demuestra de nuevo cómo la pretendida igualdad se vuelve una ficción en el seno del trabajo reproductivo no pagado. La visión de las mujeres como principales cuidadoras se ha reproducido hasta nuestros días, a pesar de que hayan accedido al mercado de trabajo masivamente. Las opciones son varias para ellas en lo respectivo a tener hijos: reducciones de jornada, escoger no tener hijos, externalizar el trabajo reproductivo o llegar a un acuerdo en pareja en el que se repartan las tareas equitativamente, para lo cual, las parejas (en caso de tenerlas) deben de estar de acuerdo. Algunas de estas opciones tienen consecuencias negativas como el empobrecimiento (en caso de aquellas mujeres que reducen su jornada) o angustia (en el caso de aquellas mujeres que desean tener hijos, pero escogen no hacerlo porque también desean llevar una vida profesional), y son parte recurrente de las noticias periodísticas actuales (Valdés, 2024).

Prieto y Pérez de Guzmán (2013) concretan que estas desigualdades y mayor dedicación de las mujeres a las tareas domésticas y al trabajo de cuidados se traducen en una menor disponibilidad laboral. En el proceso de cambio del modelo empresarial del fordismo a la flexibilidad actual, la disponibilidad absoluta de los trabajadores es una manera de promocionar laboralmente y mejorar su posición, algo manejable en caso de no tener cargas familiares, pero que juega en contra de quienes sí las tienen y quienes asumen más horas en el trabajo de cuidados, como es el caso de las mujeres (Prieto y Pérez de Guzmán, 2013). La solución pasaría, por tanto, por el establecimiento de políticas que permitieran la conciliación, aunque también por unas políticas laborales que limitaran la flexibilidad y un cambio de paradigma en el que los hombres asumieran, en equidad de dedicación, las tareas de cuidados. En muchas ocasiones se trata de procesos complejos dado que, si bien una pareja -por ejemplo, formada por un hombre y una mujer- puede intentar establecer esa igualdad de dedicación a los cuidados -es la voluntad en muchos casos-, sus posiciones laborales previas

pueden jugar en su contra. Imaginemos que, en dicha pareja, antes de tener hijos, el varón tenía una mejor posición laboral -porque trabaja en un sector más solvente o porque tiene un contrato más estable, ambos elementos que vemos en las estadísticas-, en caso de tener que solicitar una reducción de jornada, o un permiso para cuidar hijos, sería comprensible entender que, quien tuviera un menor sueldo prefiriera hacerlo, para no perjudicar con mayores pérdidas a la economía familiar. A su vez, quien pide los permisos o las reducciones de jornada ve mermada su capacidad de promoción laboral. En este caso, la asimetría de género funciona a modo de pescadilla que se muerde la cola, ahondando en las desigualdades. Por ello, sin políticas explícitas que señalen al mercado de trabajo y a la conciliación, sería imposible mejorar estas asimetrías.

En último término, estas desigualdades operan también en la disponibilidad del tiempo y de la capacidad económica de las mujeres para otras actividades, como el ocio propio o el consumo, limitando el desarrollo de sus vidas a las estrechas cotas del trabajo productivo y el reproductivo. Además, tal y como indica McRobbie (2010), las exigencias a las mujeres en términos de estética -ropa, maquillaje, dermatología, dieta, deporte, etc.-, importantes también -aunque no solo- para su presentación en el entorno laboral, incentivadas por estas mismas industrias estéticas, se ven, tras la mascarada posfeminista, como una suerte de opción individual, aunque no por ello dejan de limitar a las mujeres ni de reestablecer desigualdades, a la vez que suponen el desembolso de importantes cantidades de dinero.

2.2.2 Expresiones violentas masculinas: el acotamiento de la libertad de las mujeres

Otro de los elementos que siguen operando en la desigualdad entre hombres y mujeres en las diversas áreas de la vida cotidiana es la expresión del privilegio masculino y las violencias que se ejercen sobre las mujeres en diferentes formas. Estas formas de violencia son múltiples: en relación con la sexualidad -acoso sexual y violencia sexual-, el acoso por razón de género/sexo -en entornos laborales, en educativos, en los espacios de ocio, etc.- y la violencia -física y psicológica- hacia las mujeres, dentro y fuera del seno de la pareja. Y también pueden darse por parte de instituciones públicas en formas de violencia administrativa, policial y judicial, o en formas de violencia específicas destinadas a aquellas personas que denuncian y luchan contra las distintas formas de violencia de género, denominadas estas últimas violencias de segundo orden (Madrid Pérez, 2022).

Para caracterizar estos fenómenos de desigualdad y asimetría, recurriré a la Macroencuesta de Violencia Contra la Mujer 2019, elaborada por la Delegación del Gobierno de España contra la Violencia de Género, dependiente del Ministerio de Igualdad. En este extenso trabajo, se recopilan toda una serie de datos de diferentes tipos de violencias que se ejercen contra las mujeres -destacadamente por parte de los hombres- y que nos muestran las claves estructurales de la desigualdad entre hombres y mujeres. Este trabajo se efectúa sobre una muestra representativa de 9568 mujeres mayores de 16 años.

Por ejemplo, en lo referido a las violencias que se dan en el seno de la pareja, un 11% de mujeres declaran haber sufrido violencia física por parte de su pareja en algún momento de su vida; un 8,8% declara haber sufrido violencia sexual en el seno de la pareja; un 23,2% violencia psicológica emocional y un 27% violencia psicológica de control. El 11,5% de mujeres declara haber sufrido algún tipo de violencia económica en el seno de la pareja en algún momento de su vida y el 13,9% de mujeres admite haber sufrido miedo de su pareja alguna vez. Fuera del entorno de la pareja, el 6,5% de mujeres declara haber sufrido violencia sexual al menos una vez y el 40,4% de mujeres admite haber sufrido acoso sexual por parte de alguien. Todas estas acciones habían sido cometidas en su mayoría por varones -92% en el caso del acoso sexual, y en una medida superior al 98% en el resto de los casos- (Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género, 2020).

Frente a la visión del machista o el agresor como un ser aferrado a los valores tradicionales que no admite la igualdad, tal y como plantea Elena Casado (2012), cabría entender esta violencia y desigualdad contras las mujeres como una cuestión estructural que sigue ocurriendo como una manifestación de las asimetrías de género, y no como un conjunto de casos aislados individuales que derivan de comportamientos arcaicos. Tanto en el seno de la pareja como fuera de ella, las mujeres perciben grandes dosis de violencia en diversas formas -física, psicológica, sexual, económica, etc.- y en diferentes gradientes, pero casi en exclusiva por parte de hombres, especialmente en sus expresiones más extremas. Este carácter estructural de la violencia y la desigualdad, además, se expresa en diferentes grupos de edad, estados civiles y niveles de estudios, aunque puede adquirir formas diferentes en cada caso (Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género, 2020). Como se puede observar, el terreno sexoafectivo de la pareja se vuelve así, también, un lugar de potencial violencia, precisamente en un sistema heterosexual que vincula a hombres y a mujeres en desigualdad, o fuera de la pareja, con la violencia sexual como potencial peligro y alerta para las mujeres. Así, la sexualidad y la pareja son un espacio también ambivalente, donde las mujeres han de enfrentar el placer y el peligro (Vance, 1984/1989).

Las relaciones de género, de este modo, son relaciones de poder y, por tanto, el mantenimiento de dicho régimen de desigualdad requiere del ejercicio del poder masculino, donde una de sus expresiones es la violencia. A mayores cotas de desigualdad social y material, además, aumenta la posibilidad del ejercicio de la violencia en sus diversas formas de manifestación, poniéndose así en marcha una "pedagogía de la crueldad" en términos de Rita Segato (2018) que tolera y justifica las desigualdades, expolios y las violencias para mantenerlas y donde, entre ellas, las expresiones de violencia de género, los feminicidios y la violencia sexual son clave.

Los procesos de individualización extendidos a mujeres a partir de la segunda mitad del siglo XX (Beck y Beck-Gernsheim, 2001), su toma del espacio público y el acceso masivo al mercado de trabajo, generan una reconfiguración de su posición social. Este desplazamiento implica una rearticulación de las identidades de género tanto de hombres como de mujeres -en tanto que estas son necesariamente relacionales-: estos desplazamientos pueden implicar una serie de quiebras en la identidad (el ser o sentirse suficientemente masculino o femenina), que en una construcción jerárquica -de hombres sobre mujeres- resultan en conflictos e incluso en violencia (o asesinatos) como expresión extrema (García y Casado, 2008). Además, en el actual contexto de posmodernidad neoliberal, la mirada individualizadora sobre las problemáticas, logros y posibles soluciones que padecen las personas -y relegan sobre ellas todo el peso de la estructura social- reestabilizan las desigualdades de género (Connell, 1995/2015; McRobbie, 2010), así como otras desigualdades que pueden derivar de la clase social, la racialización y otras jerarquías y asimetrías sociales.

2.2.3 A modo de resumen…

Las tensiones entre la igualdad normativa y la desigualdad fáctica entre géneros resultan importantes por varios motivos. En primer lugar, porque en una era de supuesta igualdad de oportunidades, las desigualdades, jerarquías y asimetrías siguen operando de manera estructural entre hombres y mujeres. No se trata exclusivamente de las expresiones de violencia -cuyo volumen, como se puede apreciar, no es en ningún caso anecdótico-, sino que se traduce también a otros espacios como la desigualdad en la división sexual del trabajo y en el mercado laboral. Es en este caldo de cultivo, en estas circunstancias desiguales, que hombres y mujeres se unen, conviven, comparten espacios y construyen relaciones sexoafectivas de diferente índole.

Las desigualdades y tensiones van más allá todavía: como se verá más adelante, y en consonancia con la temática de este trabajo, esta asimetría también se traduce, por ejemplo, en el doble estándar de valoración sobre la libertad sexual y el ejercicio de esta por parte de las mujeres, generando un apremio a la libertad sexual a la vez que una censura y un señalamiento en forma de *slut-shaming*[14] (Tanenbaum, 1999; Elorduy Cádiz, 2017). Por otro lado, estas desigualdades en el terreno de la sexualidad han puesto sobre la mesa, ya desde la segunda ola del feminismo, una serie de debates que abordan precisamente el derecho a un buen sexo -o cuanto menos, a uno no violento o desigual- y con elementos centrales como la cuestión del consentimiento y los deseos propios (Vance, 1984/1989; García et al., 1988/2009; Srinivasan, 2021; Angel, 2021; Serra, 2024). Los datos de violencia sexual son un claro ejemplo de estas tensiones entre el deseo y el peligro del que habla Carole S. Vance (1984/1989) y a los que se enfrentan las mujeres. Más allá, los factores socioculturales relacionados con la sexualidad y las asimetrías de género inciden de manera directa en la propia satisfacción de los encuentros sexuales, llegando a generar situaciones como las brechas orgásmicas [*orgasm gap*] (Frederick et al., 2017) y otra serie de desigualdades en el terreno sexoafectivo que repercuten negativamente en las experiencias sexuales de las mujeres que tienen sexo con hombres.

Comprender estas asimetrías y desigualdades se plantea clave, de este modo, para poder aproximarse al objeto de estudio de esta tesis doctoral.

[14] *Slut-shaming*, término acuñado por Leora Tanenbaum (1999), o "«tildar de puta o guarra» es una herramienta patriarcal heterosexista de control del deseo sexual femenino, a través del insulto y el uso de términos despectivos (no necesariamente puta o guarra en concreto) hacia una mujer, basados en su conducta y/o identidad sexual . Es heterosexista , en cuanto que obliga a la norma heterosexual sin importar las conductas, identidades o deseos propios. Así, también señala todo aquello que no encaje en el marco simple y binario, exponiendo a todas las mujeres en alguna medida a esta herramienta de control social" (Elorduy Cádiz, 2017: p. 399).

2.3 El amor romántico

> [A]mor romántico o romanticismo (…) particular tradición amorosa, social y científica desarrollada en Europa y Norteamérica en los últimos siglos. Un tipo de ideología cultural (…) que aunque ha adoptado formas diferentes dependiendo de los ámbitos científicos y artísticos, y contextos sociales y culturales, tiende aquí y ahora a enfatizar el amor por delante de otras facetas humanas y subrayar el amor-pasión frente al resto; que incita a la búsqueda de la trascendencia, incluso de la felicidad, a través del amor, y se convierte así en la modernidad en un sustituto de la religión (…) que idealiza la relación e hipertrofia la parafernalia amorosa. Una configuración emocional e identitaria (…) que jerarquiza las distintas interacciones amorosas y donde (…) el amor sexual o de pareja queda absolutamente encumbrado, y entra en tensión con otros tipos de amores (como el materno-filial), lo que posibilita a su vez la consolidación de un determinado orden social, desigual.
>
> (Esteban, 2011: p. 44)

El amor romántico ha sido uno de los pilares sobre los que se ha cimentado el vínculo de pareja monógama en los siglos más recientes. Una nueva forma de estructurar los vínculos entre hombres y mujeres, uniéndolos, más allá del contrato del matrimonio, mediante un nuevo régimen emocional que exalta este tipo de sentimiento y lo sitúa en la cúspide de la jerarquía de afectos. Como indica María Luz Esteban (2011), el amor romántico adquiere la máxima valoración y encumbra a la pareja sobre el resto de las relaciones. Lo interesante del amor, además, es que la lectura que se hace del mismo -como sentimiento incontrolable, y, por tanto, "natural"- lo dota de una capacidad que va más allá de la racionalidad a la hora de unir, en desigualdad, a hombres y mujeres. El amor, así, se vuelve el pegamento emocional que une a géneros que se relacionan de manera asimétrica, más allá del mero contrato matrimonial.

Ello no quiere decir que de manera previa al amor romántico los vínculos entre hombres y mujeres no fueran desiguales, sino que, bajo su envoltura, las emociones románticas generan una nueva ancla sobre la que sustentar la pareja y las desigualdades de género inherentes a las mismas, al mismo que justifican la cualidad "natural" de la monogamia. Si la ideología del amor romántico nos enseña que solo es posible amar a una persona -y amarla de determinada

manera, además-, romper con el precepto monógamo se aprecia como una aberración o una mentira: no es posible amar de esa manera a más de una persona. "Yo no podría".

El amor romántico está compuesto por una serie de elementos -o "mitos"- transversales que se han ido adaptando con los propios cambios que el amor ha sufrido desde su creación y difusión a partir de finales del siglo XVIII. La idea de la "media naranja", la complementariedad, el enamoramiento y la pasión, la creencia de que el amor todo lo puede, la pareja como garante de felicidad y plenitud y máxima aspiración, los celos como muestra de medida del amor, etc. son todas ideas derivadas del amor romántico que todavía operan en la actualidad (Esteban, 2011).

2.3.1 La gestación del amor romántico

El génesis y desarrollo del amor romántico van asociados a los cambios en las formulaciones de las relaciones de pareja a lo largo de la Modernidad, traducción a su vez de los cambios sociales, económicos, políticos, culturales e históricos que acaecen en Occidente a lo largo de esos siglos. Dichas transformaciones generarían un caldo de cultivo concreto para el establecimiento de este nuevo orden sentimental y emocional. En su trabajo sobre la historia del matrimonio, Stephanie Coontz (2006) traza cómo el amor llegó al seno del matrimonio precisamente a causa de dichos cambios, y cómo, a lo largo de finales del XVIII y el XIX se establecería como norma en las relaciones de pareja.

Podríamos establecer una conexión con la tradición literaria del amor cortés transmitida desde el siglo XII, que habría funcionado como precursora del amor romántico. Esta tradición literaria medieval relataría historias de amor pasionales entre miembros de la corte, entre caballeros y damas, de manera adúltera y secreta, planteando el amor como el sufrimiento de la lejanía del amado y un anhelo que rara vez se consumaba. Precisamente el atractivo y difusión de esta tradición literaria da cuenta de la visión del amor pasional como cuestión ajena al matrimonio, de carácter cuasi místico y secreto. Además de situarse fuera del esquema matrimonial, el amor era un término que había solido utilizarse también en referencia a las relaciones de vecindad y a la relación con Dios (Coontz, 2006), elemento que nos muestra parte de su carácter místico.

El desarrollo del Renacimiento indujo una serie de cambios en esta nueva etapa de la historia. Así, un mayor desarrollo de la individualidad como sujetos, la necesidad de desarrollo de una vida "feliz", el famoso *carpe diem* renacentista y la búsqueda de plenitud, el advenimiento de una economía urbana en la que los jóvenes acudían a trabajar de sirvientes o de aprendices en pequeños negocios, el retraso del matrimonio precisamente por esos años dedicados a trabajar y a ahorrar, etc. generó nuevas posibilidades: una mayor independencia de los jóvenes y un mayor margen de decisión en la elección de los esposos y de las esposas -decisión antes relegada a los familiares, en aquellos estratos sociales en los que el matrimonio se producía-. Si bien en este primer momento el matrimonio no tenía por qué ir necesariamente ligado al amor romántico, la cada vez mayor posibilidad de elección del cónyuge permitía escapar de ese marco en el que el matrimonio se regía por acuerdos familiares que excedían a la pareja. Así, las familias irían, al menos en parte del Occidente europeo y de los Estados Unidos, nuclearizándose de manera progresiva hacia la pareja -elegida- y su descendencia (Coontz, 2006). La idea ilustrada de la búsqueda de la felicidad fue precisamente uno de los caminos que condujo a la defensa del matrimonio por amor (Coontz: 2006: p. 195).

Los procesos revolucionarios acaecidos a lo largo del siglo XVIII e inicios del XIX, en el marco del desarrollo del liberalismo y la Ilustración (Revolución Francesa, Independencia de los Estados Unidos, Revolución de Haití, etc.) y el caldo de cultivo generado en este contexto, plantearon nuevos debates en torno a los sujetos, en concreto sobre la idea de igualdad -y a quién se incluía y a quién se excluía de ella- en tanto que la búsqueda de la definición universal del individuo. Las diversas voces y propuestas entraban en tensión sobre esta definición del sujeto de pleno derecho, indispensable a efectos de determinar la demarcación de quiénes, por ejemplo, tendrían derecho al sufragio, la propiedad o a la participación general en el espacio público. Es precisamente en estos debates donde la posición de las mujeres era también causa temática:

> El marqués de Condorcet, y la autora británica Mary Wollstonecraft llegaron al extremo de pedir la completa igualdad entre marido y mujer.
> Solo una pequeña minoría de pensadores (…) respaldaba la igualdad entre los sexos. Jean-Jacques Rousseau, uno de los más entusiastas defensores del amor romántico y el matrimonio armonioso, también escribió que una mujer debería entrenarse para "la docilidad […] porque siempre estará sometida a un hombre o al juicio de un

> hombre y nunca tendrá la libertad de imponer su opinión por encima de la de él" (…) En 1795 el filósofo alemán J.G. Fichte (…) opinaba, [que] una mujer podría postulare para ocupar un cargo público si prometía no casarse.
>
> (Coontz, 2006: p.198)

Si bien se apreciaba con recelo la igualdad de las mujeres, especialmente en el seno del matrimonio -ante el peligro de que se rebelasen ante sus esposos o intentaran adquirir una mejor posición-, las ideas rupturistas frente al Absolutismo y la búsqueda de libertad y amor, las dotaban de alguna manera de cierta agencia. Si el amor debía guiar la voluntad del matrimonio, tanto hombres como mujeres debían poder elegir y amar al otro. No se podía permitir que las mujeres gozaran la cualidad de individuos plenos de derecho, pero tampoco era admisible la idea de que las mujeres debieran estar completamente sometidas en el seno de un pequeño régimen absolutista (Coontz, 2006). Otros cambios que trajo la introducción del amor romántico en un clima que proclamaba libertad, fueron las diversas reformas del divorcio a lo largo de varios países occidentales y también la extensión de la relajación de normas respecto de la libertad sexual a finales del XVIII. Los modos en los que estos cambios permearon a lo largo de diversas capas sociales, sin embargo, se tradujeron en una serie de contradicciones y conflictos entre clases sociales y entre géneros, que implicaron una reformulación de valores tradicionalistas en muchos sectores de las clases burguesas ante la "nueva locura" que la igualdad y la libertad habían generado.

En el desarrollo del nuevo capitalismo y el trabajo asalariado, mientras las clases sociales inferiores se enfrentaban a reorganizaciones tumultuosas de sus vidas (Coontz, 2006; Weeks, 1981/2018; Elias, 1939/2001) y se creaban las nuevas clases obreras industriales, las clases medias y superiores formaron nuevos ideales sobre la organización del matrimonio, que planteaban una nueva mirada hacia la relación entre hombres y mujeres: la "igualdad" se interpretaba desde la diferencia, la asimetría y la complementariedad. A ellos se les asignó el espacio público y el trabajo asalariado; a ellas se les relegó a la esfera privada y al trabajo reproductivo (Coontz, 2006: p. 207; Weeks, 1981/2018). Estas ideas sobre la separación de las esferas -públicas y privadas, masculinas y femeninas- de las clases medias y altas fueron gestadas en una estrategia para distinguirse de las clases inferiores, elemento que también se tradujo en el desarrollo de ideas de pureza sobre la mujer, ante el gran aumento de nacimientos de criaturas fuera del matrimonio, abandono infantil y mujeres dedicadas a la prostitución en las clases inferiores (Coontz, 2006; Weeks, 1981/2018).

Si el amor había sido inicialmente -y en parte seguía siendo- una idea relacionada con la igualdad y la libertad totalmente rupturista, los cambios sociales que trajo consigo dicha idea de amor -al igual que el resto de las ideas ilustradas y el desarrollo del capitalismo y el trabajo asalariado- volvieron a transformarse, desde las clases superiores, en un reordenamiento del género, sus asimetrías, sus valores, y la demarcación de las esferas privadas y públicas de la vida. En este nuevo marco donde se desarrolla el trabajo asalariado y se busca la distinción respecto de las clases inferiores, las clases medias y superiores construyen una nueva imagen de hombres y de mujeres: hombres proveedores -punto iniciático de la masculinidad hegemónica que se ha analizado al principio de este capítulo-, y mujeres domésticas -seres irracionales, emotivos y pasivos, relegados al espacio privado-. La "libertad" bajo la forma del amor romántico era el nuevo pegamento de esa unión desigual, donde se reestabilizaba la asimetría de género.

Ya en pleno siglo XIX, esta nueva concepción de la separación de esferas, la nuclearización de la familia sobre el matrimonio y su descendencia, y el desarrollo del amor romántico unido a la difusión de las ideas de pureza sexual, supuso una nueva realidad no exenta de problemáticas en las clases medias y altas (Coontz, 2006; Elias, 1939/2001; Weeks, 1981/2018). La visión de las mujeres como seres angelicales y no sexuales -y, ante la ruptura mínima de esa imagen, como depravadas y enfermas-, y los hombres como seres que debían practicar la autocontención sexual, llevó a la construcción del amor romántico como alejado de cualquier impulso sexual (Coontz, 2006). Como la línea del respeto a la pureza era muy fina para las mujeres, puede ser que las grandes muestras románticas masculinas -en el contexto español tenemos a Mariano José de Larra como ejemplo extremo-, se debieran a que ellas, ante el peligro de ser tildadas de depravadas, mesuraran en mayor medida sus pretensiones románticas (Coontz, 2006). Por ello, el amor romántico se movía tambaleante e intentando distanciarse de la idea del amor pasional; una idea edulcorada del amor que se situaba en las "buenas maneras". El interés romántico, de este modo, se circunscribía a mostrar las cualidades de feminidad y masculinidad aceptadas, un despliegue de cómo de buena mujer y buen hombre se era (Coontz, 2006; Elias 1939/2001).

Por otro lado, en un movimiento contradictorio, la asimetría de género y la dependencia económica que de los varones tenían las mujeres de clase media, generaba que muchas mujeres se casaran obedeciendo a esa dependencia económica en vez de al amor; en un contexto donde se proclamaba el amor matrimonial como fuente de felicidad, la infelicidad

en el seno del hogar y la ausencia del amor eran también hechos extendidos (Coontz, 2006). Más allá de la mera dependencia económica, la ausencia de igualdades legales entre hombres y mujeres, y la gran falta de derechos de las mujeres -si bien a finales del XIX comenzó cierta apertura y ampliación-, dificultaban todavía más la felicidad de pareja sometiéndolas a ellas, entorpeciendo las propias ideas liberadoras del amor.

Las clases obreras seguían otros caminos, sufrían otras constricciones y desdichas y disfrutaban de ciertas libertades que se verán más adelante. Aquí me limitaré a indicar que, del mismo modo que se ha visto en el epígrafe dedicado a los cambios desarrollados en el género femenino, entre finales del XIX y principios del XX estos cambios implican novedades en el desarrollo del amor romántico. La creación de nuevos empleos en el seno del capitalismo, que se extendieron, no solo a mujeres obreras, sino también a las mujeres de clase media -oficinistas, empleadas de grandes almacenes, etc.-, la mayor instrucción de estas mujeres, la difusión de anticonceptivos, y el desarrollo de las ideas sufragistas y de igualdad, implicaron redefiniciones en el género y en la configuración de las relaciones de pareja (Coontz, 2006). Las mujeres obreras fueron parte inicial del disfrute de ciertas libertades, en tanto que no estaban expuestas a las fuertes constricciones y visiones sobre pureza (Weeks, 1981/2018; Coontz, 2006), pero pronto muchas mujeres de clase media les seguirían y se contagiarían de estas ideas. En las primeras décadas del siglo XX, la extensión de las clases medias, la creación de una nueva cultura juvenil y la difusión de las ideas de igualdad, trajeron consigo la ruptura de las estrictas costuras de la lógica victoriana, elemento que extendió la sexualidad al ámbito del amor romántico, y que tuvo una gran difusión a través del cine y de la cultura (Coontz, 2006). El amor, ahora, era también sexual, y la buena vida sexual se apreció como elemento clave para la felicidad y bienestar del amor en el seno del matrimonio.

Uno de los ejemplos de esos relajamientos de formas fue la nueva cultura de citas que se extendió a las clases medias, antes solo presente en las obreras (Weeks, 1981/2018; Coontz, 2006), donde besos y toqueteos estaban presentes. Sin embargo, las asimetrías de género generaban tensiones tales como el hecho de que los hombres eran quienes invitaban a salir en citas -guiadas por el consumo, como el ir a tomar algo o el ir al cine-, en tanto que eran quienes disponían de más renta del trabajo asalariado. El nuevo reconocimiento de la sexualidad incitaba a los hombres a ser más sexuales -frente a la autocontención dirigida a

ellos en la era victoriana[15] - y, aunque se reconocía la sexualidad femenina y su descubrimiento, esta siempre debía guiarse a tenor de no dejarse llevar en exceso y cometer errores. Parte de la nueva problemática aquí para las chicas de clase media era el cómo de justificado estaba el sexo y qué prácticas podían darse y cuáles no para no ser señaladas, o cómo de enamoradas estaban para poder practicarlo (Coontz, 2006). Quizá sea a partir de este momento, cuando se empieza a reconocer el sexo como parte sustantiva del amor romántico, que comienza a extenderse la idea de que, si dos personas están enamoradas, el sexo puede estar justificado. Este hecho se ha mantenido todavía hasta nuestros días, donde si bien situamos una mayor libertad sexual -especialmente en el caso de las mujeres-, el sexo en un contexto de amor se valora de manera más positiva, especialmente en el caso de las mujeres.

2.3.2 El amor romántico hoy en día

Con sus idas y venidas, y adaptándose a las situaciones sociohistóricas concretas, así como a los roles de género y a los modelos de feminidad y masculinidad presentes, el amor romántico, en tanto que pegamento para unir parejas, sigue operando en la actualidad. De ser un elemento distintivo de las clases medias -lo cual no significa que el amor no existiera en el resto de los estratos sociales, aunque no en términos de "amor romántico" tal y como se ha definido- el amor romántico pasó a extenderse cultural y socialmente por todas las capas de las sociedades occidentales.

En el contexto de hoy, el amor es el motivo por el que las parejas se unen, pero las mayores libertades en el plano sexoafectivo y el aumento de las experiencias con diversas parejas, resulta en novedades en el plano del amor romántico.

> A partir de los sesenta las cosas cambian (algunos dicen que radicalmente) y la posibilidad de elección y la lógica creciente de la individualización han conllevado transformaciones en el ideal del amor romántico, tomando fuerza un nuevo patrón amoroso que vincula menos la pasión a la durabilidad, y *produce un proceso continuo de rotura y (re)constitución de parejas* (Roca, 2007: p.443, citado por Esteban, 2011), y una generalización de la aventura amorosa, en un intento *por retener y repetir*, *compulsivamente,*

[15] La autocontención sexual masculina victoriana no necesariamente llevaba a dejar de lado las prácticas sexuales -por ejemplo, el tener sexo con prostitutas o mediante el consumo de pornografía que empezaba a difundirse en el siglo XIX- pero sí que parecía guiarse por una gran culpa masculina (Coontz, 2006).

> *la experiencia primordial de la novedad* (Roca, 2007: p.445, citado por Esteban, 2011). En consecuencia, el matrimonio *se ha convertido en algo más alegre, amoroso y satisfactorio que nunca antes en la historia. Al mismo tiempo se ha vuelto opcional y más quebradizo* (Coontz, 2006: p1, citado por Esteban, 2011). Y el amor estaría sujeto a un intento de reconciliación de opuestos, *deseos contradictorios, fuerzas dialécticas en conflicto, como son el deseo de fusión, con la consiguiente aspiración al amor eterno, indivisible, libre de mentiras, y el deseo de individualización* (Roca, 2007: p. 444, citado por Esteban, 2011) y el consiguiente abandono cuando no hay suficientes dosis de pasión y comunicación.
>
> (Esteban, 2011: p. 59)

En la actualidad, por tanto, el amor romántico choca y se conjuga con los procesos de individualización de hombres y de mujeres, elementos que pueden llegar al extremo de "no volver a creer en el amor" en el caso de frustraciones ante las rupturas o la idea de volver a enamorarse y, por tanto, "volver a creer en el amor". Muchas de las comedias románticas actuales y de la literatura dirigida "a mujeres" giran en torno a estas temáticas (Taylor, 2012). En el trabajo de Ana Vicente Olmo (2017) sobre los sentidos y narrativas en torno al amor en jóvenes españoles heterosexuales, por ejemplo, se aprecia este hecho en las ambivalencias de los discursos de los jóvenes respecto del amor: por un lado, se afirma la imposibilidad de su sostenimiento en el seno de la pareja con el paso del tiempo, cierta imposibilidad de su mantenimiento para toda la vida, pero al mismo tiempo, los discursos del amor romántico siguen operando en sus prácticas amorosas, con cierto reconocimiento, al mismo tiempo, de que hoy en día "no se aguanta nada" en comparación con tiempos pretéritos, y sigue en el centro de los anhelos.

De todos modos, el fin del amor no siempre implica el fin de la pareja, dado que las relaciones sexoafectivas en el seno de la familia nuclear -matrimonios y parejas de hecho- son también unidad económica y estructura mínima desde la que se construye el mundo (Beck y Beck-Gernsheim, 2001). La ruptura de las parejas dependerá de las condiciones de existencia mismas y de las posibilidades: no es lo mismo que se acabe el amor en igualdad de condiciones para los participantes de una relación, a que haya una dependencia económica o una precariedad que imposibiliten la ruptura. El amor y la formación de la pareja, en dicho sentido, son también una cuestión de clase social, del estatus migratorio, de las aspiraciones y objetivos de nuestra cultura más próxima. Si bien el amor romántico se ha extendido a todos los estratos socioeconómicos, su desarrollo no se da de las mismas maneras, y sus consecuencias tampoco se reparten de la misma manera a todas las personas.

La asimetría y la desigualdad de género entre hombres y mujeres movilizan de igual modo al amor romántico todavía hoy, a pesar de la ruptura de las esferas completamente separadas decimonónicas. Si en el siglo XIX y hasta casi mediados-finales del XX las mujeres de clase media dependían de un hombre proveedor, y el amor se justificaba precisamente desde ese proveer económico que hacía el marido, los cambios en la economía y situación de las mujeres no rompen del todo con el ideal del hombre del que enamorarse. Aunque hoy en día las mujeres participan mayoritariamente del mercado de trabajo, el amor romántico todavía da forma -y justifica- precisamente las desigualdades salariales: el hombre que debe atraer, en principio, sigue teniendo mejores posiciones económicas, y se representa así en muchos productos culturales (Gill y Herdieckerhoff, 2006). Se refuerza la idea de la mujer dependiente o incompleta que, gracias al amor, llega a la plenitud y a la mejora de su posición, en una lógica hipergámica, con un varón económicamente más solvente. Mitos como el de que el amor todo lo puede, o que gracias al amor puede cambiarse a una persona, a la vez que una lógica inserta en los cuidados, hacen que situaciones de violencia se mantengan en nombre del amor. Situaciones que en todo caso pueden acrecentarse en aquellas ocasiones en las que hay una gran dependencia económica, o una gran precariedad, que hacen que las mujeres sean más vulnerables.

2.3.3 Las críticas feministas al amor romántico

Cuando vimos el epígrafe dedicado al mandato de feminidad, la emocionalidad -frente a la racionalidad- era uno de los elementos adjudicados a las mujeres en su construcción del género. Si bien, como se ha visto, a principios del siglo XX las mujeres sufrieron una serie de cambios que les hicieron salir de las estrictas y encorsetadas paredes del hogar del siglo XIX, estas rupturas no fueron totales. A lo largo del siglo XX, la extensión de las clases medias y el modelo del hombre proveedor, hizo que muchas -a pesar de haber adquirido derechos- quedaran relegadas al trabajo doméstico hasta los cambios sociales a partir de los años 60 y 70. En los conservadores años de posguerra -todavía más estrictos en el caso concreto de España con la dictadura fascista y nacionalcatólica-, el mandato de feminidad seguía relegando a las mujeres de clase media al hogar, especialmente después de casarse, y, en cualquier caso, trabajaran o no fuera de casa, debían seguir siendo las encargadas del cuidado y de los afectos familiares de manera exclusiva. En dicho sentido, el amor -por el marido, por la familia, por el hogar-, era -y sigue siendo en gran parte- imperio de las mujeres.

La socialización femenina que pone en valor -siguiendo a los mandatos de la feminidad- buscar una pareja como modo de autorrealización, relega a las mujeres al ámbito del amor romántico también. A lo largo del siglo XX se puso de moda la figura del hombre soltero que podía realizarse por sí mismo, cuyo culmen es el modelo de soltero playboy desarrollado a partir de la segunda mitad de siglo y descrito por Paul Preciado (2010): un nuevo hombre, autosuficiente y urbano, soltero -o divorciado-, que toma el espacio doméstico -relegado a la esfera de lo privado y lo femenino- pero que, al mismo tiempo, demarca su propia masculinidad. El espacio doméstico del soltero playboy no lo afemina, también se distancia de la figura del hombre homosexual, sino que toma lo que le ha sido expropiado, y lo pone a su servicio: el espacio doméstico es lugar de trabajo y de disfrute, de ruptura con el estricto régimen de vida de los suburbios y de la lógica de la familia nuclear. El playboy en su soltería no busca esposa, la sexualidad se vive desde esa soltería misma, es la manifestación expresa y demarcación de la autonomía masculina. Si bien el soltero playboy definido por Preciado (2010) es la máxima expresión de un modo de vida, la figura del soltero hecho a sí mismo, que va por libre y que se aleja de las formulaciones de pareja clásicas -estables, monógamas y unidas vía amor romántico- ha calado en parte del imaginario masculino actual: la idea de ir por libre -al menos de manera relegada a ciertas edades hasta "sentar la cabeza" en algunos casos- y cierto rechazo a "ser atado". Modo de entender, desde el ejercicio del privilegio y autonomía masculinas, el terreno sexoafectivo fuera del marco de la monogamia y la pareja. Esto no fue así en el caso de las mujeres, donde a ellas se les ofrecía el espacio del matrimonio y la familia como único lugar para la autorrealización personal y alcance de la felicidad. A pesar de que a partir de las últimas décadas del siglo XX también se reconociera el derecho de las mujeres a la soltería y a cierta vida sexual durante la juventud, de manera creciente en contextos posfeministas, éstas quedaban relegadas a la búsqueda final de un hombre -o mujer, en las versiones recientes- con la promesa de amor, monogamia y felicidad (Gill y Herdieckerhoff, 2006).

Si el amor romántico tenía su implementación en el seno del matrimonio, las principales críticas dirigidas hacia el amor romántico -en tanto que espacio donde se articulaban las desigualdades entre hombres y mujeres- en dicho sentido vinieron, en primer lugar, dirigidas hacia la propia institución matrimonial. Ya las feministas revolucionarias -anarquistas y comunistas- de finales del XIX y principios del XX señalaron el matrimonio como un lugar de opresión para las mujeres, lugar alejado del "verdadero" amor en su sentido de espacio de libertad. En estas críticas de principio de siglo, el problema no sería el amor en sí mismo, pues este se aprecia como lugar desde el que ejercer la libertad. El problema sería el amor en

el seno del matrimonio burgués, como lugar de reproducción de las desigualdades, o el amor en el seno del matrimonio proletario que deja a las mujeres, o bien a tenor de una doble jornada laboral -con sueldos muy inferiores a sus maridos obreros- o en la absoluta dependencia y miseria económica, trabajando de manera gratuita de manera exclusiva en el hogar.

Emma Goldman (1896/2022), llega a calificar de "prostitución" a cualquier unión -aunque sea sancionada por la Iglesia o el Estado- donde no hay amor, en tanto que serían uniones -sean en clases más pudientes o en clases empobrecidas- que obedecen exclusivamente a una cuestión económica y de subsistencia. En un primer momento, Goldman (1896/2022) propone la entrada al matrimonio por amor y el divorcio en caso de que este amor acabara. Más adelante, en *Matrimonio y amor* (1910/2010), criticaría la institución del matrimonio, en tanto que lugar de dependencia femenina y su sometimiento, y apelaba al ejercicio del amor fuera de sus costuras. Para Goldman, en esta nueva etapa no había posibilidad de amor en el seno del matrimonio:

> Algún día y algunos hombres y mujeres surgirán para elevarse a los picos más altos, y allí se encontrarán grandes, fuertes y libres, prestos a recibir, a compartir en un abrazo los rayos de oro del amor. Qué fantasía, qué imaginación, qué genio poético podrá prever aún aproximadamente la tremenda potencia creadora que tendrá ese torrente de fuerzas en la existencia de las mujeres y los hombres. Si el mundo ha de dar nacimiento al verdadero compañerismo entre los humanos, la fraterna unión de ellos, no el matrimonio, sino el amor será su padre fecundo.
>
> (Goldman, 1910/2009)

Por otro lado, la revolucionaria soviética Aleksandra Kollontai planteó en diversos escritos el carácter social del amor, y su necesidad de transformación como cuestión central para la consecución plena de la libertad de los individuos proletarios en la nueva sociedad comunista (1923/1976). Según ella, la burguesía capitalista había relegado el amor a la esfera privada, encadenando "el amor a sus normas morales para que sirva al logro y afirmación de sus intereses de clase" (Kollontai, 1923/1976: p. 126). En *El comunismo y la familia* (Kollontai, 1921/1976) mostraba que la problemática del matrimonio precisamente era el contexto capitalista en el que se daba, que hacía que las mujeres, relegadas a la esfera privada, fueran dependientes, a la vez que el hecho de que se diera mediante la Iglesia lo hiciera indisoluble,

y se imposibilitara el desarrollo del amor en su esplendor. En la visión de Kollontai (1921/1976), esas problemáticas finalizarían solo en el contexto de una sociedad comunista, donde el trabajo asalariado de hombres y de mujeres y su igualdad, unido a la posibilidad del divorcio, generaría las condiciones económicas y sociales óptimas para formar matrimonios y uniones igualitarias donde se pudiera amar libremente. Con respecto al trabajo reproductivo, el Estado de los Trabajadores sería el que asumiría las cargas relacionadas con las tareas del hogar y el trabajo reproductivo -comedores públicos, lavaderos, escuelas y guarderías, jornales durante el periodo de lactancia, etc.-, donde los trabajos del hogar serían "realizados por una categoría especial de mujeres trabajadoras dedicadas únicamente a estas ocupaciones[16]" (Kollontai, 1921/1976). De este modo, liberadas de las cargas domésticas y familiares, y liberadas de la dependencia económica a los hombres gracias al trabajo, los hombres y las mujeres podrían desarrollar su amor y sus rupturas de manera libre. En *Juventud y la moral sexual* (Kollontai, 1923/1976), la autora desarrolla que, a lo largo de la Guerra Civil Rusa y periodo de establecimiento de la URSS, el amor se ha dado de dos maneras principales: mediante un "eros sin alas", que une a los jóvenes por simple interés sexual e instinto reproductivo, pero sin preocupaciones en el amor, debido a que la situación de la Guerra requería grandes energías que no se le podían dedicar al amor; o, en aquellos matrimonios estabilizados, mediante un sentimiento de camaradería que lo convertía en una unión firme en una situación de crisis (Kollontai, 1923/1976: p.123). El objetivo sería, en el desarrollo hacia el comunismo, el establecimiento de un matrimonio mediante la camaradería a modo de transición, donde pudieran desplegarse las "alas de eros" y desarrollar las emociones propias del amor, hasta llegar, en el advenimiento de la sociedad comunista, a un "eros transfigurado": "la forma normal reconocida y deseable de las relaciones entre los sexos estará basada puramente en la atracción sana libre y natural sin perversiones ni excesos de los sexos" (Kollontai, 1923/1976: pp. 146-147).

En España, la Segunda República (1931-1936) adoptó la obligatoriedad del matrimonio civil -aunque podía celebrarse por la Iglesia- y la legalización del divorcio en 1932, gran ruptura respecto de la estricta doctrina eclesiástica existente hasta entonces. Además, en el mismo contexto de la Segunda República y a lo largo de la Guerra Civil (1936-1939) -momento en el que también estuvo presente la Revolución Anarquista-, las críticas al matrimonio se concretaron en la difusión de las ideas sobre el amor libre. Las ideas del amor libre eran de

[16] Sorprende que también para las tareas domésticas colectivas se recurra a las mujeres obreras y no a hombres. En la traducción al inglés del texto de Kollontai realizada por Alix Holt (1977), sin embargo, se refiere a "hombres y mujeres trabajadores". En las traducciones francesa e italiana que he encontrado, la referencia es a "mujeres trabajadoras" de manera exclusiva.

carácter diverso aunque buscaban distanciarse en muchas ocasiones de la imagen de libertinaje o promiscuidad (Lora Medina, 2019), y se concretaban en propuestas diversas: desde quienes abogaban por el matrimonio civil -desde una perspectiva fuertemente anticlerical, como se ha visto también en el caso de Kollontai (1923/1976)- hasta quienes repudiaban la institución misma del matrimonio y abogaban por la unión libre y desinteresada de las personas, fuente de igualdad, felicidad y plenitud, en la línea de Emma Goldman (1910/2010) y otros autores anarquistas. La asociación anarquista Mujeres Libres, mediante su revista de mismo nombre, difundía artículos en dicho sentido, como los firmados por Amparo Poch y Garcón (1936), criticando al matrimonio como institución opresiva, y recurrían a fragmentos e ideas de Emma Goldman en su trabajo.

Dentro del anarquismo español de los años 30, una minoría abogaba por el pluralismo sexual -una suerte de poliamor o anarquismo relacional-, mientras que la mayoría apoyaba las ideas de amor singular: similares a los noviazgos de hoy en día, de carácter monógamo, donde las relaciones empezaran y acabaran cuando sus participantes desearan (Lora Medina, 2019). En cualquier caso, a pesar de los cambios sociales que afectaron a mujeres durante los años de la República y la igualdad legal que les fue otorgada, las grandes desigualdades de género y los pensamientos de inferioridad hacia ellas seguían extendidos en la sociedad, y eran tema de debate también los modos en los que las mujeres podían quedar "desamparadas" ante el mal comportamiento de sus compañeros, por ejemplo ante situaciones de embarazo y abandono en el seno de las relaciones libres (Lora Medina, 2019). Como vemos, en estos contextos, las críticas más que al amor, eran al matrimonio, en tanto que era el vehículo obligatorio para la institucionalización de la pareja estable, y el lugar en el que se desplegaban las desigualdades y sometimientos a las mujeres. El amor, al igual que de manera previa, se apreciaba como lugar predilecto para la libertad, pero ello implicaba librarse de las estructuras que constreñían dicha libertad -como el matrimonio, el capitalismo o la Iglesia-.

En estas críticas de las primeras décadas del siglo XX podemos apreciar ciertas constantes: por un lado, la institución matrimonial es la que está en el punto de mira. Bien sea en una reformulación de la institución matrimonial -como en el caso de ideas socialistas y comunistas- mediante la superación del capitalismo, o bien su absoluta disolución -como en las ideas anarquistas o del comunismo futuro-, dicha institución se aprecia como el lugar que impide el desarrollo del amor libre. En segundo lugar, no entran críticas a la idea del amor mismo, si bien en los escritos de Kollontai (1923/1976) queda claro que el amor tiene carácter social y que la moral proletaria construirá un modelo nuevo de amor, diferente del que ahora denominamos como romántico. En tercer lugar, el gran distanciamiento que se

plantea de las ideas de libertinaje, "depravación" y promiscuidad dentro de la libertad amorosa. Quizá frente a las críticas por la posible ruptura de la familia y del orden social, y con la idea de convencer a potenciales seguidores, o quizá no, pero el señalamiento hacia ciertas formas de sexualidad como "peores" -y entre líneas, a las formas que difieren de la heterosexualidad- se aprecia en muchos casos. La monogamia también había sido señalada como problemática, aunque tampoco queda clara la idea de la exclusividad sexual en las formulaciones de amor libre más libertarias -como las anarquistas y las del comunismo futuro-, más allá de las propuestas de pluralismo sexual (Lora Medina, 2019), y algunas reflexiones realizadas por Kollontai (1923/1976) y por Goldman (1910/2015). Kollontai reflexiona brevemente sobre esta temática dejando su resolución al futuro del proletariado comunista:

> Desde fines del siglo XIX los psicólogos y escritores empezaron a tratar como tema favorito la multiplicidad del sentimiento de amor. (…) "enigma" del "amor por dos y hasta por tres seres". (…) bajo el peso del "enigma de la dualidad de sentimientos de amor" también se doblegan los hombres que no son "grandes" en modo alguno, pero que en vano buscan la clave de la solución del problema dentro de los límites impuestos por el pensamiento burgués. La solución del problema está en manos del proletariado precisamente. Pertenece a la ideología y al nuevo género de la vida de la Humanidad trabajadora la solución de este problema.
>
> (Kollontai, 1923/1976: p. 155)

Goldman, por otro lado, se aproxima a la cuestión de los celos en el contexto del amor libre, haciendo referencias a la monogamia y al matrimonio como sistemas e instituciones que hacen que se crean los celos en el seno de las relaciones:

> Se puede encontrar una fuerte discusión contra los celos en los escritos de historiadores como Reclus, Morgan y otros (…) Cualquiera que esté familiarizado con sus trabajos sabe que la monogamia es una versión tardía del sexo que tuvo lugar gracias a la domesticación y apropiación de la mujer, lo que ha creado un monopolio sexual y la inevitable sensación de celos. (…)
>
> ver a personas que aman a más de una persona como perversos y anormales es ser muy ignorante (…)
>
> Goldman (1910/2015)

Apreciamos en estas autoras, por tanto, la propuesta de crear amores "puros" -en su terminología- que conectan con la idea de libertad, y que chocan con muchos de los preceptos del amor romántico -celos, exclusividad, duración para toda la vida, etc.-, aunque sí que recurren a la idea de complementariedad. Si bien la promiscuidad o las relaciones sin amor se aprecian como algo no deseable, el pluralismo sexual, si hay amor, no se ve como algo nocivo.

Unas décadas más adelante, los movimientos feministas de la segunda ola también señalaron a la institución del matrimonio como espacio de opresión para las mujeres (Friedan, 1963/2016). Si bien esas críticas se dirigían al matrimonio como institución que reproducía las desigualdades y relegaba a las mujeres al hogar y al espacio privado, posteriormente, las críticas feministas también se extendieron a la pareja heterosexual y al amor romántico:

> las relaciones de poder no se establecían solo en el ámbito público sino también en las relaciones interpersonales, [esto] condujo a las feministas a mirar a las relaciones de dominación en el interior de la pareja y de la familia.
>
> (Esteban, 2011; p. 142)

Estas críticas señalaban, como se ha dicho, la desigualdad y asimetría de género como la problemática inherente al amor romántico, como en aquellas realizadas por autoras como Firestone o Millet (Esteban, 2011). En dicho sentido, la creación de propuestas como el lesbianismo político (Leeds Revolutionary Feminist Group, 1981) plantearían que las asimetrías en el seno de la pareja y del amor romántico se solucionaban no construyendo relaciones con el "enemigo". De este modo, el amor y el establecimiento de relaciones entre mujeres de manera voluntaria sería el modo de solventar la problemática inherente al amor. Por otro lado, la progresiva adquisición de derechos legales y de igualdad de las mujeres, y su toma del espacio público en las últimas décadas del siglo XX generaría también cierto silencio sobre las desigualdades y malestares asociadas a las relaciones de pareja formadas entre hombres y mujeres, en tanto que la "confianza en (…) la superación de la subordinación conllevaría la desaparición automática de las relaciones insatisfactorias" (Esteban, 2011: p. 145).

Sin embargo, a pesar de los avances legales y sociales que han afectado a las mujeres, así como de las diversas propuestas feministas, los cambios en las relaciones sexoafectivas no llegarían a ser del mismo calibre (Esteban, 2011: p. 145). Por un lado, por el hecho mismo de que las asimetrías de género se siguen reproduciendo en el seno de las sociedades

igualitarias (Jónasdóttir, 1993, citado por Esteban, 2011), tal y como hemos podido ver en el epígrafe dedicado a las tensiones entre la igualdad normativa y la desigualdad. Por otro lado, porque en las relaciones sexoafectivas que escapan de la heterosexualidad, los malestares que surgen derivados del amor romántico -y de sus mitos y preceptos- también operan.

> Me pregunto si la retórica del amor no es sino otro discurso y otra práctica más que hemos adoptado desde el régimen heterosexual. (…) un discurso totalmente inofensivo y domesticado, algo que no molesta en absoluto al sistema patriarcal y homófobo. Por el contrario, los bollos, las maricas e incluso los trans son mucho mejor digeridos y aceptados cuando tienen pareja (…) Como decía Foucault, lo que molesta al poder no son las relaciones homosexuales, sino la amistad. Es decir, la posibilidad de crear redes de amigos, apoyos, afectos, solidaridades, difíciles de localizar, que escapan al control social y que van más allá del modelo binario individualista o liberal: "pareja- amor- matrimonio".
>
> Mi impresión es que el amor sigue siendo el último bastión que nadie se atreve a franquear, a cuestionar. Se plantea como algo universal, ahistórico, intrínsecamente bueno, humano, positivo. (…)
>
> El amor nos vuelve codificables, comprensibles, integrables, normales. (…) Si queremos desafiar y subvertir el orden social y sexual en que vivimos, hay que acabar con el amor.
>
> (Sáez, 2008)

Este extracto pertenece a una publicación realizada por Javier Sáez tras la celebración de unas jornadas *queer* porno-punk en 2008 en Arteleku, Donostia. En dichas jornadas de práctica y performances sexualmente disidentes, de acuerdo con Sáez (2008), la retórica sobre el amor, si bien desplazada de la heterosexualidad y las prácticas normativas hacia las disidencias sexuales, se presentaba prácticamente intacta, apelando al amor de pareja de manera recurrente. De este modo Sáez (2008) plantearía una crítica mordaz a la idea del amor, proponiendo la necesidad de desterrarlo del vocabulario, en tanto que herramienta del amo (Lorde, 1984/2003, citada por Sáez, 2008) que impediría romper con el sistema heterosexual (Wittig, 1992/2006) y patriarcal. Las respuestas a esta publicación de Sáez, por parte de otros participantes de las jornadas, como las realizadas por Virginie Despentes y Paul Preciado, en

forma de mordaces y agresivas críticas, alegaron que el amor que Sáez señalaba era precisamente la forma de amor romántico, y que el amor que promulgaban rompía con la lógica normativizadora, aproximándose a su carácter utópico y de libertad, algo que Sáez no podría entender en tanto que hombre privilegiado según planteaban. Tal y como indicó Marcelo Soto en otra respuesta, Sáez había metido el dedo en la llaga al intentar poner en cuestión la idea misma del amor, y las fuertes críticas que suscitó volverían a demostrar cómo de encumbrada se tenía a la idea misma del amor. Sin embargo, también cabe mencionar que, en la crítica de Javier Sáez, la noción misma de amor se equipara al amor romántico, muestra de su encumbramiento, en vez de observar el amor de manera amplia: en los propios textos de Audre Lorde (1984/2003) a los que él recurre a lo largo de su crítica a modo de justificación, el amor también se plantea como fuente de compañerismo, cuidado, y apoyo mutuo -de manera destacada entre mujeres negras-, defendiendo el amor y el erotismo en otros sentidos diferentes del amor romántico y en una lógica emancipadora.

Si hasta ahora la mayoría de las críticas al amor -romántico- que se han podido observar planteaban una revisión del amor en una estructura concreta -el matrimonio, la pareja, la heterosexualidad, el capitalismo, etc.-, proponiendo la necesidad de generar un nuevo tipo de amor que no dialogue con el poder, Sáez (2008) rompe con esta tendencia preguntando si convendría dinamitar el amor de raíz: si el amor es amable, si el amor está bien visto, si el amor perdona -la existencia de unos- o cuanto menos, la suaviza, quizá es que sea una herramienta para doblegar. Romper con el amor, por lo que yo entiendo de estas reflexiones, no implica deshacerse de los afectos ni del apoyo mutuo ni del cuidado. En la misma línea, el extenso trabajo de investigación realizado por la antropóloga Mari Luz Esteban condensado en su libro *Crítica del Pensamiento Amoroso*[17] (2011), viene precisamente a analizar, no solo el amor romántico, sino el amor de manera amplia en los contextos occidentales, lo que ella denomina como "Pensamiento Amoroso":

> En la sociedad occidental de los últimos siglos se ha ido fraguando una forma absolutamente dominante de concebir lo humano y de representar los vínculos entre las personas, que denominaré Pensamiento Amoroso: un conjunto articulado de símbolos, nociones y teorías en torno al amor, que permea todos los espacios sociales, también los institucionales, e influye directamente en las prácticas de la gente,

[17] La gran parte de mi trabajo en esta sección bebe en gran medida de estos trabajos de investigación y reflexiones realizadas por Mari Luz Esteban, los cuales han sido una gran guía para el aprendizaje y el análisis y el acceso a bibliografía.

> estructurando unas relaciones desiguales de género, clase y etnia, y un modo concreto y heterosexual de entender el deseo, la identidad, y, en definitiva, el sujeto.
>
> (Esteban, 2011: p. 23)

En las décadas más recientes (a partir de los años 90'), el amor romántico se ha reactualizado dentro de un contexto posfeminista, donde la igualdad de oportunidades y sus narrativas desmovilizarían los señalamientos feministas en tanto que "caducos" (McRobbie, 2010; Esteban, 2011) a pesar de trabajos como el de Jónasdóttir (1993) que demuestran la permanencia de las asimetrías en el seno de las parejas formadas entre hombres y mujeres, y que el amor romántico y su modelo de pareja monógama y normativa, se extendieran también fuera de la heterosexualidad (Sáez, 2008).

La figura del príncipe azul -e incluso las princesas, en sus versiones más actualizadas- como garante de la felicidad personal, es parte del constructo de "la media naranja" que viene a completar a las mujeres, siempre hechas a medias si no encuentran el amor. Incluso las protagonistas de los productos culturales posfeministas (*Bridget Jones*, las comedias románticas protagonizadas por Julia Roberts, etc.) como indican Gill y Herdieckerhoff (2006), se realizan y son felices solo después de conseguir pareja -monógama- y un verdadero amor, a pesar de que se presenten como mujeres con aspiraciones laborales y sexualmente liberadas de manera previa. En un proceso de "heteronormativización" de las relaciones sexoafectivas entre personas del mismo género, el amor romántico también se extiende y se ve representado en una gran explosión de productos culturales actuales, como las comedias románticas de temática LGTBIQ+. El amor romántico viene a salvarnos a todos, a todas y a todes de nuestros malestares y a completarnos. Da igual que fallemos varias veces en su búsqueda -al final, hoy en día no estamos sometidos a encontrar el amor en una única pareja a lo largo de nuestra vida-, el amor siempre es la promesa final de un recorrido con idas y venidas, interrupciones y caminos desviados.

De este modo, en el contexto neoliberal actual, el amor romántico se presenta como un objetivo individual, y donde la socialización de género hace que este objetivo se vuelva de carácter todavía más presente en las biografías de las mujeres como parte de su autorrealización como sujetos plenos (Herrera, 2011). Encontramos también toda una industria dedicada exclusivamente a la consecución del amor romántico: aplicaciones para citas, belleza y estética, planes románticos -escapadas, restaurantes, cultura, etc.-, desarrollo

personas -*coaching*, autoayuda y terapia-, que se presentan como las soluciones o los caminos para poder acceder al amor romántico.

Sin embargo, la cuarta ola feminista desarrollada en la década de los 2010, también ha sido un contexto donde se han extendido las críticas al amor romántico, no circunscribiéndolas exclusivamente a una problemática de la heterosexualidad y acercándose a la cuestión desde una perspectiva interseccional. En dicho sentido, los activismos feministas y LGTBIQ+ han señalado de manera especial el carácter jerárquico del amor romántico y se han realizado fuertes apuestas por plantear la importancia de los afectos en las redes de amistad. Los talleres sobre amor romántico en institutos y universidades, la apuesta y difusión de la formación de otros vínculos sexoafectivos fuera de la monogamia -poliamor, anarquismo relacional, etc.-, el señalamiento crítico del amor como elemento que otorga plenitud y los modos de plantear el amor de pareja y los afectos de maneras diferentes, etc. han sido parte sustancial de esta nueva ola feminista. Si bien las ideas asociadas al amor romántico siguen siendo extendidas en las sociedades occidentales, las visiones críticas de estas también se han extendido en esta nueva etapa.

2.4 Género y sexualidad

2.4.1 La tecnología del sexo y la doble moral victoriana

A la hora de hablar de sexualidad se ha de tener en cuenta, de la misma manera que se ha visto con el género o el desarrollo del amor romántico, que ésta es también un producto sociohistórico que ha sufrido cambios a la par que se han ido modelando las diversas sociedades y las normas de regular los comportamientos sexuales. Norbert Elias (1939/2001) habla precisamente de cómo a lo largo del proceso de civilización, desarrollado en la Europa occidental a partir del medievo hasta el siglo XX -y también extendido a los Estados Unidos-, se desarrolla un aumento de los sentimientos de pudor y de autocontrol que también afectan a la sexualidad: de encontrarse ésta en la parte pública de la vida -no se omite, no se rechaza su mención, no se protege a los niños frente a su existencia-, paulatinamente, la sexualidad se vería confinada a la trastienda de la vida, de manera

destacada a lo largo del siglo XIX. Tal y como se ha apreciado, el siglo XIX está caracterizado precisamente por ser un momento histórico de radicales cambios en la concepción de la vida, en la delimitación de las esferas privadas y públicas, y de la concepción hegemónica de la masculinidad y la feminidad también atravesadas por una gran negatividad sexual.

Por ejemplo, el caso del matrimonio monógamo, que si bien ha sido el lugar predilecto que desde las normas -Iglesia, Estado- se ha instaurado para el desarrollo de la sexualidad, los modos en los que la exclusividad sexual ha funcionado en el seno del matrimonio y la aceptación social y cultural de esa ruptura de la exclusividad han diferido en diferentes periodos históricos. Ejemplo de este hecho es la aceptación y normalización de los hijos bastardos del hombre hasta bien entrado el siglo XVIII en Europa que, si bien no gozaban del derecho a la herencia, no eran ocultados y vivían en muchas ocasiones en el hogar familiar del padre de manera conjunta con el resto de los hermanos, elemento que posteriormente se relegaría al secreto y a la vergüenza en el desarrollo del siglo XIX (Elias, 1939/2001). En la misma línea, las mayores cotas de igualdad entre hombres y mujeres en las sociedades cortesano-absolutistas de los siglos XVII y XVIII, también generarían cierta permisividad para las relaciones extramatrimoniales femeninas (Elias, 1939/2001), donde en nuestro entorno tenemos el ejemplo del cortejo detallado por Carmen Martín Gaite (1972/2017) en su Tesis Doctoral: el cortejo como desarrollo de una moda en la que las mujeres casadas de la alta sociedad del siglo XVIII gozaban de poder tener un "amigo" con el que en muchas ocasiones se mantenía también un vínculo afectivosexual extramatrimonial. Otro elemento característico de esta mayor libertad sexual que se desarrolla especialmente en el siglo XVIII ligado a las ideas de igualdad y a la proclamación del amor y del derecho a escoger pareja, fue el aumento de la proporción de nacimientos fuera del marco del matrimonio, hecho también documentado por la historiadora Stephanie Coontz (2006).

Sin embargo, a pesar de los procesos revolucionarios que a finales del siglo XVIII trajeron una mayor libertad y nociones de igualdad, el desarrollo de la burguesía como nueva clase política y económica dominante traería consigo también el desarrollo de una nueva y estricta moral que buscaría distanciarse, por un lado, de los excesos y aberraciones asociados a la aristocracia y, por otro lado, de las vidas de las nuevas masas de personas trabajadoras en los contornos de las nuevas sociedades industriales (Coontz, 2006). En este nuevo contexto decimonónico comienzan a desarrollarse ideas sobre la radical diferencia de hombres y mujeres, la clara separación de las esferas pública y privada, y una negatividad y fobia sexual que relega la sexualidad a lo innombrable y a lo más puramente privado y secreto, dentro de los estrechos márgenes del matrimonio (Elias, 1939/2001). Sin embargo, es en este contexto

que también se encuentra una doble moral, por un lado, debido a que, si bien las clases burguesas pregonaban un rígido puritanismo sexual, también nos encontramos en este periodo con la explosión y desarrollo de la pornografía, del mismo modo que el recurso a la prostitución por parte de varones como parte de su vida sexual, tanto de manera previa al matrimonio como dentro del mismo (Weeks, 1981/2018), aunque siempre con ese halo de secretismo y culpa de fondo (Elias, 1939/2001; Coontz, 2006).

Las clases obreras, que gozaban de sus propios marcos de entendimiento y su propia moral y rituales de cortejo y sexualidad, así como sus propias penalizaciones y señalamientos públicos -diferentes de acuerdo a la culturas propias desarrolladas por las clases obreras en cada espacio geográfico, valores y tradiciones locales-, sufrieron también un gran señalamiento e intento de colonización y evangelización por parte de la moral burguesa, mediante campañas, promulgación de leyes para prevenir enfermedades de transmisión sexual, y una supuesta preocupación sobre la prostitución y la delincuencia sexual, a las que asociaban cualquier atisbo de agencia sexual femenina por parte de las jóvenes obreras solteras (Dubois y Gordon, 1984/1989; Weeks, 1981/2018). Se aprecia de este modo que, más que preocupación por la precariedad de los modos de vida obreros, lo que molestaba a la moral burguesa eran elementos relativos a la autonomía económica de las mujeres obreras y su sexualidad, hechos que se distanciaban claramente de la feminidad burguesa. En todo caso, los patrones de las relaciones sexoafectivas en las clases obreras se verían perturbados debido a los cambios sociales incentivados por la industrialización y la gran precariedad que se fue generando a medida que ésta avanzaba, donde la movilidad ocupacional generó en muchas ocasiones el abandono de mujeres embarazadas, el hacinamiento y nefastas condiciones de vida (Weeks, 1981/2018). Del mismo modo, "soluciones" propuestas desde la burguesía -entre las que se incluían corrientes feministas- para evitar la prostitución de las mujeres obreras -extendida en ocasiones, aunque fuera de manera puntual, para sacar jornales extra ante situaciones de precariedad-, era el incentivar que estas jóvenes se dedicaran al servicio doméstico en calidad de criadas, si bien muchas de ellas acababan también prostituyéndose con los propios señores de las casas en las que servían (Weeks, 1981/2018).

Esta doble moral sexual se aprecia, por tanto, en el supuesto secretismo que rodeaba a la sexualidad (Elias, 1939/2001), que fue al mismo tiempo el centro mismo de un discurso obsesivo sobre los modos en los que la sexualidad debía ser llevada: esta tecnología del sexo (Foucault, 1978) fue la que acabó definiendo nuevas categorías, enfermedades, aberraciones y perversiones en el terreno de lo sexual y que se escudó en el nuevo auge de la ciencia para sus justificaciones. Desde la propia definición del "homosexual" como un tipo de sujeto

concreto (Foucault, 1978) y la posterior definición -por oposición- de lo que era la heterosexualidad, a la catalogación de histeria de cualquier comportamiento femenino que no pudiera encajar en el estricto corsé moral adjudicado a las mujeres o la visión, clasista y colonial, de las clases obreras y de las poblaciones colonizadas, como salvajes e incivilizados incapaces de controlar una supuesta naturaleza sexual que no se acomodaba a las normas burguesas. Ello no quiere decir que las clases medias y burguesas fueran capaces de cumplir con lo que esta moralidad exigía de manera constante a pesar de los intentos para el autocontrol (Elias, 1939/2001), sino que las acciones "inadecuadas" se ocultaban, centrando los señalamientos de lo depravado en la otredad.

A lo largo de las primeras décadas del siglo XX las normas sociales sobre sexualidad adquirirían otros matices que se distanciarían en parte de la estricta moral decimonónica: una visión positiva de la sexualidad en el seno del matrimonio, el auge de la figura del hombre soltero, el desarrollo de una cultura de citas -existente de manera previa en las clases obreras-, y cierta iniciación sexual juvenil -no penetrativa- para chicos y chicas (Coontz, 2006) fueron parte de estos cambios. Sin embargo, estas aperturas hacia las normas socialmente aceptadas sobre la sexualidad -que no implicaban necesariamente su cumplimiento, en cualquier caso- seguían girando alrededor de la sexualidad en el seno del matrimonio, un sistema heterosexual, y la negación y señalamiento de la agencia sexual femenina fuera del matrimonio. A pesar de ciertas idas y venidas y cambios en momentos concretos, como a lo largo de la Segunda República en el caso de España, o en los contornos de las dos Guerras Mundiales a nivel occidental, el conservadurismo de posguerra -así como la dictadura española- seguía proclamando una clara separación de esferas pública y privada, la relegación de la mujer a la figura de la ama de casa -extendida también ahora a muchas mujeres obreras tras el matrimonio- dependiente de un varón proveedor y una sexualidad aceptada en el marco del matrimonio y dentro de los esquemas heterosexuales. No sería hasta los años 60 del siglo XX, con la llegada de la segunda ola feminista, la revolución sexual y el movimiento de liberación gay, que estos modelos acabarían quebrantándose en un proceso rápido pero que también sufrió respuestas por parte de posturas tradicionalistas en una serie de idas y venidas. En el caso de España, dado el contexto de la dictadura franquista, estos procesos de ruptura del estricto régimen sexual comenzaron a darse de manera general y concentrada al finalizar la dictadura a partir de finales de los años 70 del siglo XX, sin embargo, en parte de los entornos burgueses españoles -y también en algunos obreros-, algunos de estos nuevos valores sobre sexualidad ya sobrevolaban a parte de la juventud debido a cierto efecto

contagio de las movimientos que se estaban dando de manera previa en el extranjero (Ferrandiz y Verdú, 1974).

2.4.2 La ruptura de los límites de lo público y lo privado: de la segunda ola del feminismo a las Guerras del Sexo

> La fusión cultural de género con sexualidad ha dado paso a la idea de que una teoría de la sexualidad puede derivarse de una teoría de género. (…) El desarrollo de este sistema sexual se ha producido en el contexto de las relaciones entre géneros. Una parte de la moderna ideología sexual es que el deseo es atributo de los hombres y la pureza lo es de las mujeres. Las mujeres han sido hasta cierto punto excluidas del moderno sistema sexual. (…) El género afecta al funcionamiento del sistema sexual, y éste ha poseído siempre manifestaciones de género específicas. Pero, aunque el sexo y el género estén relacionados, no son la misma cosa, y constituyen la base de dos áreas distintas de la práctica social.
>
> (Rubin, 1984/1989: pags. 183-184)

Doy comienzo a este apartado con un extracto del texto de Gayle Rubin *Reflexionando sobre el sexo: notas para una teoría radical de la sexualidad*, publicado originalmente en 1984 en la compilación de textos realizada por Carole S. Vance *Pleasure and Danger: Exploring Female Sexuality.*[18] Esta compilación de textos nace a raíz de la novena Conferencia de Feministas y Académicas celebrada en Barnard College (Nueva York, 1982), importante en la historia del feminismo y de la investigación sobre sexualidad precisamente porque se enmarca en lo que ha sido denominado "Guerras del Sexo", culmen de la ruptura de los movimientos feministas estadounidenses en dos corrientes -a grandes rasgos, las pro-sexo y las anti-sexo (Srinivasan, 2021)-, y donde la celebración de la conferencia fue ampliamente contestada y boicoteada por las corrientes anti-sexo. Si bien esta ruptura se dio en los Estados Unidos, la división de dichas corrientes y sus teorías opuestas se han extendido también a los feminismos y sus perspectivas del resto de países occidentales, que no han sido ajenos a estos debates y también los han permeado.

[18] La edición en español titulada *Placer y peligro: explorando la sexualidad femenina,* de la editorial Revolución, en el año 1989, es una versión resumida con una selección de artículos del libro original.

Esta pequeña explicación introductoria la considero importante porque ayuda a sentar las bases teóricas feministas sobre las que desarrollaré mi trabajo de investigación. A muy grandes rasgos, las corrientes anti-sexo -todavía hoy existentes- se han centrado de manera primordial en analizar la sexualidad desde una perspectiva de la opresión de género, donde la sexualidad se vuelve un espacio violento para las mujeres: sea porque se relacionen con hombres -en tanto que el género que las oprime-, o bien, porque en algunas relaciones entre mujeres también el terreno de la sexualidad se dé una manera supuestamente "masculinizada" -con dinámicas *butch/femme*, prácticas sadomasoquistas, etc.- (Rubin, 1984/1989; Echols, 1984/1989). En este sentido, las corrientes anti-sexo, condensadas también en el feminismo cultural desarrollado a partir de los años 80, han planteado una sexualidad inherentemente femenina -y naturalizada- como "poco sexual" -frente a la masculina-, más afectiva, y que escapa de la agresividad (Echols, 1984/1989) y donde la pornografía y el sadomasoquismo serían la muestra máxima del modelo de sexualidad masculino que se ha instaurado socialmente. La noción de que la sexualidad es un espacio de exclusivo peligro para las mujeres, tampoco fue nueva en los 80 del siglo XX: la principal corriente feminista del siglo XIX y de principios del siglo XX señalaba la sexualidad como algo ajeno a las mujeres y abogó por el establecimiento de normas -y se promulgaron leyes en dicho sentido- contra la perversión social y la prostitución, y donde cualquier actividad sexual en las jóvenes fuera del matrimonio se apreció como delincuencia sexual juvenil (Dubois y Gordon, 1984/1989). En dicho sentido, las propuestas de Kollontai o Goldman que hemos visto en el epígrafe anterior, eran excepciones a la tónica general de los movimientos feministas de su época. En la actualidad, estas corrientes[19] las podemos situar especialmente en los movimientos transexcluyentes, antipornográficos, anti-bdsm y anti-prostitución, donde también podemos encontrar discursos en contra de la promiscuidad sexual, y la construcción de una serie de prototipos enemigos como el "lobby gay" o el "lobby queer" y la propugnación de un marco más punitivo para la violencia sexual.

Las corrientes pro-sexo, por otro lado, han planteado -y siguen haciéndolo- que la sexualidad también es un espacio de goce y deseo para las mujeres, aunque estas siempre tengan que estar a tenor del balance entre el placer y el peligro de la violencia sexual (Vance, 1984/1989; Hollibaugh, 1984/1989). En dicho sentido, las corrientes pro-sexo también se han

[19] En la actualidad, de manera especialmente relacionada con la transexclusión y las propuestas anti-prostitución, el movimiento feminista ha vuelto a verse inmerso en una ruptura y unas nuevas guerras del sexo, materializadas en la división de varias manifestaciones del 8 de marzo, donde las corrientes anti-sexo actuales han decidido celebrar sus propias manifestaciones. Los escraches y señalamientos entre unas y otras corrientes en conferencias también dan cuenta de esta división.

enmarcado en muchas ocasiones en una tradición de sexualidad "no convencional" -BDSM-kink, no-monogamias, etc.-, y, aunque no exclusivamente, en algunas corrientes LGTBIQ+ y *queer*. En el contexto español, por ejemplo, la ponencia *El deseo de las demás es cutre, amigas mías, el mío no,* realizado por el Colectivo de Lesbianas Feministas de Madrid, en las Jornadas feministas contra la violencia machista de Santiago en 1988, es ejemplo de la apuesta por la diversidad del deseo sexual y de la variedad de prácticas sexuales como espacio de goce y placer. En los años 90', colectivos como LSD -Lesbianas Sin Duda- y la Radical Gai (enmarcados a su vez a lo largo de la tercera ola del feminismo, del movimiento LGTBIQ y *queer* y la pandemia del VIH) son también ejemplo del activismo, no solo por el mero reconocimiento de derechos, sino de apuestas de apertura por la sexualidad y el placer diversos (Trujillo y Expósito, 2004).

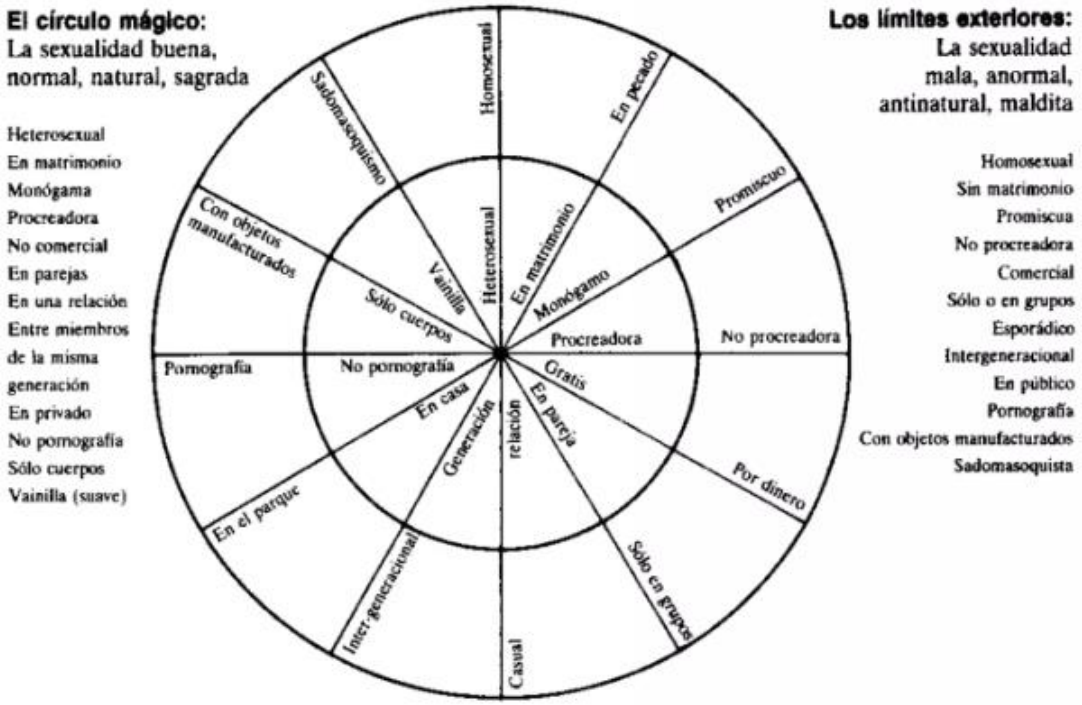
Si bien las corrientes anti-sexo y pro-sexo no son un tótem, y podemos encontrar variedad de pensamiento respecto de diferentes temáticas relacionadas con la sexualidad y el género en estas dos tendencias -por ejemplo, alguien puede estar en contra de la pornografía, pero a favor de una sexualidad promiscua-, sí que hay cierta agrupación de ideas generales en una y otra orilla.

Volviendo de nuevo sobre el extracto de Rubin (1984/1989: pp. 183-184), autora también enmarcada dentro de las corrientes pro-sexo, hay dos elementos que podemos destacar de su propuesta: la primera, que si bien la sexualidad y el género han estado -y están- imbricados, y ello ha generado desigualdades de género en lo que respecta a la sexualidad -por ejemplo, mediante la exclusión de las mujeres de esta-, el sistema sexual -y sus posiciones privilegiadas y subalternidades- no se puede analizar exclusivamente en términos de género. Segundo, y derivado de la primera, que, para analizar la sexualidad, se requiere de un marco propio que la delimite como práctica social. Este modo de afrontar el análisis no implica excluir al género de este, sino de situarlo de una manera concreta en la que no sea el género la única variable explicativa del sistema de estratificación sexual.

2.4.3 Sexo bueno y sexo malo: el sistema de estratificación sexual.

Figura 1

La jerarquía sexual: el círculo mágico versus los límites exteriores



Nota. Tomado de "Notas para una teoría radical de la sexualidad" (p. 139), por G. S Rubin,1984/1989, *Placer y peligro: Explorando la sexualidad femenina,* Revolución.

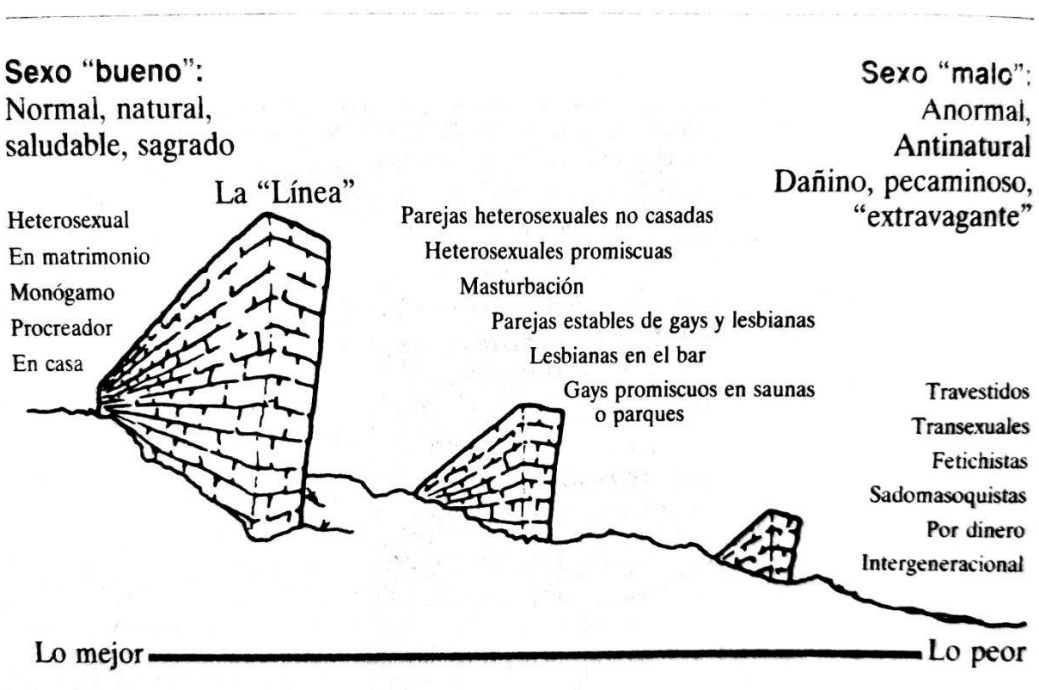
Rubin (1984/1989) definió un sistema de jerarquía y estratificación sexual (Figura 1) basándose precisamente en los elementos que definían el valor de la sexualidad -como buena o mala- de acuerdo con los valores concretos de las sociedades occidentales en su momento. Como se puede apreciar, los elementos o contextos participantes de la sexualidad buena, normal, natural o sagrada serían aquellos donde el sexo es heterosexual, dentro del seno del matrimonio, de manera monógama, con objetivos procreadores, entre dos personas, en una relación, entre miembros de la misma generación, en un ámbito privado, ausente de

pornografía, formada solo por cuerpos y vainilla[20]. El círculo exterior -la sexualidad valorada como mala o antinatural-, estaría compuesta por sus opuestos: una sexualidad homosexual, fuera del matrimonio, promiscua, no procreadora, comercial, en soledad o en grupo, esporádica, intergeneracional, en público, con objetos manufacturados -juguetes, complementos, etc.-, y sadomasoquista.

Este diagrama (Figura 1) nos muestra los opuestos dicotómicos entre la sexualidad buena o mala. Sin embargo, Rubin plantea en la figura 2 que la sexualidad también se define de manera jerárquica en un continuum, donde encontraríamos en un extremo la sexualidad óptima, posteriormente una línea divisoria que demarcaría las prácticas, identidades y realidades de la sexualidad intermedia -no del todo buena pero tampoco completamente rechazada- que a su vez forman su propia jerarquía, y por último, la línea divisoria que relega una serie de prácticas e identidades a la sexualidad mala y antinatural, completamente denostada y observada como peligrosa.

Figura 2

La jerarquía sexual: la lucha por dónde trazar la línea divisoria.



Nota. Tomado de "Notas para una teoría radical de la sexualidad" (p. 140), por G. S Rubin,1984/1989, *Placer y peligro: Explorando la sexualidad femenina,* Revolución.

[20] Desde el mundo del BDSM y de la sexualidad *kink*, vainilla es un término utilizado para denominar las prácticas sexuales normativas fuera de estos mundos.

> La mayor parte de los discursos sobre el sexo, ya sean religiosos, psiquiátricos, populares o políticos delimitan a una porción muy pequeña de la capacidad sexual humana y la califican de segura, saludable, madura, santa, legal o políticamente correcta. La 'frontera' separa a éstas del resto de conductas eróticas, a las que se considera peligrosas, psicopatológicas, infantiles, políticamente condenables u obra del diablo. Las discusiones por tanto versan sobre 'dónde trazar la línea divisoria' y determinar a qué otras actividades se les podría permitir cruzar la frontera de la aceptabilidad. (…) Como resultado de los conflictos sexuales de la década pasada, algunas conductas cercanas a la frontera están comenzando a rebasarla lentamente. Las parejas no casadas que viven juntas, la masturbación y ciertas formas de la homosexualidad se mueven hacia la respetabilidad.
>
> (Rubin, 1984/1989: p. 141)

¿Qué permanece y qué ha cambiado en el sistema de estratificación sexual en la actualidad? En este trabajo, me centraré en los cambios que se han dado en la monogamia en nuestro contexto contemporáneo. Como se puede ver en la Figura 1, Rubin sitúa a la monogamia como opuesta a la promiscuidad, donde la primera se enmarcaría en el "sexo bueno" -socialmente valorada como positiva-, y la segunda en el "sexo malo". Si atendemos al diagrama de la jerarquía sexual (Figura 2), apreciamos que la monogamia en el seno del matrimonio -norma sexual histórica, aunque con licencias para su incumplimiento en el caso de los hombres si bien no socialmente aceptadas- está en la cúspide de la aceptación. Las parejas heterosexuales no casadas -monógamas, se entiende- ocupan la parte más alta de la jerarquía del sexo "menos bueno", cerca de la frontera. La promiscuidad heterosexual estaría situada por delante de las parejas estables de gays y lesbianas, y éstas últimas, por encima de la promiscuidad entre personas del mismo género.

Desde la revolución sexual, entre las décadas de los 60 y los 70 del siglo XX, sucedieron importantes cambios relativos a la sexualidad en los diversos países occidentales. Gran parte de dichos cambios fueron y han sido la base de las nuevas dinámicas sexuales que duran hasta hoy día y ruptura de ciertas normas sociales establecidas hasta entonces: la aceptación de la sexualidad no reproductiva fuera del matrimonio de manera extendida a hombres y a mujeres -y con ello la extensión del uso y acceso a anticonceptivos-, el reconocimiento y el derecho

al placer sexual femenino, y el reconocimiento y despenalización de las identidades y orientaciones sexuales diferentes de la heterosexualidad. Los movimientos de liberación gay -ahora conocidos como LGBTIQ+- y los feminismos de la segunda ola tuvieron también que ver con estos procesos a la hora de poner en el centro las demandas de los sujetos a los que representaban. Estos cambios tampoco fueron de un día para otro ni se dieron al mismo tiempo en todos los países, a tenor del contexto sociopolítico de cada país: en el caso de España, por ejemplo, la dictadura que duró hasta 1975 -y técnicamente hasta 1978, momento en el que fue aprobada la actual Constitución Española- hizo que estos cambios, si bien algunos comenzaban a darse en ciertos entornos sociales de manera previa (Ferrándiz y Verdú, 1974), se agolparan de manera especial a finales de los años 70 en una explosión de libertad sexual que también estuvo presente a lo largo de los años 80.

De acuerdo con lo expuesto por Rubin (1984/1989), por tanto, en la sociedad estadounidense de los años 80 del siglo pasado, la promiscuidad heterosexual, por ejemplo, estaba mejor vista que las parejas estables entre personas del mismo sexo. Sin embargo, hoy en día, en el contexto español -y en la mayoría de los países occidentales-, nos encontramos en un momento en el que, si bien sigue habiendo homofobia y bifobia -del mismo modo que sigue habiendo machismo-, hay un reconocimiento social y legal y un largo proceso de normalización de las relaciones entre personas del mismo sexo: desde la legalización del matrimonio igualitario hasta un amparo legal por delitos de odio y el derecho a la no-discriminación. Ello hace que, si bien las relaciones entre personas del mismo género no están a la misma altura que las heterosexuales -por ejemplo, la Iglesia Católica no permite su matrimonio, aunque internamente hay algunos movimientos a su favor-, legalmente se reconoce la igualdad y se sitúa a su par. A nivel social, las uniones entre parejas del mismo sexo también gozan de un extenso reconocimiento en España, aunque sigue sin ser pleno ni a la altura de las heterosexuales. En dicho sentido, las parejas formadas por dos personas del mismo género podríamos situarlas, en la mayoría de los casos, aunque no en todos, en el lado del sexo "bueno" de la jerarquía del sistema sexual.

Por otro lado, en lo respectivo a la dicotomía monogamia-promiscuidad, también hay una serie de elementos que participan y que rompen dicha dicotomía. Por un lado, hay un extendido reconocimiento social a la "promiscuidad" en periodos de soltería: es común que las personas, en momentos en los que no tienen parejas "formales", tengan una serie de ligues, citas o sexo casual -sea con el objetivo de buscar pareja o sin dicho objetivo-. Esto entra en consonancia con una lógica lúdica de la sexualidad (Illouz, 2020) cuyo reconocimiento explícito está extendido desde la revolución sexual. Si bien este

reconocimiento se extiende a hombres y a mujeres, busquen sexo o relaciones esporádicas con personas de su género o del contrario, sigue habiendo ciertos prejuicios que operan de manera interseccional con el género o la orientación sexual. A las mujeres en muchas ocasiones se les sigue aplicando un doble estándar, revelando de este modo la persistencia de los sentidos dicotómicos del género y ejemplo del doble vínculo (Bateson, 1972/1998), en una serie de mandatos contradictorios imposibles de cumplir: seguir la norma femenina, distanciándose del sexo, implica ser tildada de estrecha en muchas ocasiones, y seguir la norma masculina, mostrando deseo de manera activa, puede implicar ser tildada de puta o fácil. A las mujeres se les puede llegar a cuestionar por sus experiencias previas a la hora de medir su moralidad o adecuación a la hora de formar una pareja[21], o incluso en procesos legales en los casos de agresión sexual[22]. En el caso de los hombres gays, hay prejuicios que los señalan como más promiscuos -con una connotación negativa- de manera derivada del ocio sexual entre hombres que tiene su propia historia; a las personas bisexuales se les señala como promiscuas e inconsistentes precisamente por ocupar un espacio liminal que escapa de la monosexualidad y son señaladas por ello (Coll, 2021); la sexualidad promiscua entre mujeres bien se puede interpretar como extraña -en una negación de la agencia y el deseo sexual femenino sáfico-, o bien desde una óptica que relega estas experiencias a la mirada masculina y a su deseo. No todas las personas comparten estos prejuicios, pero existen en parte, y ello opera en la configuración del sistema de valor sexual.

Gayle Rubin (1984/1989) afirma que el feminismo no debe tener un lugar privilegiado a la hora de estudiar o analizar la sexualidad en tanto que ésta tiene un criterio de estratificación propio, que no es la misma que la del género, si bien ello no quiere decir que no exista una interseccionalidad entre sexualidad y género, tal y como se ha podido apreciar. Los únicos que escapan de los prejuicios o señalamientos por tener prácticas promiscuas son los hombres que tienen relaciones con mujeres. Si bien puede apreciarse como "mejor" o "más normal" la promiscuidad entre hombres y mujeres, individualmente, los señalamientos y la valoración que se le otorgan a unos y a otras son diferentes. De manera que, en los sentidos de la masculinidad, el deseo y la agencia sexual se consideran propios de los varones, haciendo

[21] La expresión *body count* extendida en la manosfera, por ejemplo, referida a la "cantidad" de parejas sexuales que ha tenido una mujer y a las discusiones sobre el límite de parejas sexuales para que una mujer sea considerada aceptable, donde cuantas menos experiencias, mejor.

[22] En conversación con la investigadora y procesalista Belén Hernández Moura, me comenta que en los casos de agresión sexual, una de las estrategias de la defensa de los acusados para minar la credibilidad de las denunciantes es utilizar datos de la reconstrucción de los hechos -qué ha hecho la víctima, dónde ha ido, con quién ha estado antes y después del hecho- para cuestionar la experiencia de la denunciante con un claro sesgo sexista. O también mediante el uso de detectives para trazar las historias de las denunciantes y poner en duda su moral sexual y la validez de sus relatos.

que sean elementos válidos para exhibir masculinidad y competir por el estatus -el que más liga, el que más deseado es, el que es irresistible-. Ello no quita que, en la concepción moderna del sexo, caracterizada por el desarrollo de una gran negatividad sexual (Elias, 1939/2001; Weeks, 1981/2018; Coontz, 2006), se apreciara como necesaria la capacidad de autocontrol y disciplinamiento sexual en tanto que fuerza peligrosa (Foucault, 1978) también extendida a los varones, generando secretismo (Elias, 1939/2002), sentimientos de culpa (Coontz, 2006, Foucault, 1978) y una doble moral (Weeks, 1981/2018) también extendidas a ellos. Hoy en día, todavía en algunos contenidos dirigidos al desarrollo de la masculinidad en los espacios online, se pueden encontrar argumentos relativos a esa necesidad de "autocontrol" masculino, con recomendaciones tales como la limitación de la masturbación, como clave del desarrollo personal y salvaguarda del "poderío" masculino[23].

Por otro lado, en la actualidad, también hay un factor de edad que opera: se acepta la promiscuidad a lo largo de la soltería de mayor manera entre personas jóvenes que entre personas adultas, en una lógica en la que se aprecia que, a medida que se cumplen años, la experimentación sexual -y el deseo sexual- decrece. Si bien cada vez más podemos ver artículos periodísticos y reportajes sobre la importancia de la sexualidad a todas las edades -especialmente enfocados en personas de la tercera edad-, este bienestar sexual se restringe al entorno de la pareja estable: una sexualidad ordenada y encajonada en un contexto concreto, de manera todavía mayor en el caso de las mujeres. La experimentación sexual y el tener varias parejas sexuales se relega a las edades más jóvenes, "antes de sentar la cabeza" como se dice coloquialmente.

El segundo quiebre en la dicotomía monogamia-promiscuidad, viene dado desde la extensión de las relaciones no-monógamas. Estos modos de vincularse -poliamor, relaciones abiertas, etc.- a los que dedico un capítulo en este trabajo, escapan de la lógica de la pareja estable común, pero también a esa "promiscuidad en momentos de soltería" que mencionaba. Al igual que la bisexualidad, las no-monogamias vuelven a convertirse en un espacio liminal que escapa de las definiciones que teníamos de manera previa, y si bien cada vez más son socialmente conocidas, son también muy señaladas. La diferencia radica en que, frente a la soltería, en las vinculaciones no-monógamas hay un reconocimiento de uno o varios vínculos -al menos entre sus participantes-, que les dota de un carácter de estabilidad, de "ser" -una

[23] Ejemplo de este hecho es el movimiento *NOFAP* [NoPajas], que nace de una crítica al visionado compulsivo de la pornografía y la dependencia a ésta en el ámbito sexual, pero adaptado a unos discursos relativos al desarrollo de la masculinidad a partir del autocontrol sexual y la limitación de la masturbación, en cualquier caso.

pareja abierta, una polícula, una red de vínculos, etc.-, y ello rompe a su vez con la definición de pareja clásica que disponíamos -monógama, exclusiva-. Si bien las prácticas no-monógamas no son algo nuevo, en los últimos años -especialmente a partir de los años 90- hemos asistido a un florecimiento de su realidad: la construcción de un lenguaje que las define y todo el léxico que las acompaña, hasta su exposición en el espacio público.

A lo largo de mi Trabajo de Final de Máster (Olasagasti Cases, 2019), centrado en analizar el valor y la posición de la monogamia en el sistema sexual desde la perspectiva de los jóvenes, aprecié algunos cambios en dicho sentido: en las entrevistas que realicé, las personas LGTBIQ+ con las que pude hablar, por ejemplo, constataban que no tendrían absolutamente ningún problema en reconocer su orientación sexual de manera pública -por ejemplo, en el entorno laboral-, sin embargo, no ocurriría lo mismo respecto de decir en público la posibilidad de que pudieran tener una relación no-monógama. Cuando hablé con personas heterosexuales, la ocultación respecto de tener una relación no-monógama era la misma que entre las personas no heterosexuales. Ello me hace pensar, que las no-monogamias, como práctica, al romper con la idea de la pareja monógama y con uno de los principales preceptos del amor romántico, están en una escala inferior en el sistema de estratificación sexual, todavía debajo de lo que he denominado "promiscuidad en tiempos de soltería".

2.4.4 Heteronormatividad y mononormatividad: elementos centrales al sistema sexual

Podríamos decir que este sistema de estratificación sexual, por tanto, se sostiene sobre dos hechos: la *heteronorma* y la *mononorma*, que funcionan a modo de sistema que definen lo neutro y, por tanto, lo normativo, donde a partir de estos sistemas, el resto de las opciones sexuales se muestran como marcadas. Del mismo modo que el género masculino, y la masculinidad hegemónica en concreto, se construyen como la realidad universal de los sujetos y se muestra como lo "neutro" (García, 2010; Connell, 1995/2015), haciendo que las masculinidades que escapan de ese modelo hegemónico, el género femenino, o las nuevas realidades de género – personas no-binarias, género fluido, etc.- se planteen como "marcados", diferentes de-, etc. la heterosexualidad y la monogamia funcionan del mismo modo en la organización estructural de la sexualidad.

La *heteronorma* que muestra la neutralidad en lo que a orientaciones sexuales se refiere -y que se define de manera posterior a la homosexualidad, a finales del siglo XIX- es lo que Monique Wittig definió también como "pensamiento heterosexual":

> por mucho que se haya admitido en estos últimos años que no hay naturaleza, que todo es cultura, sigue habiendo en el seno de esta cultura un núcleo de naturaleza que resiste al examen, una relación excluida de lo social en el análisis y que reviste un carácter de ineluctabilidad en la cultura como en la naturaleza: es la relación heterosexual. (…) el pensamiento heterosexual se entrega a una interpretación totalizadora a la vez de la historia, de la realidad social, de la cultura, del lenguaje y de todos los fenómenos subjetivos. No puedo sino subrayar aquí el carácter opresivo que reviste el pensamiento heterosexual en su tendencia a universalizar inmediatamente su producción de conceptos, a formular leyes generales que valen para todas las sociedades, todas las épocas, todos los individuos.
>
> (Wittig, 1992/2006: pp. 51-52)

Esta estructura totalizadora del sistema heterosexual genera consecuencias en las realidades de las personas que precisamente escapan de la heterosexualidad. La progresiva aceptación de las identidades gays y lesbianas – aceptación ya incipiente en los 80 de acuerdo con el diagrama de la jerarquía sexual de Rubin (figura 2)- extendida hoy en día nos muestra cómo las parejas estables de gays y lesbianas gozan de mayor aceptación. En dicho sentido, nos encontramos con lo que también ha sido denominado como *heteronormativización,* esto es, la aproximación a los modelos de heterosexualidad -a los que también está ligada la *mononorma* como se verá a continuación- que gozan de mayor aceptación en la formulación de relaciones sexoafectivas no heterosexuales. Cuando Javier Sáez (2008) se preguntaba si el amor era heterosexual, precisamente señalaba críticamente esa idea: el acercarse al modelo de pareja romántica estable es una manera de circunscribirse al modelo heterosexual, hacer un *passing* para ser aceptados, potables, digeribles. Relegar las identidades y las orientaciones sexuales a las normas imperantes como modo de desarticular sus capacidades para poner en cuestión el sistema sexual imperante.

La *mononormatividad* recorre el mismo proceso y está estrechamente ligada a la norma heterosexual y al modelo de amor romántico, que además goza de reconocimiento institucional. Si las identidades y orientaciones no-heterosexuales en la actualidad son

asimiladas por el sistema legal en la mayoría de los países occidentales -existe el matrimonio igualitario, se reconocen derechos LGTBIQ+, etc.-, a pesar de que la *heteronorma* funcione como sistema, no ocurre lo mismo con los modelos de relación que escapan de la monogamia, por ejemplo. Y el escaparse de la norma monógama -que reconoce quiebres que también asimila como el adulterio o la promiscuidad durante la soltería- se convierte en una situación anómala. De este modo, la mononormatividad sería definida como

> los acuerdos institucionalizados y a las narraciones culturales que sitúan a la diada monogámica como la única legitima, natural y deseable forma de relación, otorgándole sistemáticamente beneficios a quienes viven sus relaciones de esa forma, dejando por fuera a aquellos que son solteros o no monógamos, entre otros modos
>
> (Pieper y Bauer, 2006; citado por Chuca, 2022a).

La mononorma hace que formar vínculos diádicos sea el objetivo último de las personas, donde la soltería, por ejemplo, se aprecia como una situación transitoria a la que se le otorgan una serie de licencias sexuales de manera temporal, aunque con el objetivo último de su fin. La idea del ser "completo" viene dada desde la formación de la pareja estable y monógama, y donde el amor romántico esté presente en dicha formulación. Tener pareja estable, además, se muestra como símbolo de madurez y de estar "bien situado" en el mundo. La realidad sexoafectiva actual, frente a épocas anteriores, reconoce por ejemplo el cambio de la pareja "para siempre" a una suerte de monogamia seriada, donde siempre se espera que la nueva pareja y su amor –*verdadero*- sin embargo, sí sean definitivas. Instituciones como el matrimonio y la pareja de hecho son precisamente en nuestro contexto occidental las formas legales -y rituales, religiosas y culturales- que definen el reconocimiento de una relación dada entre dos personas, otorgando una serie de privilegios legales -herencia, pensiones, residencia, etc.- a estos vínculos[24] que hacen denotar todavía más, y de manera legal, ese estatus de "adulto" completo.

[24] En España, la obtención de un certificado prematrimonial es el paso obligatorio para poder casarse, expedido en el registro civil o mediante notaría, y con la presencia de testigos, mediante la respuesta a una serie de preguntas a modo de examen que de fe sobre la relación. El objetivo de este certificado es demostrar que el matrimonio es libre y escogido por las personas contrayentes, pero también una manera de evitar que se celebre matrimonio entre personas con otros intereses, como económicos o la obtención de la residencia legal. Cuando el matrimonio desea realizarse entre dos personas donde una de ellas es inmigrante -especialmente de países más pobres- o donde hay una gran diferencia de edad, la batería de preguntas se vuelve todavía más larga y su respuesta adecuada se vuelve obligatoria. Cuando yo realicé mi certificado prematrimonial, ni a mí ni a mi pareja -también español y de mi edad- nos hicieron pregunta alguna, y a nuestro testigo solo le preguntaron de qué nos conocía y cuál era su vinculación con nosotros –"a ella la conocí en la universidad y es mi amiga, y él es mi

Así, la monogamia como sistema, en términos de Brigitte Vasallo (2018) es

> sinónimo de amor (de una forma de amor romántica y sexualizada <<auténtica>>) y sinónimo de pareja, que es la construcción práctica que se entiende como <<natural>> de ese amor <<auténtico>>. Lo que llamamos monogamia es el marco invisible en el que se juega la partida del amor, el tablero. (…) viene dado de manera incuestionada. (…) Como ejes vertebradores están la romantización del vínculo, el compromiso sexual, la exclusividad de ambos y el futuro reproductivo (…) Para fijarlos en un recorrido concreto, se han instalado una serie de prácticas de convivencia y dependencia, también económica, que dan sustancia material a la construcción amorosa. (…) A esta trilogía central amor-pareja-monogamia heterosexual y reproductora se van sumando excepciones. La homosexualidad es una de ellas, la no-reproducción también, como también lo son la temporalidad de los enlaces, y, finalmente, la no-exclusividad. (…) a pesar de la fuerza que tiene la idea de exclusividad sexual en la definición habitual de la monogamia, es una práctica con alta tasa de excepcionalidades [adulterio]. (…) La idea de exclusividad no viene a delimitar exactamente las prácticas (…) viene a dar marca de legitimidad a un tipo de relación sexual frente a otras posibles eventualidades. (…) son la excepción que delimita qué está bien y qué está mal, qué es legítimo y qué no, qué es normal y qué es anormal, escandaloso, vergonzoso.
>
> (Vasallo, 2018: pp. 26-29)

Podemos apreciar una sinergia entre la heteronormatividad y la mononormatividad en tanto que sistemas -o subsistemas- de un mismo conglomerado, y que apuntalan hacia la formación de la familia nuclear -o incluso a la "pareja nuclear" se podría decir-. La pareja por ello se vuelve la unidad mínima desde la que afrontar y mirar al mundo (Beck y Beck-Gernsheim, 2001), aunque formada por dos individuos singulares. Al igual que mediante la *heteronormativización* antes mencionada, mediante la *mononormativización* se vuelven digeribles ciertas identidades, y se excluye de reconocimiento y de privilegios a quienes no cumplen con dichas normas. Si bien, como dice Vasallo (2018) dentro de la monogamia también hay prácticas no-exclusivas, como el caso del adulterio, su caracterización como hecho aberrante

amigo también a raíz de ello" dijo-. Gozábamos del privilegio de que nuestra vinculación fuera vista como "lo neutro", sin elementos que enturbiaran aparentemente el modo correcto de lo que se define por una pareja estándar que desea contraer matrimonio.

y mala acción, viene a reconocer precisamente la centralidad de un vínculo primario. Cuando se habla de formas no-monógamas consensuadas -relaciones abiertas, poliamor, etc.- de hecho, en muchas ocasiones es común encontrar expresiones referidas a estas prácticas -por parte de sus detractores- como "infidelidades consentidas" o tacharlas de no ser un "verdadero amor", precisamente porque la mononormatividad hace que estas realidades se aprecien como extrañas, raras o antinaturales. Al igual que ocurría con la naturalización de la heterosexualidad que mencionaba Wittig (1992/2006) que la convertía en neutral, la naturalización de la monogamia como práctica ahistórica y apolítica plantea otras opciones como marcadas, como inestables, como excepciones.

Además, el marco mononormativo en el que se inscriben nuestras sociedades implica problemáticas y tensiones con respecto a la evidencia empírica alrededor de los límites de la monogamia: los adulterios ya mencionados -en España entre el 30% y el 40% de personas declaran haber cometido algún tipo de infidelidad[25] en el seno de la pareja, donde los hombres muestran porcentajes superiores a las mujeres (Yougov, 2022; Aldaz, 2023)-; la normalización de las rupturas de pareja y la dificultad de su medición en tanto que la mayoría de parejas -y de rupturas- se dan, o bien, fuera del marco de las parejas de hecho o el matrimonio, o bien en muchas ocasiones no se formaliza algún tipo de separación legal en caso de estar dentro de dicho marco (Jiménez Cabello y Ayuso Sánchez, 2022); el aumento de las tasas de divorcio a lo largo de las últimas décadas desde su aprobación en España en 1981, aunque presentando bajadas los últimos años como movimiento complementario al también descenso de la tasa de matrimonios (Eurostat, 2024) o la normalización de la multiplicación de relaciones a lo largo de la vida (Jiménez Cabello y Ayuso Sánchez, 2022), denominada como "monogamia sucesiva", muestra del peso de la mononorma y su inadecuación a la realidad.

2.4.5 El modelo dicotómico: el deseo a los hombres, el amor a las mujeres

La construcción de los modelos hegemónicos de masculinidad y feminidad a partir del siglo XIX y la separación radical de las esferas pública y privada generaron un reparto de cualidades a unos y a otras que, aunque hayan sufrido transformaciones con los cambios acaecidos en las últimas décadas, siguen operando en la definición de la masculinidad y la feminidad en

[25] El concepto de "infidelidad" o adulterio, de todos modos, también tiene límites y definiciones diferentes de acuerdo a cada persona o pareja, que podría oscilar desde el mantener sexo con personas ajenas a la pareja sin acuerdos previos, darse besos, tontear o incluso el fantasear, tal y como han demostrado Katherine Frank y John Delamater (2010).

gran parte. En el caso de la sexualidad, las ideas de pureza de las clases medias y altas decimonónicas (Elias, 1939/2001; Coontz, 2006; Weeks, 1981/2018) definieron la feminidad como completamente carente de deseo sexual, y la masculinidad, aunque sujeta a la idea de necesidad de pureza, como parte activa sexual y con deseo (Coontz, 2006).

Es interesante observar cómo en las concepciones de la sexualidad anteriores, a lo largo del Antiguo Régimen, la consideración de las mujeres es muy distinta, o igualmente sexual o más que los varones; en este aspecto, la modernidad a partir del siglo XIX rompe cierta lógica de sus dicotomías, puesto que las mujeres son más emocionales, más animales, más primitivas -rasgos que se asocian a una mayor fuerza de lo sexual, véanse los estereotipos de las personas de clase trabajadora, de las personas y mujeres no blancas- pero en el caso de las mujeres blancas, no más sexuales si normales, y si lo eran, esto era muestra de un signo de depravación y perversión. En dicho reparto, si bien el amor romántico afectaba tanto a hombres como a mujeres, fue a ellas a quienes se les otorgó, por el contrario, la parte relativa a cuidar del amor -marital, familiar, hacia la Iglesia, etc.-. Siguiendo el trabajo de Dubois y Gordon (1984/1989) se puede apreciar cómo incluso la mayoría de las feministas del siglo XIX, de hecho, apoyaron estas ideas de pureza femenina y su ausencia de interés sexual, como justificación para no relacionarse sexualmente con hombres, incluso en el seno del matrimonio, erradicar la prostitución y limitar cualquier atisbo de sexualidad que escapara de las normas de la correctitud, con resultados en la formulación de leyes y políticas restrictivas como las de delincuencia sexual juvenil (Dubois y Gordon, 1984/1989; Weeks, 1981/2018).

Si bien a partir de las primeras décadas del siglo XX la importancia de la sexualidad para hombres y mujeres adquiere fuerza, el éxito sexual y el deseo comienzan a mostrarse como muestra de la masculinidad (Coontz, 2006), rompiendo con la lógica puritana decimonónica. En este desplazamiento del deseo y el éxito sexual hacia la construcción de la masculinidad, el amor romántico se desplaza todavía más hacia las mujeres y a la idea de la feminidad. En este nuevo contexto a partir del siglo XX ambos serían sexuales y románticos, aunque a ellos los definiría esencialmente lo primero y a ellas lo segundo.

A partir de la revolución sexual y especialmente después de la segunda ola feminista, la sexualidad y el deseo de las mujeres comienzan a situarse como cuestión central de debate, a la vez que las críticas a la configuración del matrimonio y del amor romántico que ya hemos visto. La relación con los hombres en el ámbito privado adquiere protagonismo en esta nueva etapa (Esteban, 2011), y las posturas feministas que giran en torno a la cuestión del placer sexual, por un lado, y a la cuestión del peligro sexual, por otro (Vance, 1984/1989), resultan

en planteamientos divergentes, como en el caso de las posturas pro-sexo y anti-sexo. Si bien las posturas anti-sexo del feminismo estadounidense se alinearon con las ideas de la nueva derecha y de vuelta a valores sexuales conservadores en época de Reagan, la vivencia y los discursos sobre la sexualidad de las mujeres no siguieron necesariamente dicho recorrido de manera general.

Ya a partir de los años 90', la tercera ola feminista, en un quiebre que también fue en parte generacional, buscaría romper con la imagen negativa de la sexualidad y la representación de las mujeres como víctimas que adquirieron protagonismo durante la segunda ola (Coleman 2009, citado por Day y Wray, 2018), a la vez que hubo un auge de la promulgación de las políticas de la identidad en este contexto (Esteban, 2011: p. 144). Al mismo tiempo, es en el contexto de los 90 que adquiere protagonismo la representación posfeminista de las mujeres, donde se las muestra como sujetos individualizados, sexualmente liberadas y con aspiraciones académicas y laborales, donde ya no se vería necesaria la lucha feminista; sin embargo, en los productos culturales, estas mujeres postfeministas se representaban siempre a tenor de poder construir una relación de pareja -heterosexual y monógama-, y con las ideas sobre el romance siempre de fondo como búsqueda de felicidad y plenitud (McRobbie, 1998; McRobbie, 2010; Gill y Herdieckerhoff, 2006).

En las sociedades occidentales actuales, hay un reconocimiento social del deseo sexual tanto a hombres como a mujeres, además de una corriente feminista mayoritaria que reconoce la sexualidad y el deseo individual femenino de manera positiva enmarcada en la cuarta ola feminista (Srinivasan, 2021), y que centra las problemáticas del peligro sexual en la cuestión del consentimiento (Serra, 2024; Angel, 2021; Srinivasan, 2021). La apertura de los modelos de feminidad a los que adscribirse (Casado, 2003), además, permite a las mujeres un mayor margen de acción sobre el tipo de mujer que desean ser y el tipo de vida (también sexual) que desean llevar respecto al pasado. Sin embargo, la apertura de los modelos de masculinidad no ha sido tan amplia en el caso de los varones (García, 2010), hecho que permite que los hombres sigan concentrando -aunque no de manera exclusiva- algunos de los elementos relativos a la masculinidad de manera previa. Las mujeres son sexuales, sí, pero de acuerdo con este paradigma, los hombres lo son *más*. La promiscuidad masculina -y el éxito sexual- "aumenta" el valor de los hombres y su capital social. Sin embargo, en el caso de las mujeres, si bien hay un discurso de fondo que valora positivamente su sexualidad, los excesos se aprecian negativos. Las mujeres promiscuas quieren llamar la atención, tienen la autoestima baja y buscan validarse mediante el sexo, se dice en muchas ocasiones en los discursos que denuestan la sexualidad femenina. Cuando hay situaciones de violencia sexual, por ejemplo,

si una mujer ha tenido una vida sexualmente activa con varias personas de manera previa -y de manera posterior-, sus relatos se pueden poner en cuestión, elemento que señalan los movimientos feministas actuales mediante la cuestión del consentimiento. Si la sexualidad es algo bueno para las mujeres, los estrechos márgenes entre "demasiada" y "escasa" sexualidad -pues la escasez o la ausencia se aprecia negativa también- se vuelven problemáticos.

La autonomía como atributo sustancial de la masculinidad hegemónica, frente a la dependencia y la emocionalidad femeninas (García, 2010), hace que el amor se aprecie, todavía, como cuestión propia de las mujeres. En el modelo de masculinidad de honor propia de épocas como el franquismo (García, 2010), los hombres no podían mostrarse sentimentales, amorosos y cariñosos -estas eran acciones propiamente femeninas-, elemento que en la actualidad se ha quebrado. Los hombres ahora pueden mostrarse sentimentales, pero al igual que ocurre con las mujeres y la sexualidad, no pueden serlo *demasiado,* o en caso de serlo, solo en el ámbito de la pareja formal. El mostrarse como hombre enamoradizo y demasiado sentimental se aprecia como una actitud infantil -por tanto, menos masculina-, infantilidad que en parte se atribuye a las mujeres. Al mismo tiempo, el que un varón se muestre desinteresado por el sexo se aprecia como fracaso, anormalidad y rareza, y si bien la sexualidad les es un atributo propio, exagerar sus hazañas sexuales también levanta ciertas sospechas.

En este contexto nos encontramos, por tanto, con una doble dinámica: por un lado, tanto el amor como la sexualidad son elementos atribuidos a hombres y a mujeres, sin embargo, ellos tienen el dominio principal sobre la sexualidad -y la falta de penalización por su práctica- y ellas sobre el amor. En un orden donde se promulga la igualdad y el compañerismo en las relaciones de pareja (Beck y Beck-Gernsheim, 2001; Giddens, 1995), es especialmente en el seno de la pareja estable que esas barreras se difuminan -los hombres pueden mostrarse más amorosos y las mujeres más sexuales- sin tener penalización por ello, aunque ello no quiera decir que los hombres dejen de mostrarse más autónomos e independientes y ellas más dependientes y demandantes de comunicación y afectos (Castrillo Bustamante, 2018) también en el contexto de las relaciones estables.

Autoras como Eva Illouz (2020) han planteado que en la actualidad vivimos en una época "hipersexualizada"[26] donde la lógica lúdica y ociosa de la sexualidad -extendida y legitimada

[26] El gusto por el prefijo *hiper* como forma de crítica social para referirse a cualquier dinámica actual puede ser muestra de cierta añoranza o nostalgia por una "cantidad" que tampoco es medible. Jóvenes hipersexuales -o hipersexualizados-, hiperconectados, hiperactivos, son expresiones recurrentes hoy en día. La expresión "hipersexual" es muestra, en último lugar, de la gran negatividad sexual extendida (Rubin 1984/1989).

a raíz de la revolución sexual, aunque previamente presente- se ve cruzada por el comercio, el capitalismo y la individualización. En general, en un contexto neoliberal, todos los ámbitos de la vida se ven interpelados por dichas dinámicas capitalistas, sin embargo, la sexualidad se plantea exclusivamente problemática desde el momento en el que las mujeres parecen mostrar agencia sobre su vida sexual y sus deseos de manera abierta, o sexualidades diferentes de la heterosexualidad acceden al espacio público. Cuando se proclama que en la actualidad "las mujeres están sexualizadas" o que "los gays son promiscuos" -sea desde algunas corrientes feministas, o sea desde el puritanismo conservador- como elemento problemático, surge la pregunta de por qué no se muestra como problemática la sexualidad de los hombres heterosexuales. En dicho sentido, la sexualidad de los hombres heterosexuales solo ha llamado la atención en aquellas ocasiones en las que, o bien se ha sabido que sus prácticas se salen de lo que la heteronormatividad establece, o bien porque no consiguen mantener relaciones sexuales suficientes para lo que su mandato de género establece. Como se verá más adelante en este trabajo, parte de las observaciones de la etnografía digital que he realizado vienen a constatar precisamente esas problemáticas generizadas, especialmente en el ámbito del *coaching* y de la autoayuda en lo relativo a las relaciones sexoafectivas: los hombres buscan ayuda para aprender a ligar más y tener éxito sexual, las mujeres tienden a buscar ayuda para poder construir relaciones estables.

2.5 Lo público, lo privado y lo íntimo. La ciudadanía íntima y la esfera pública íntima

Desde los años 60 la división entre el espacio público y privado se ha quebrado. Las cuestiones relativas a la sexualidad y la intimidad fueron movidas al centro del espacio público por los movimientos feministas y los movimientos de liberación de gays y lesbianas (Day y Wray, 2018; Petrychyn et al. 2020). El sonado lema "lo personal es político" de la segunda ola feminista, es ejemplo de ello.

El quiebre de estas divisiones entre lo público y lo privado debido al desplazamiento de las cuestiones relativas a la esfera privada a la esfera pública, generó un cambio: la visibilización de lo previamente no-marcado. Hasta ahora he mencionado la invisibilidad -por su carácter hegemónico- en relación con la masculinidad, la heteronormatividad y la mononormatividad;

lo mismo podría decirse de la blanquitud y de la clase media. La esfera pública ha estado -y sigue en parte- representada mediante la definición de un sujeto ciudadano *universal* que en esencia se personificaba en la figura del hombre, blanco, heterosexual, de clase media o alta. Cuando los movimientos de liberación -feministas, de gays y lesbianas, raciales, etc.- sitúan sobre el centro del espacio público una serie de debates y de cuestiones, el carácter hegemónico de los sujetos de pleno derecho previos se ve comprometido, se pone en cuestión su universalidad.

Fuera de los movimientos sociales, quizá una de las acciones más llamativas que puso en jaque en el terreno de la sexualidad a la esfera pública en el caso de los Estados Unidos fue el trabajo del zoólogo Alfred Kinsey entre finales de los años 40 y principios de los 50: donde su extensa investigación sobre una muestra de unas 18000 personas demostró que el sexo heterosexual no era una cuestión innata -entre el 15% y el 30% de la población había tenido alguna experiencia sexual con alguien de su mismo género-, que el coito preconyugal era un hecho extendido -más en hombres aunque también en mujeres- al igual que las experiencias extramatrimoniales -de nuevo más en hombres que en mujeres pero con porcentajes no desdeñables entre ellas- (Weeks, 1986/1998; Saavedra, 2006). Más allá de los resultados concretos del informe, la fuerte reacción ante este trabajo de investigación -retirada de la financiación para la investigación, cancelación pública del autor y de su grupo, puesta en tela de juicio sus métodos científicos, acusación ante una supuesta falsedad de los datos, etc.- muestra que el espacio público estaba diseñado de un modo que los sujetos de pleno derecho eran individuos "respetables" -heterosexuales, blancos, con una sexualidad restringida al matrimonio, etc.-, y que mostrar que las "perversiones" estaban más extendidas de lo que se pensaba rompía con esa imagen de uniformidad. A pesar de ello, el trabajo de Kinsey tuvo éxito entre el público -llamó la atención de grandes audiencias- y se sitúa en un contexto precursor de la revolución sexual, precisamente debido a mostrar un ordinario sexual que no coincide con la norma, y el señalar la oposición entre dos sentidos de "lo normal": lo usual y lo normativo.

Volviendo sobre los cambios sociales a partir de los años 60 y 70 que apuntalaron la ruptura entre la división de lo público y lo privado de manera masiva, reacciones como la nueva derecha en el caso de los Estados Unidos con Reagan y en Reino Unido con Thatcher, muestran las reacciones a esas luchas sobre los dominios de lo íntimo en el espacio público. En dicho sentido, Laurent Berlant (1997) definió la esfera pública íntima [*intimate public sphere*] como dominio donde las intimidades heteronormativas permiten quién sí y quién no puede situarse en público, haciendo que la ciudadanía se vuelva privatizada e individualizada

(Petrychyn et al. 2020). En estas luchas sobre lo público, y volviendo sobre la ruptura de la dicotomía público/privado, el concepto "ciudadanía íntima" de Ken Plummer (2003) emerge como aquellas áreas de la vida que parece que son personales pero que de hecho están conectas a-, estructuradas por-, o reguladas mediante la esfera pública (p. 70).

Tal y como he mencionado, la tercera ola feminista de los 90 trajo una nueva perspectiva positiva sobre la sexualidad, a la vez que las políticas de la identidad construyeron un nuevo corpus sobre las identidades sexuales LGTB. Sin embargo, en un contexto de individualización neoliberal, un nuevo contrato social posfeminista -y ¿post luchas de gays y lesbianas? - parecía emerger a la vez: a lo largo de finales de los 90 y principios de los 2000 el orden de igualdad de oportunidades abraza la idea de que las mujeres deben "llegar lejos", promocionarse mediante los estudios superiores y el desarrollo laboral, y construirse a sí mismas (McRobbie, 2010). En cuanto a las personas no heterosexuales, la promulgación del matrimonio igualitario a partir de la década de los 2000 -en el caso de España en 2005- a lo largo de los países occidentales -en Grecia esto no ha sido realidad hasta 2024 y en Italia es inexistente esta posibilidad- parecía apuntalar la plena igualdad en lo que a su vida privada se refiere. Sin embargo, la promulgación de las leyes de matrimonio igualitario supuso fuertes contestaciones por parte de los sectores conservadores, que lograron en muchos casos retrasar la puesta en marcha de dichas normas o dejarlas en saco roto. Aquí de nuevo, la esfera pública íntima volvía a definir y articular lo correcto, lo que se podía definir como familia y lo que no, lo natural y lo antinatural. En este nuevo orden de reacción conservadora, no se negaba la realidad de gays, lesbianas y bisexuales, si bien había sectores que tachaban a estas personas de "enfermas", probablemente la corriente mayoritaria no pensara siquiera así. La cuestión en sí era definir *qué* era el matrimonio y *qué* era la familia. No se solicitaba la persecución de las personas no-heterosexuales, pero sí su retirada de la idea de familia[27]. En el caso de España, a pesar de las críticas y manifestaciones conservadoras en contra del matrimonio igualitario, este se instauró y ha tenido una gran aceptación pública desde entonces, incluso desde muchos sectores conservadores.

En el marco actual (2024), asistimos también a multitud de reformulaciones y discusiones en torno a la esfera pública íntima, y nos encontramos inmersos en un auge a nivel occidental -

[27] Los debates sobre el matrimonio igualitario también afectaban a los propios grupos activistas LGTB. Hubo -y hay- corrientes contrarias al matrimonio porque ideológicamente se oponían a ser asimiladas bajo la lógica monógama de matrimonio burgués y la familia nuclear, y la heteronormativización, como se aprecia en el texto de Sáez (2008). Sin embargo, el poder acceder a los derechos relegados al matrimonio (pensión de viudedad, herencia, adopción, etc.) era igualmente necesario. Las posturas respecto al matrimonio en estos planteamientos al final se formularon en la crítica a la institución, pero en delegar a la decisión individual de cada cual el decidir contraerlo o no.

y en gran parte de sus periferias-, de una nueva -extrema- derecha que responde a los movimientos sociales de la última década. Como he dicho, a lo largo de los años 2000 pareció establecerse un nuevo contrato social donde se daba por hecho la igualdad. Sin embargo, la cuarta ola feminista y los movimientos LGTBIQ+ más recientes volvieron a sacar sobre la plaza nuevas cuestiones en torno a la identidad y la interseccionalidad, así como sobre la sexualidad: elementos relativos a la ruptura del binarismo de género, las identidades trans, los debates (de nuevo) sobre los sujetos del feminismo, la cuestión relativa al placer sexual al igual que la relativa al consentimiento, el amor romántico, y la formulación de la pareja. Si bien muchos de estos debates son reformulaciones de debates que se dieron en el seno de los feminismos y los movimientos de liberación sexual previos, en esta última ola feminista hay dos factores que han jugado de manera decisiva en la amplificación de los debates: los medios de comunicación e internet y las redes sociales (Day y Wray, 2018; Gill, 2016). Rosalind Gill (2016) menciona que la nueva ola feminista está ligada a muchos elementos posfeministas, especialmente en su tratamiento en los medios de comunicación -revistas, *celebrities*, etc.- y en la formulación de un feminismo *DIY -do it yourself,* hazlo tú misma-, aceptando "todo" como feminista, y restando valor a la movilización conjunta y abogando posturas individualizadas. Sin embargo, también ha habido otros elementos que han ido más allá. La difusión de los debates mediante redes sociales, la acción colectiva en internet con movimientos como el *Mee Too* y las denuncias públicas de violencias machistas y LGTBIfóbicas, el acceso a conocimientos sobre feminismo y a estos debates entre personas dispersas geográficamente, etc. (Day y Wray, 2018) han sido catalizadores y modos de generar red que también han resonado en las calles y en la política. En España, las manifestaciones feministas se volvieron masivas a partir de 2016 -8 de marzo, el movimiento por el *Caso Manada* y el consentimiento y las agresiones sexuales, etc.-. En lo relativo al movimiento LGTBIQ+, en el caso de Madrid, las manifestaciones del *Orgullo Crítico* o el *Orgullo Vallecano* se han vuelto la parte activista que lucha contra la cooptación del movimiento LGTBIQ+ en el seno del *Pride*. El Ministerio de Igualdad en manos de Irene Montero durante los años 2020 a 2023 promulgó nuevas leyes en consonancia con lo que parte de estos movimientos sociales pedían: la *Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual* [conocida como la "Ley Solo sí es sí"] y la *Ley 4/2023, de 28 de febrero, para la igualdad real y efectiva de las personas trans y para la garantía de los derechos de las personas LGTBI* ["Ley trans"].

Las respuestas a todos estos movimientos sociales y a la promulgación de leyes no se hicieron esperar en el seno de la esfera pública íntima. Desde el autobús de la asociación de ultraderecha y ultracatólica Hazte Oír que en 2017 recorrió España con el lema "Los niños

tienen pene, las niñas tienen vulva" como respuesta al movimiento trans; el hostigamiento y acoso en redes sociales a activistas feministas y LGTBIQ+; propuestas como el *pin parental* para evitar que niños y niñas accedan a educación sexual; la negación de las mujeres trans tanto desde algunos sectores de la derecha como desde algunos proclamados feministas; el fuerte desarrollo de una manosfera en internet que se dedica a generar contenido machista y de extrema derecha, y promulgando la vuelta a valores tradicionales, etc. Se dice, en estos entornos, que "el feminismo ha llegado demasiado lejos" y que la "ideología de género" está desfigurando la vida tal y como era.

Internet se ha vuelto en gran parte el lugar donde se dan las nuevas batallas culturales y las nuevas guerras del sexo. Espacio online que no está aislado del mundo analógico, sino que se imbrica con él. Los debates, las acciones y las reacciones se rigen por la inmediatez y la constancia, en un marco además donde las redes sociales -X, Instagram, TikTok, Facebook, Youtube- pertenecen a grandes empresas tecnológicas con sus propios intereses[28]. Por cada *twit* que hay hablando sobre poliamor, rápido aparece el *hashtag* "monogamia o bala". Por cada denuncia de violencia sexual que hay, aparecen respuestas sobre denuncias falsas. Cada vez que alguien denuncia violencia homófoba, rápidamente alguien responde con argumentos racistas, declarando que la llegada de migrantes aumentará la inseguridad de las personas LGTB[29].

2.6 Síntesis del capítulo

A lo largo de este capítulo, se ha establecido un marco de partida para comprender los cambios sociales en lo relativo a la monogamia en el contexto occidental, que es el objeto principal de este trabajo. Como se ha podido apreciar, la monogamia y la heterosexualidad son dos sistemas imbricados-mononormatividad y heteronormatividad-, que obedecen a una forma de organización concreta de la sexualidad, la familia y las sociedades. Estos sistemas descansan, además, sobre el género, un constructo sociohistórico y cultural, asimétrico y desigual, donde las mujeres se han encontrado en una posición de subalternidad y desventaja respecto de los hombres. Los modelos de masculinidad y feminidad hegemónicos, así como

[28] En el caso de X -antigua Twitter-, su dueño, Elon Musk, es persona de confianza del reelecto presidente Trump y parte activa de esta nueva ola de extrema derecha antifeminista y anti LGTBIQ+.

[29] En esta nueva ola de extrema derecha, a las dos orillas del Atlántico, los argumentos racistas y la reacción antiinmigratoria conectan con la idea de "proteger" a las personas gays y lesbianas en clave homonacionalista, del mismo modo que dicen querer "proteger" a las mujeres de la violencia sexual que ejercen, supuestamente, las personas migrantes.

la regulación de la sexualidad y la familia, en el contexto de la modernidad, se desarrollaron a partir de una radical separación de las esferas pública y privada, lo social y lo doméstico, donde a partir de la ideología burguesa decimonónica se instauró un estricto régimen de negatividad sexual y de estratificación de esta. Este régimen social -e instituciones como las Iglesias y los Estados que participaban de su conglomerado-, basado sobre la desigualdad de género, el clasismo y el colonialismo, promulgó estrictas normas sobre lo adecuado y lo inadecuado en el ámbito sexoafectivo: a las mujeres se les negó el derecho a la sexualidad, solo aceptada en el ámbito del matrimonio, e incluso en dicho marco la sexualidad se volvía algo ajeno a ellas; los hombres gozaban de ese derecho a la sexualidad fuera del marco del matrimonio y de manera lúdica y ociosa, aunque incluso en esos casos la moral victoriana incentivaba un distanciamiento respecto de la sexualidad; se definieron identidades *monstruosas* hacia aquellas personas que no cumplían con los preceptos de este sistema, con la creación del homosexual, las mujeres histéricas, las y los delincuentes sexuales juveniles, como problemas y sujetos a regular, disciplinar y castigar, también desde las propias instituciones de los Estados. Por otro lado, cabe mencionar el amor romántico, ideología y constructo cultural desarrollado a partir de la modernidad, pegamento emocional para unir en desigualdad a hombres y mujeres, basado en una suerte de libertad de elección y -supuesta- igualdad entre esposos y esposas, descansada sobre su radical diferencia, que vendría a romper con los modos de emparejamiento premodernos. El amor romántico venía a ser el régimen emocional que justificara, precisamente, la mononormatividad y la heteronormatividad, y se volvió una esfera relegada de manera destacada a las mujeres, guardianas de su custodia y su anhelo, despojadas de la sexualidad como ámbito que pudiera serles interesante y placentero.

Este conglomerado decimonónico, sin embargo, se enfrentaría a una serie de cambios sociales, idas y venidas, que generarían una suerte continuidades y discontinuidades a lo largo del siglo XX. A partir de la segunda mitad del siglo XX -si bien hubo claros intentos previos-, movimientos sociales como los feminismos y los movimientos de liberación gay, contestaron parte de este sistema, unido ello a procesos como la revolución sexual, que traerían cambios como los desarrollos de individualización de las mujeres, la promulgación de la igualdad de oportunidades y derechos a nivel normativo, el reconocimiento y progresiva aceptación de identidades y vinculaciones no heterosexuales, y una legitimación de la sexualidad fuera del marco del matrimonio y de la pareja de manera extendida. Sin embargo, también se ha podido apreciar que esta igualdad y simetría no es plena ni completamente horizontal. A pesar de la apertura de modelos de encarnación de la masculinidad hegemónica

-basada en la acción, el control y la autonomía- y de feminidad -basada en la dependencia, la emocionalidad y el cuidado-, y una mayor libertad asociada a las mujeres, el género mismo sigue siendo un sistema jerarquizado. La constatación y realidad de que, a pesar de una progresiva igualdad, sigue habiendo asimetrías y desigualdades entre hombres y mujeres, o entre la norma heterosexual y lo que escapa de ella, ha sido catalizador para que movimientos sociales como los feministas y los LGTBIQ+ sigan en marcha en la actualidad, como se ha podido apreciar en la reciente cuarta ola feminista.

En un contexto de cambios en el ámbito de la sexualidad y del género que se ha dado a lo largo de varias décadas, se han de tener en consideración todos estos elementos relatados para poder afrontar este trabajo. Intentar comprender los cambios relativos a lo monógamo -y a lo promiscuo o no-exclusivo-, implica, precisamente, atender a las rupturas y continuidades de un sistema sexual concreto. Sistema o estructura que, además, se dota de otra serie de elementos, como tecnologías y objetos, en un gran conglomerado que se enfrenta a vaivenes, propuestas de cambio y resistencias. Tener en cuenta el género, sus asimetrías y desigualdades, y los modos en los que las prescripciones sobre lo sexoafectivo operan a partir de él; entender la monogamia y la heteronormatividad como sistemas que se enfrentan a una serie de rupturas, como la legitimación de una sexualidad no-exclusiva fuera del ámbito de la pareja o las decisiones sobre la exclusividad sexual en el seno de estas, así como la imbricación de lo no-heterosexual con estos sistemas y sus rupturas; y los cambios y continuidades de un régimen emocional basado en el amor, cuyos preceptos también entran en tensión con estos cambios sociales.

3. Las relaciones sexoafectivas en el contexto contemporáneo digital

3.1 ¿Amor confluente? ¿amor líquido? ¿relaciones de bolsillo? ¿hipersexualización?

Los cambios sociales acaecidos a partir de las últimas décadas de finales del siglo XX y que se han extendido hasta las primeras del siglo XXI han traído nuevas preguntas, paradigmas y análisis a la cuestión de las relaciones sexoafectivas en el contexto occidental. Si el matrimonio ya no es destino predeterminado para hombres y mujeres; si los objetivos vitales de las mujeres también se han redirigido a lugares fuera de la familia[30], como en el caso de la carrera académica y el mercado de trabajo (McRobbie, 2010); si hay una igualdad normativa entre hombres y mujeres; si la sexualidad es también un lugar en la actualidad para descubrirse y realizarse extendido a hombres y a mujeres en clave de ocio y bienestar personal (Illouz, 2020); si la heterosexualidad ya no es la única orientación sexual que rige el género de las personas con las que vincularse. ¿Qué ocurre con el amor romántico? ¿Qué ocurre con la monogamia? ¿Qué ocurre con las parejas?

Los procesos de individualización extendidos a las mujeres a partir de los años 60 del siglo XX (Beck y Beck-Gernsheim, 2001), implicarían una realidad en la que hombres y mujeres se unen por deseo propio, en una supuesta igualdad de condiciones -afectivas, sexuales, económicas-, que permitirían el desarrollo de las relaciones por el mero deseo de sus participantes. En términos de Anthony Giddens (1995), la extensión de los procesos de individualización a las mujeres, los cambios derivados de la revolución sexual, y la progresiva inclusión de normalización de realidades de gays y lesbianas, habrían resultado en el desarrollo de una sexualidad plástica que queda desligada de la pareja y el amor, una mayor reflexividad hacia las relaciones sexoafectivas, y la progresiva emergencia de lo que él denomina *amor confluente*. Este amor confluente sería, precisamente, el paradigma de la constitución de relaciones igualitarias y reflexivas, opuesto a la idea del amor romántico. Según Giddens (1995: pp-63-65), el amor romántico jugaría con la identificación proyectiva: la atracción entre dos personas llevaría a la consecución de la pareja, en una lógica en la que los roles de masculinidad y feminidad están definidos y se saben de manera previa, con una

[30] No es que de manera previa el único objetivo vital femenino fuera aquel relacionado con la familia, pero sí el objetivo que se le atribuía de manera normativa.

gran desigualdad de poder intrínseca a estos, y una noción de plenitud por poder complementarse en el seno de la relación; del mismo modo, y ligado a esa idea de plenitud y complementariedad, el mandato del amor romántico plantearía su duración "para siempre" y el amor mismo sería el garante de la satisfacción sexual. Al contrario, el amor confluente diferiría del amor romántico en su cualidad no proyectiva, en tanto que contingente y activo, donde más que el hallazgo de una "persona especial" para formar una pareja, la relación de pareja es la que adquiere la cualidad de "especial", resultado del trabajo sobre la misma y la voluntad y satisfacción de sus participantes. De este modo, el amor confluente, se desligaría de los estrictos roles definidos de masculinidad y feminidad -aunque encontremos una ligera readaptación de dichos papeles-, no sería específico de la heterosexualidad, permitiría la comunicación activa, el abrirse el uno al otro y la vulnerabilidad masculina. Por último, Giddens (1995) se refiere también a la centralidad de la sexualidad en el amor confluente, donde su satisfacción se vuelve importante para ambas partes de la pareja, y el conocimiento y la experiencia sobre ésta se volvería positiva, además, la cualidad referida a la individualidad de cada miembro de la pareja y la importancia otorgada a la sexualidad haría que la monogamia -en el sentido de la exclusividad sexual- no se diera por supuesta y fuera parte de acuerdos. Desde esta visión, el *amor confluente* se referiría a un modelo de amor que presupone la igualdad, los acuerdos y las decisiones de sus participantes, y donde se presupondría una relación "pura"[31] (Giddens, 1995: p.65).

Sin embargo, si bien hay una mayor igualdad y las mujeres disfrutan de más libertades que antes y una mayor independencia económica, las asimetrías de género siguen estando presentes, y los mandatos de género siguen operando en la actualidad, tal y como se ha podido ver en varios apartados del capítulo anterior. La voluntad de construir relaciones igualitarias -o amores confluentes- sigue topándose de manera constante con elementos estructurales como las dinámicas de género, la desigualdad salarial, el reparto del trabajo reproductivo, la violencia en el seno de la pareja, y la propia lógica individualizadora. Volviendo sobre Connell (1995/2015) y McRobbie (2010), merece la pena atender a cómo las políticas neoliberales reproducen y reestabilizan las desigualdades de género -y las desigualdades de clase, de raza, etc.-, relegando sobre los individuos la mejora de su propio devenir.

[31] Giddens (1995) define la relación pura como "una relación de igualdad sexual y emocional, que tiene connotaciones explosivas respecto de las formas preexistentes de las relaciones de poder entre los diversos papeles sexuales establecidos" (pp.11-12).

Por otro lado, el sociólogo Zygmunt Bauman teorizó sobre las sociedades contemporáneas situándolas en lo que él denominó "modernidad líquida", donde predominarían la individualización y el establecimiento de vínculos débiles -líquidos- entre sujetos, en un contexto de privatización y comercialización creciente, pérdida del sentido de ciudadanía y de las lógicas comunitarias, en el advenimiento de las sociedades postindustriales -a partir de la segunda mitad del siglo XX- caracterizadas por los cambios en la comunicación y en las temporalidades, causando incertidumbre y ambivalencia (Bauman, 2003). En su teorización sobre los cambios en las relaciones interpersonales desarrollado en su libro *Amor Líquido*, Bauman (2005) establece que las lógicas de consumo de la modernidad líquida permean también los vínculos entre los sujetos, donde se erosionan los vínculos estables y solidos -de amistad, de vecindad, familiares, de pareja, etc.- que caracterizarían al estado "sólido" de la modernidad[32], en pos de una lógica de corta durabilidad y mayor flexibilidad, de mayor reflexividad y racionalidad. En este sentido, la incertidumbre y la ambivalencia que surgirían a raíz de tener muchas opciones para elegir, en un contexto individualista y de mayores decisiones sobre el desarrollo de la vida propia, debilitaría la solidez de los vínculos, haciendo que las relaciones entre personas se establezcan de acuerdo con intereses y deseos momentáneos (Bauman, 2005). Más opciones, más vínculos, pero de menor durabilidad y siguiendo las necesidades de cada individuo en cada momento. Desde esta perspectiva, el amor, parece ser, pierde una suerte de valor de manera derivada a la multiplicación de experiencias amorosas.

> No es que hoy haya más personas que asciendan hasta las elevadas cimas de exigencia del amor en más ocasiones, sino, más bien, que tales criterios de exigencia han sufrido una constricción; de resultas de ello, el conjunto de experiencias al que la palabra «amor» hace referencia se ha ampliado extraordinariamente.
>
> (Bauman, 2005: p. 22)

De este modo, el aumento de experiencias amorosas derivaría de un supuesto descenso de los criterios asociados al amor según el sociólogo. En la misma línea, en el contexto de las

[32] En este sentido, Bauman establece la modernidad como el periodo que nace a partir de la Ilustración caracterizado por el uso de la razón y la ciencia para dominar a la naturaleza y crear sociedades y organizaciones "perfectas" o mejores. En dicho sentido, los totalitarismos serían un ejemplo extremo de la razón moderna (Bauman, 2010). Lo "liquido" haría referencia a los procesos de modernización, procesos que se entenderían como transitorios, con el objetivo de construir nuevas realidades. Sin embargo, según Bauman (2003) las sociedades contemporáneas postindustriales -desarrolladas a partir de la segunda mitad del siglo XX, junto con la desregulación de los mercados, el capitalismo financiero y el desarrollo del neoliberalismo- se encontrarían inmersas en un estado líquido constante, donde la modernización en sí misma se ve como un fin, y caracterizadas por la inestabilidad, la ambivalencia y la incertidumbre.

sociedades líquidas los compromisos duraderos se verían como una constricción a la vida de cada uno, y se optaría por escoger lo que Bauman (2005) denomina *relaciones de bolsillo*: vínculos que huyen de la idea del amor a primera vista y del enamoramiento -el amor y los sentimientos desbocados se aprecian como una interferencia en el cálculo racional del establecimiento de los vínculos- para salvaguardarse de los malestares que las fluctuaciones amorosas puedan generar, y poder hacer y deshacer vínculos a desgana.

Tanto Giddens (1995) como Bauman (2005) aprecian una erosión del amor romántico en los vínculos sexoafectivos en las sociedades contemporáneas. Por un lado, el primero concreta esta erosión en la progresiva emergencia del amor confluente, una relación pura -en la terminología de Giddens (1995)- y con apariencia de madurez e igualdad sobre las decisiones que incumben a la relación a causa de una mayor reflexividad, y donde la igualdad entre los géneros y la mayor libertad sexual han sido determinantes para su consecución. Por otro lado, Bauman (2005) dirige esa reflexividad hacia la idea del cálculo racional y el distanciamiento de las emociones clásicamente amorosas, así como en el establecimiento de vínculos que se rigen por lógicas privadas de consumo y mercado. Ambas posturas, sin embargo, plantean serias problemáticas: como he desarrollado a lo largo del capítulo sobre género y sexualidad, el género mismo es una categoría asimétrica que imposibilita una reconciliación absoluta en términos de horizontalidad (Harding, 1996) y los datos sobre violencia en el seno de la pareja, la violencia sexual, el desigual reparto del trabajo reproductivo, las desigualdades en el mercado laboral, y la contradictoria valoración de la agencia sexual femenina son claros ejemplos de las dificultades y barreras a ese amor confluente e igualitario que define Giddens (1995). Por otro lado, Bauman (2005) ignora la perspectiva de género en su análisis, y plantea la desaparición de un amor "sólido" y, por lo que parece, "verdadero" -frente al amor líquido- de alguna manera idealizado, que no tiene en cuenta desigualdades ni asimetrías. Esta mirada de Bauman hacia las emociones efervescentes -pasión, amor a primera vista, enamoramiento- que parecerían desaparecer frente a un cálculo racional y "frío", deja de lado, por ejemplo, las experiencias de muchas mujeres a la hora de escoger pareja, que a lo largo de la modernidad siempre han sido elecciones racionales que planteaban desconfianza ante lo pasional: desde las novelas de Jane Austen sobre cómo escoger al hombre "correcto" hasta los cuidados de las mujeres de a pie de escoger un hombre que pudiera sostenerlas económicamente y con el cuidado de que no

fuera agresivo[33]. Al mismo tiempo, la visión apocalíptica de los vínculos sexoafectivos contemporáneos -los vínculos *líquidos*- como carentes de afectos -o de afectos de una calidad inferior- deja de lado las potencialidades la mayor agencia y margen de decisión de las personas sobre los vínculos, especialmente en el caso de las mujeres, a pesar de la continuación de las asimetrías de género que ya he mencionado y que siguen operando.

Volviendo sobre Beck y Beck-Gernsheim (2001), los procesos de individualización extendidos a hombres y a mujeres a partir de la segunda mitad del siglo XX, así como los cambios de mentalidad respecto de la libertad -sexual, afectiva, económica, etc.- de las mujeres, plantean nuevos retos. Por un lado, los autores constatan que esta progresiva igualdad -que no plena- en principio facilitaría la construcción de vínculos más simétricos en el seno de las parejas. Sin embargo, los procesos de individualización también apuntan hacia la construcción y la búsqueda de la felicidad plena e individual, donde el desarrollo de la vida propia chocaría con la formulación de relaciones de pareja -o formar una familia con descendencia- de manera estable, al mismo tiempo que también se intenta huir de la soledad (Beck y Beck-Gernsheim, 2001). De este modo, nos encontraríamos ante tensiones que resultan de intentar unir dos polos, que parece, se plantean opuestos: el deseo de ser dueño de uno mismo frente al deseo de vincularse y los vaivenes de intentar compaginar ambos hechos. Ante la falta de guiones estrictos sobre cómo regir la vida sexoafectiva, las relaciones se construirían también mediante un proceso reflexivo, *hablando*, decidiendo qué cabe y qué no en ellas, acordando entre los miembros de una pareja el devenir de esta (Beck y Beck-Gernsheim, 2001). De este modo, se generaría una atomización sobre el vínculo de la pareja mismo, unidad desde la que mirar el mundo, donde dos individuos -libres- se unen en la medida en la que sus aspiraciones vitales puedan coincidir y el vínculo les dote de felicidad.

Otra reconocida autora en su teorización sobre las relaciones sexoafectivas contemporáneas es la socióloga Eva Illouz. En sus trabajos, la autora atiende de manera cercana a los modos en los que el capitalismo y las lógicas de consumo producen experiencias amorosas y sexuales nuevas. En lo referido al amor, por ejemplo, Illouz (2009) argumenta que, en las primeras décadas del siglo XX en los Estados Unidos, el amor romántico comienza a intersectar con el capitalismo de consumo en un proceso en el que comienza a desarrollarse, por un lado, una industria envuelta en la idea del amor -mediante su promoción en el cine y la publicidad- y, por otro lado, mediante el desarrollo de experiencias amorosas mediadas por el consumo,

[33] Los textos de Emma Goldman que he citado en el capítulo anterior son un claro ejemplo del rechazo al matrimonio en tanto que "prostitución" debido a que las mujeres se veían obligadas a escoger maridos a los que no amaban para poder subsistir económicamente.

como la extensión de las citas y los planes de ocio asociados a ellas. Tal y como también indicaba Stephanie Coontz (2006) la cultura de las citas había sido de manera previa elemento propio de las clases obreras, pero la apertura de la estricta moral victoriana habría permitido la extensión de la cultura de las citas hacia un ocio de masas, dentro de una lógica de consumo que codificaba los nuevos modos en los que se construían vínculos sexoafectivos, y que se reproducía también mediante los propios productos de consumo como el cine y la publicidad (Illouz, 2009). Sin embargo, a partir de la segunda mitad del siglo XX, habidos en cuenta los cambios sociales relativos a los procesos de individualización extendidos a las mujeres, la revolución sexual, la legitimidad hegemónica del sexo fuera del seno de la pareja, y nuevos patrones en las relaciones amorosas -más experiencias, más rupturas, etc.-, se produciría cierto desencantamiento y cinismo sobre el amor por parte de las personas (Illouz, 2009). En este nuevo contexto, que se produce de manera pareja al desarrollo de las sociedades postindustriales, las experiencias amorosas en los productos mediáticos estarían fuertemente codificadas, una suerte de historias repetitivas que muestran un tipo de amor -como en las películas románticas o la literatura "femenina"- que habla de flechazos o de la superación de barreras, y que a pesar del cinismo con el que las audiencias las pueden recibir, éstas seguirían marcando gran parte de los anhelos y fascinaciones de las personas en muchas ocasiones de acuerdo al trabajo de campo de Illouz. Además, el amor extendido en estas historias preconfiguradas mostraría, según Illouz (2009), una suerte de estilos de vida y de vínculos ausentes de conflictos de clase y de asimetrías de género, hecho también identificado por autoras como Gill y Herdieckerhoff (2006) en la literatura femenina posfeminista, reproduciendo la idea de que el amor es universal y de que todo el mundo puede optar a ese tipo de amor, el cual en muchas ocasiones difiere de las experiencias reales y tangibles de las personas.

En lo que respecta a la sexualidad, la tesis de Illouz (2020) gira en torno al hecho de que, tras los cambios a partir de los años 60, en los que se legitima de manera normativa la sexualidad fuera del marco de la pareja como espacio lúdico y de ocio y de manera extendida a las mujeres, esta sexualidad se vería subsumida a lógicas de consumo capitalistas y con una gran presencia, además, de asimetrías de género, lejos del orden de igualdad que se pregona en los discursos cotidianos. En esta nueva sexualidad *liberada* se reproduciría una dinámica masculina donde primarían la cantidad de las experiencias sexuales, el distanciamiento respecto de las emociones -abogando por la independencia y autonomía que, como se ha visto, eran elementos constitutivos de la masculinidad hegemónica-, y las lógicas de consumo que ayudan a generar un contexto *hipersexualizado* (Illouz, 2020). De este modo, las personas,

y especialmente las mujeres, se enfrentarían a malestares que derivan de esa lógica de consumo asociada al establecimiento de los vínculos, que se vuelven fríos, y que se acrecientan en aplicaciones de contacto como Tinder que convertirían a las personas en objetos visuales para el consumo (Illouz, 2020).

Individualización, reflexividad, consumo, racionalidad, sexo y libertad son términos que emergen del análisis sobre la intimidad y los vínculos sexoafectivos contemporáneos por parte de estos autores que he ido recogiendo a lo largo de estas páginas. Si bien con análisis y conclusiones que comparten ciertas sinergias y distancias, como en el caso del amor romántico: mientras que autores como Giddens (1995) o Bauman (2003) mencionan la progresiva desaparición del amor romántico hacia formas líquidas o de amor confluente, comparto las visiones de autoras como Mari Luz Esteban, Coral Herrera o Eva Illouz que muestran la continuidad de los mandatos románticos adaptados a los contextos contemporáneos.

En general, sobre esta multitud de autores tratados en este epígrafe, destacan las ideas sobre individualidad, el aumento de contactos sexoafectivos y una mirada que atiende al distanciamiento de las emociones y el desarrollo de la autonomía. Por otro lado, también podría apreciarse en parte desde estos análisis la constatación de cierta desinstitucionalización de algunos vínculos sexoafectivos: desde los contactos más esporádicos fuera del ámbito de la pareja -o un aumento de la promiscuidad, dicho de otro modo-, a la formulación de parejas más fluidas, o rupturas de los guiones clásicos del modelo de pareja -noviazgo, matrimonio, descendencia-. Desde algunas de estas miradas, este quiebre en los guiones preestablecidos en el ámbito sexoafectivo, que ya ni la Iglesia ni las formas culturales constreñirían o explicitarían, en un contexto neoliberal e individualista, relegaría a espacios como la autoayuda, el *coaching* o la psicología la resolución de las problemáticas que se derivan del ámbito sexoafectivo, entendidas como una cuestión individual (Giddens,1995; Illouz, 2020).

3.1.1 El espacio no-monógamo como espectro amplio: soltería, sexo casual, *situationships* y no-monogamias consensuadas.

Los cambios señalados por los autores arriba mencionados en el ámbito de las relaciones sexoafectivas, especialmente los que respectan a los desplazamientos en algunos de los guiones preestablecidos -la triada *amor-pareja-monogamia* que diría Vasallo (2018)- suponen la apertura de un espectro amplio: el espacio no-monógamo. En general, a la hora de hablar de

no-monogamias es fácil tender a pensar en la formulación de vínculos como el poliamor o las relaciones abiertas, que llaman la atención por ser precisamente la excepción de la norma relativa a la exclusividad sexual en el seno de las parejas formalizadas, saltándose uno de los principales preceptos de la pareja y el amor romántico. Sin embargo, los cambios en los vínculos sexoafectivos contemporáneos mencionados -fluidez, sexo casual, promiscuidad, individualismo, etc.-, también contribuyen a ampliar el espectro no-monógamo desde otros lugares.

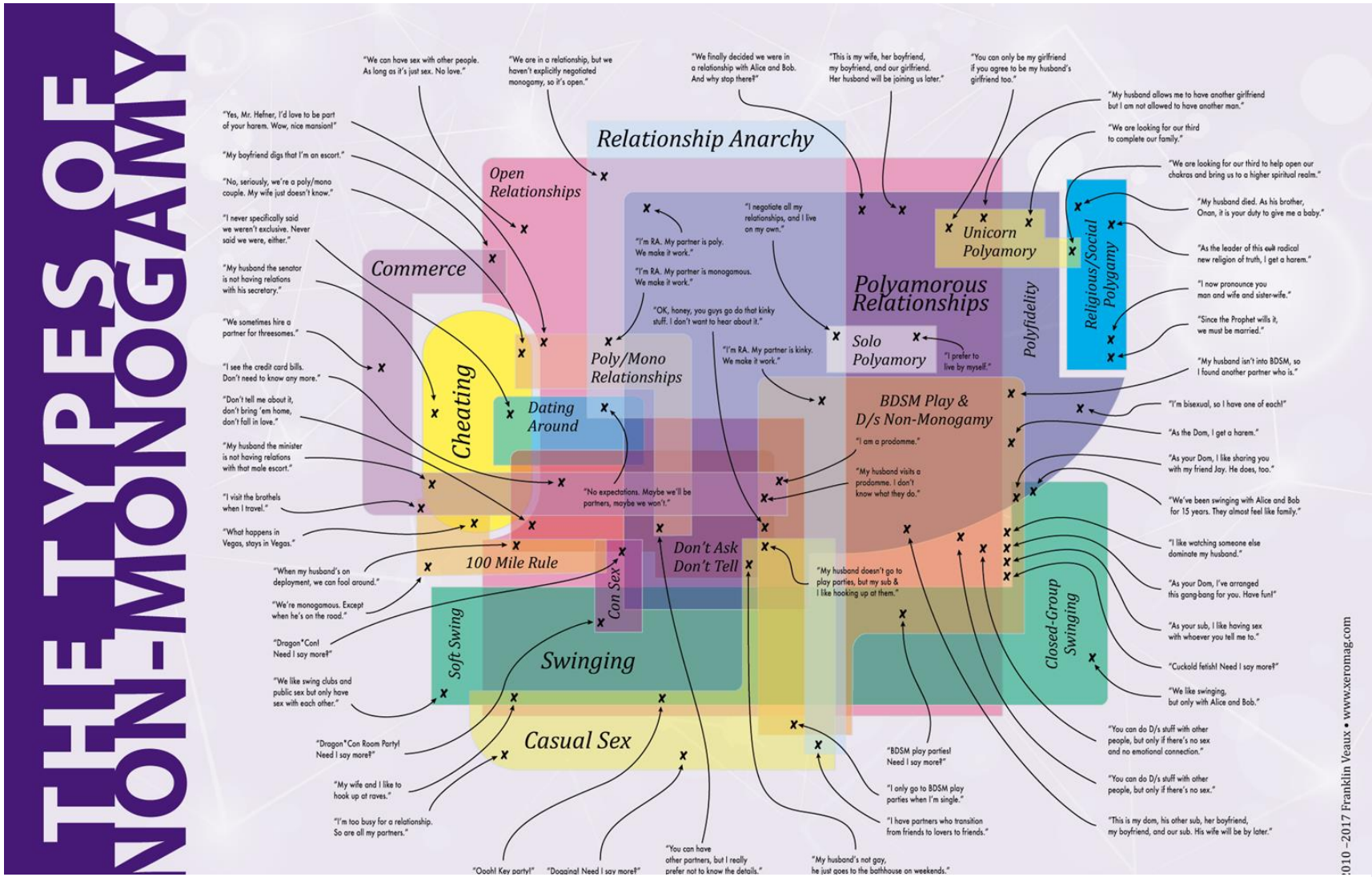
El diagrama diseñado por Franklin Veaux (2017), presente en la figura 3, nos puede ser de utilidad para comprender la amplitud del espectro no-monógamo en la actualidad, mostrando una multitud de situaciones diversas que afectan a las personas en el ámbito sexoafectivo contemporáneo: el sexo casual, el mundo de las citas, el adulterio, el sexo comercial, etc. También se recogen situaciones que son típicas de lo que se conoce como no-monogamias consensuadas: poliamor, anarquía relacional, relaciones abiertas, *swinging* -intercambio de parejas-. Por último, el diagrama ayuda a entender las sinergias entre ciertas prácticas o situaciones que popularmente se entienden como no-monógamas y otras que no: por ejemplo, el tener citas -*dating around*- o el sexo casual -*casual sex*- compartiendo espacio con el espectro de las relaciones abiertas -*open relationships*-, en tanto que cuando se tiene sexo casual o se tiene un "rollo" con alguien, no existe la obligatoriedad o el mandato cultural de mantener la exclusividad sexual con una única persona.

El diagrama de la figura 3 puede apreciarse un tanto caótico por el mero hecho de que intenta sistematizar, en la medida que se puede, todo un entramado complejo de situaciones sexoafectivas variadas, desinstitucionalizadas, de definiciones incompletas y superpuestas. Ello no quiere decir que todas estas situaciones sean exclusivamente nuevas: la promiscuidad y el sexo casual no son algo solo propio de nuestro tiempo, de manera previa han existido, como en el caso de las clases obreras urbanas que escapaban de las normas sexuales que se aplicaban a las burguesías y clases medias en el siglo XIX (Weeks, 1981/2018), al igual que ocurría con las citas (Coontz, 2006) o en el caso de otras comunidades eróticas -como los hombres que tienen sexo con hombres- en entornos urbanos. Al mismo tiempo, incluso en los propios grupos sociales a los que se les adscribía el mandato normativo del puritanismo sexual y su repliegue al seno del matrimonio, en muchas ocasiones se daban realidades fuera de dichas normas, hecho constatado con trabajos como el de Alfred Kinsey. El relajamiento de las normas sexuales extendido a diferentes estratos sociales, y la mayor libertad e igualdad extendida a mujeres y a identidades y orientaciones sexuales diversas, ha permitido la apertura y extensión de diferentes modos de relacionarse. A su vez, esa apertura ha generado nuevas

estratificaciones: desde la doble moral aplicada a la libertad sexual femenina -reestabilizando desigualdades y asimetrías-, al acogimiento -o nombramiento- de modelos relacionales "nuevos" -como el poliamor- por parte de las clases medias.

Figura 3

The Mapo f Non-monogamy



Nota. Los tipos de no-monogamias. Tomado de *Map of Non-monogamy* [diagrama] Veaux, 2017, https://blog.franklinveaux.com/2017/12/an-update-to-the-map-of-non-monogamy/

3.2 Internet y las *apps*. El nuevo espacio para ligar y construir intimidad

Basta con echar un vistazo a nuestro alrededor para darnos cuenta de que las dinámicas para conocer gente con objetivos sexuales y afectivos -lo que comúnmente conocemos como ligar- se ven mediadas por varios elementos muy significativos de nuestro tiempo: la mayor cantidad de experiencias sexuales y afectivas de las personas y mayor facilidad y legitimidad para publicitar y reconocer estas experiencias, la fluidez (al menos percibida) de muchas relaciones sexoafectivas, la mediación de internet y especialmente de las apps a la hora de conocer gente, entablar conversaciones, generar intimidad e incluso practicar sexo, y el reajuste entre las relaciones de género debido a los cambios que se han dado con las expectativas referidas a la pareja, derivados de los procesos de individualización y la igualdad normativa entre hombres y mujeres. A su vez, la perdurabilidad de los esquemas del amor romántico (no sin crítica) pero la desvinculación de la obligatoriedad del amor (o de formar una pareja) para tener relaciones sexuales, genera también tensiones y expectativas diferentes en las personas, de una manera que cruza estrechamente con variables como el género, la orientación sexual, el vivir en una gran ciudad o no, el estrato socioeconómico o la identidad propia, entre otras.

Internet es parte de nuestra realidad social cotidiana y ordinaria, lugar en el que nos inscribimos y a través del cual somos inscritos como sujetos, a la vez que un espacio donde se multiplican los afectos (Lasén, 2019), lugar y espacio de públicos íntimos [*intimate publics*] generados a base de contacto cotidiano (Petrychyn et al., 2020). Internet y de manera especial el uso de los smartphones, las redes sociales, las aplicaciones de contacto y mensajería, se han vuelto -al igual que para el resto de las áreas de la vida- lugares de paso obligatorio para nuestra realidad sexoafectiva.

Podemos conocer personas mediante aplicaciones de contacto o redes sociales, o podemos conocerlas de manera analógica y posteriormente agregarlas a redes sociales o comunicarnos con ellas mediante servicios de mensajería. Escribimos a nuestras parejas para recordarles que las queremos, o nos enfadamos porque no nos escriben lo suficiente; intentamos llamar la atención de un contacto nuestro mediante el uso de redes sociales subiendo una "historia" a Instagram agregando una canción que sabemos que le gusta y con la esperanza de que reaccione; sospechamos cuando vemos chatear a alguien a escondidas; nos presentamos con ciertas características que nos ayuden a mostrarnos atractivos y a atraer a los perfiles de personas que nos interesan en aplicaciones para ligar o en Instagram; *coach* y psicólogos nos

enseñan técnicas en redes sociales para atraer el amor, el sexo, ser más atractivos; cotilleamos la evolución de otras parejas en redes sociales; arqueamos las cejas con curiosidad cuando nuestro amigo nos dice que está *hablando* por Whatsapp muy regularmente con otra persona a pesar de tener una relación cerrada; el hombre con el que te estabas viendo deja de responderte los mensajes progresivamente, te fijas en sus seguidores nuevos, sospechas de un par de chicas por las que te ha podido sustituir; creías que esa primera cita fue genial pero esa persona después te bloqueó; quito la opción de mi última hora de conexión y de mi estatus *en línea* en Whatsapp porque mi pareja a veces siente celos cuando hablo con otros vínculos, archivo esas conversaciones por el mismo motivo; mi amigo crea una conversación grupal en *Grindr* para invitar a varios a una *chill;* te descargas esa *app* diseñada para buscar pareja estable según su anuncio, estás harto de esa otra en la que es imposible conseguir algo serio con alguien; vas a una boda donde hay un rótulo que pone *Another Tinder Couple,* recuerdas el cisma que fue el momento en el que los novios acordaron borrase la *app* y dejar de quedar con otras personas hace unos años; "solo me salen latinas en Tinder" escuchas decir a alguien de manera despectiva; "no estoy interesado en buscar pareja – no estoy interesado en chicas que hayan estado con más de 20 chicos" lees en la descripción del perfil de un hombre en una aplicación de contacto; "es mucho más guapa en persona que en fotos"; "es mucho más feo en persona que en fotos"; "llevamos meses quedando y nunca ha subido una foto a redes sociales conmigo".

Internet es una maraña enredada en nuestra realidad social (Lasén, 2019) y parte de nuestras formas de comunicación diarias. Trabajos como el de Rosenfield et al. (2019) han señalado cómo, en los Estados Unidos, se aprecia un claro cambio en cuanto a los lugares o las maneras en las que las parejas heterosexuales se han conocido entre 1940 y 2017. Si en 1940 los tres primeros medios para conocer a la pareja (heterosexual) eran la escuela primaria, a través de amigos, o a través de la familia, en la actualidad casi el 40% de las personas conocería a sus parejas a través de internet, algo por debajo del 30% en bares o restaurantes y un 20% a través de amigos. En el caso de España, la empresa de datos de opinión pública Yougov (Font, 2020) concluye que, de las personas encuestadas, aquellas parejas que se formaron entre los años 1960 y 1969 lo hicieron en un 35% a través de los amigos, algo por debajo del 20% en un bar, restaurante o discoteca, y en tercera y cuarta posición, algo debajo del 10%, en el trabajo y estudiando. En la actualidad (años 2010-2020), un 30% de parejas se habrían conocido online, un 22% a través de los amigos, el 13% en un bar, restaurante o discoteca, un 11% en el trabajo y un 9% a través de los estudios. Si nos centramos en las personas jóvenes, el estudio "Jóvenes Andaluces 2021. Opiniones, actitudes y comportamientos", del

Centro de Estudios Andaluces (Ayuso Sánchez et al., 2021), se pregunta, precisamente, sobre los usos de internet para ligar de manera general en la actualidad o en el pasado, sobre una muestra de 1522 jóvenes de entre 18 y 34 años. Los resultados arrojan que casi el 60% utiliza o ha utilizado internet a menudo o de vez en cuando para ligar, únicamente un 20% nunca utiliza internet, por lo que nos da muestras de lo insertado que está en nuestras prácticas y cotidianeidad su uso también en el plano sexual y afectivo.

Internet es, por tanto -mediante redes sociales y aplicaciones de contacto-, el lugar predilecto para conocer gente en primer lugar, todo ello sin tener en cuenta el resto de las interacciones que se tienen mediante internet con las personas que se conocen analógicamente. Internet, en última instancia, es probablemente para todos los casos, lugar de construcción de deseo, de amor y de intimidad, y de todas sus contrapartes.

3.2.1 Internet y las *apps* acusadas de incentivar la promiscuidad y relaciones supuestamente líquidas o "de bolsillo".

Los cambios tecnológicos y sus efectos sobre la vida cotidiana suscitan todo tipo de opiniones por parte de la población, teóricos sociales, medios de comunicación y expertos en tecnologías. Desde quienes muestran una mayor detracción y resistencia a estos cambios tecnológicos, alertan ante los peligros que pueden enmascarar, a quienes muestran una fe ciega en las oportunidades que brindan. Internet, los smartphones, las redes sociales, los servicios de mensajería y las aplicaciones de contacto tampoco han salido inmunes de estas valoraciones con respecto a sus efectos en el ámbito sexoafectivo.

En un inicio las salas de chat generaban un temor incentivado por los medios de comunicación entre finales de los años 90 y principios de los 2000, aludiendo al peligro de quedar con desconocidos[34] especialmente en el caso de las mujeres ante la posibilidad de aparición de depredadores sexuales o asesinos; o las alertas sobre el *catfishing* o suplantación de identidad, ante el peligro de quedar con una persona que no era en realidad la que se presentaba. Posteriormente, la aparición de redes sociales -*MySpace*, *Facebook*, etc.- y las webs para concertar citas -precursoras de las aplicaciones de contacto posteriores- comenzaron a incentivar otras reflexiones, como la idea de que "no se trataba de conexiones verdaderas", que "no se podía conocer de verdad a alguien en internet", situando a la relación analógica

[34] El peligro de los desconocidos no era cuestión exclusiva de las salas de chats, sino de la construcción del peligro sexual personificado en la figura del hombre desconocido.

como superior a la construida de manera online, en tanto que más *auténtica* y de mayor valor. El rechazo de muchas personas a admitir que habían conocido a alguien en internet –"diremos que nos conocimos en un bar" es una frase típica que podías encontrarte en las biografías de algunos usuarios en los principios de Tinder- venían precisamente ligadas a esta cuestión. Judith Duportail (2019) contaba en *El algoritmo del amor* cómo un hombre con el que tuvo una relación de varios meses la dejó argumentado que no podía tener una novia que hubiera conocido en Tinder, como si se tratara de un lugar ilegítimo para la búsqueda de la pareja estable. En el estudio "Jóvenes Andaluces 2021" (Ayuso Sánchez et al., 2021) el 90% de los jóvenes afirmaban que las mejores formas de buscar pareja eran aquellas que se daban en situaciones *offline*. Todas estas prevenciones y recelos acerca de ligar online conectan con las convenciones del amor romántico -el amor a primera vista, el encuentro de un amor que no se busca-, y muestran que, al menos en el ámbito de la valoración y lo deseable, estas experiencias se encuentran alejadas de afirmaciones como las de Eva Illouz (2020) y de Zygmunt Bauman (2005) respecto de la predilección de las personas por el uso de medios digitales para la búsqueda de contactos sexoafectivos. Diferente de esto es, por supuesto, que las personas, a pesar de que valoren de manera más deseable el contacto *offline* en sus afirmaciones, sus prácticas no concuerden con dicha valoración.

Las reflexiones teóricas y sociológicas sobre las relaciones sexoafectivas contemporáneas, aludiendo a la lógica del consumo, la individualización y la reflexividad, se han aplicado también al análisis de las interacciones mediante redes sociales y aplicaciones de citas en la actualidad. Desde estas visiones, estos espacios online son lugares que incentivan la promiscuidad, la competencia, el desarraigo de las relaciones estables y la multiplicación de los vínculos "líquidos".

En términos de Pascal Lardellier (2014) las TIC mercantilizan los vínculos: "todos los grandes principios de la economía de mercado están presentes: la abundancia de la oferta, la racionalización de la búsqueda amorosa, la focalización selectiva, el hecho de poder elegir permite una oferta abundante" (pag. 80). Esta lógica de consumo generaría una situación tal en la que

> Internet y sus sitios de encuentros permiten optar por el modelo sentimental-sexual de la 'intercambiabilidad' y de la aventura, pero por un tiempo solamente (…) muchos internautas solteros guardan la intuición que una persona única está escondida justo detrás de la pantalla (…) la ideología liberal presente en los sitios de encuentro es

> contrabalanceada por una ideología romántica que ejerce su influencia desde hace ya largo tiempo
>
> (Lardellier, 2014: pag. 87)

Desde esta visión, Internet -y en concreto los sitios de citas y las redes sociales- incentivan una lógica consumista que genera intercambiabilidad, un aumento de los contactos sexuales donde se acumulan aventuras y se declara el "fin de la pareja con contrato indefinido" (Lerdellier, 2014: pag. 86). Así, internet nos convertiría en meros objetos de consumo -y consumidores de otras personas-objeto-, intercambiables y en competición, aumentando la promiscuidad y la fluidez de los vínculos, con la promesa última de encontrar un supuesto amor que parecería nunca llegar. Desde esta perspectiva, la visión de Bauman (2005) respecto de las "relaciones de bolsillo" y los "vínculos líquidos" como relaciones dirigidas por el consumo se incentivaría cuando entra a mediar la Red.

Esta mirada de Internet y las TIC como tecnologías que aumentan la promiscuidad y entorpecen la formación de relaciones "verdaderas" o estables desde una lógica de consumo también se ha plasmado en numerosos artículos periodísticos, contenido de redes sociales y se han trasladado también al lenguaje cotidiano de muchas personas. En 2015, la publicación en la edición estadounidense de la revista Vanity Fair del reportaje *Tinder and the Dawn of the 'Dating Apocalypse',* escrito por la periodista y escritora superventas Nancy Jo Sales, fue viralizado a tal escala que todavía a día de hoy sigue compartiéndose en redes sociales y ha sido citado en numerosas ocasiones. En dicho reportaje, Sales (2015) reproducía precisamente parte de estas ideas sobre las aplicaciones de citas, mencionando la mercantilización de los vínculos en la Red y la acumulación de "hazañas" sexuales como problemática; sus entrevistados y entrevistadas declaraban en ocasiones el descontento y la tensión entre estar buscando una relación y el aumento de posibilidades que ofrecía Tinder -u otras aplicaciones- haciendo que siguieran "buscando" de manera constante hasta intentar dar con alguien; otras personas admitían lo dificultoso de mostrarse más sentimentales y se obligaban a cierto distanciamiento emocional para no hacerse "ilusiones"; había quienes con orgullo compartían la facilidad para tener sexo sin ataduras, a pesar de que en ocasiones algún hombre admitía "jugar a poder ser un posible novio" para conseguir que las mujeres se involucraran sexualmente. Estar en apps de citas aumentaría la posibilidad de poder conectar con más personas a la vez, engrosando "la cartera" de posibles experiencias sexuales. Judith Duportail (2019) declaraba experiencias similares en sus usos de Tinder, a la vez que un

aprendizaje ligado a la app que la obligaba a distanciarse de los sentimientos y ser más escéptica respecto de las personas con las que se veía para no hacerse "ilusiones".

Desde esta perspectiva, estas experiencias coinciden en parte con lo mencionado por Bauman (2005) respecto del aumento de contactos, la fragilidad de los vínculos -insertos en una lógica de intercambiabilidad- y el distanciamiento respecto de los sentimientos amorosos.

> El sujeto económico-sexual es *el* sujeto por excelencia de la modernidad. Pone en acto su individualidad a través de necesidades y deseos, a través de elecciones y, cada vez más, a través de no elecciones, todo ello en una esfera de consumo que está saturada de intimidad (Berlant y Warner, 1998) y en una esfera privada que se ha mercantilizado (Sandel, 2012).
>
> (Illouz, 2020: pag. 145)

Esta idea del sujeto económico-sexual, que Illouz (2020) también denomina *hipersujeto* (pag. 145), en el contexto de las redes sociales y aplicaciones de citas, estaría mediada también por lo que la socióloga ha acuñado como "capitalismo escópico": "una red de mercados diversos que se intersectan en el cuerpo sexual y en el intercambio sexual. (…) el valor se crea valuando imágenes de cuerpos sexuales destinados al consumo visual en mercados económicos y sexuales" (Illouz, 2020: pag. 160). Por tanto, la proliferación de la imagen como vehículo en las redes sociales y en las aplicaciones de citas, haría que la sexualidad -mercantilizada- se convierta en una suerte de espectáculo (Debord, 1967/2000). Esas imágenes, posteriormente, son evaluadas por el resto de los usuarios para decidir si son objeto de interés sexual o romántico o no. De este modo, Illouz (2020) insiste en que las redes sociales y las aplicaciones nos mostrarían a las personas como si fueran productos en una especie de supermercado sexoafectivo, con otros elementos añadidos -por ejemplo, datos biométricos, un listado de intereses y hobbies, etc.- donde uno tiene que elegir -y ser elegido- para poder interactuar. En el caso de las aplicaciones de contacto, además, estas elecciones se verían mediadas por la propia interfaz, donde mediante el *swiping* -deslizar- izquierda -no me interesa- o derecha -me interesa-, de modo gamificado, obliga a tomar decisiones sobre el interés que despierta una persona, en una evaluación visual formada por los atributos de la velocidad, la unilateralidad y el carácter binario (Illouz, 2020). En un siguiente paso, como el "cara a cara" de una cita, la evaluación volvería a darse en una situación descontextualizada, fuera de los marcos sociales de los sujetos, haciendo que las citas sigan la lógica de una entrevista de trabajo, y obligando a los sujetos a desplegar sus habilidades y logros -*saber venderse*- para atraer al otro y descartar aquello que no se desea de acuerdo con Illouz (2020).

De esta manera, los vínculos sexoafectivos se enfrentarían a lógicas privatizadas e individualizadas (Rodríguez del Real y Correa, 2024; Illouz, 2020) en la era contemporánea y de manera acrecentada por las formas online: desligadas de información de contexto social con los interlocutores (Illouz, 2020).

Este marco que plantea Illouz (2020) donde el conocimiento de otras personas en las aplicaciones de citas se da de manera únicamente mediada por la imagen, en un intercambio descontextualizado -mediante el chat y en las propias citas- y de manera privatizada, es también, sin embargo, problemático. A lo largo de las siguientes páginas de este capítulo, sosteniéndome tanto en mi propio trabajo de campo como en el trabajo de otros autores y autoras que han investigado de manera específica los contactos sexoafectivos *online*, intentaré poner en cuestión, o cuanto menos problematizar, dichos elementos -privatización, descontextualización, prioridad de la imagen, etc.-.

La observación de los perfiles en las aplicaciones -con la información que aportan-, las conversaciones -por supuesto, supeditadas a la posibilidad de que haya información falsa- y el mensajearse durante tiempo intercambiando información -y, así, recopilando información de contexto-, así como el intercambiar redes sociales y números de teléfono, son maneras de recopilar información de contexto. Por otro lado, también es problemático afirmar que existen situaciones "descontextualizadas" como las citas que surgen a partir del contacto *online*, en tanto que no podemos decir que existan situaciones descontextualizadas como tal: pueden no tratarse de contextos vecinales y familiares, pero se trata de contextos particulares que forman parte de la multiplicidad de contextos de las vidas de las personas.

Por otro lado, también conviene una visión crítica de lo que significa lo privado -y privatizado- de estos intercambios, donde en muchas ocasiones participa el entorno de las personas en las decisiones sobre diferentes aspectos de la vida sexoafectiva. La privatización de las relaciones está asociada a la idea de que, cada vez más, éstas están enmarcadas en las decisiones individuales -o del conjunto de la pareja- de quienes componen estas relaciones, lo cual generaría una mayor libertad y margen de decisión sobre su devenir y desarrollo (Requena Santos y Ayuso Sánchez, 2022). Sin embargo, esta mayor individualización en las decisiones -o nuclearización-, no implica su privatización de manera automática. Como se verá, lo público participa de manera regular en las configuraciones sexoafectivas: desde las conversaciones con amigos y familiares para intercambiar información y pareceres sobre lo sexoafectivo y las parejas; las inscripciones que quedan registradas de manera pública en espacios como las redes sociales; las expectativas, aspiraciones y anhelos, moldeados a través

del espacio público, y también, su existencia en el marco de un espacio público íntimo (Berlant, 1997) heteronormativo y mononormativo.

3.2.2 Agencias mediadas a la hora de ligar

Tal y como recalca la investigadora Kath Albury (2017), la visión apocalíptica que se ha podido extender sobre Tinder y las aplicaciones de citas en general -y que se podría extender a redes sociales también-, materializada en artículos como el de Nancy Jo Sales (2015), en las que se acusa a este tipo de aplicaciones no solo de ser un espacio que facilita el sexo casual, sino que lo incentiva (Albury, 2017: pag. 82) y que cambiaría las normas de la sexualidad heterosexual, serían en parte incorrectas. Para ello, Albury (2017) recurre a la extensa historia del sexo casual heterosexual de manera previa a la aparición de los contactos en línea, y a las dinámicas previamente gamificadas en el cortejo o el *ligoteo* entre hombres y mujeres -como las citas y las dinámicas y ritualidades que se despliegan-, así como a los pánicos morales que han criticado -desde el conservadurismo a los sectores anti-sexo del feminismo- el sexo casual heterosexual. Tinder, más que incentivar el sexo casual, inscribe en un dispositivo y en una aplicación (Lasén, 2019) las potenciales parejas sexuales que podrían tenerse, al mismo tiempo que permite la conexión con esas potenciales parejas sexuales de manera centralizada, las vuelve visibles y aprehensibles (Albury, 2017).

Volviendo sobre la cuestión de la gamificación de las aplicaciones de citas -y de las redes sociales- mediante el diseño de sus interfaces, cabría añadir, como ha desarrollado Lee Mackinnon (2022), que el juego ha estado presente de manera constante a lo largo de la historia del Occidente europeo en lo relativo al amor: desde las competiciones por el amor de la dama en la tradición literaria del amor cortés, a la representación pictórica de las apuestas en el XVII como metáfora del amor y la sexualidad, y la aplicación de la estadística a partir del XIX y extendida en el siglo XX para hablar en términos de "éxito" o potenciales probabilidades del amor (Mackinnon, 2022).

> What is evident is the historically close relationship between romantic love and gaming, as well as the acceleration and ubiquity of such practices in the digital economy. That games articulate suspension of the usual phenomenological co-ordinates of time and space is further dramatized by the exhilaration and immediacy of online connectivity today.

> [Lo que es evidente es la relación históricamente estrecha entre el amor romántico y los juegos, así como la aceleración y ubicuidad de tales prácticas en la economía digital. El hecho de que los juegos articulen la suspensión de las habituales coordenadas fenomenológicas del tiempo y el espacio se ve aún más dramatizado por la euforia y la inmediatez de la conectividad en línea actual.]
>
> (Mackinnon, 2022: pag. 134)

Mackinnon (2022), trazando esta historia, descarta la idea de que el amor esté gamificado en la actualidad, en tanto que gamificación sería un término referido al juego en contextos que no-juego, y el amor históricamente lo estaría. Añade, además, que los juegos del amor son modos de reestabilizar las estructuras sociales en las que se insertan las dinámicas del amor -asimetría de género, desigualdad de clase, etc.-, escondiéndolas y ocultándose bajo la forma de la preferencia individual y la participación voluntaria (Mackinnon, 2022: pag. 134). En todo caso, y tal y como se muestra en el fragmento arriba citado, la economía digital y las TIC generan cambios relativos a la temporalidad y la presencia, que son el nuevo tablero sobre el que jugar a "los juegos del amor".

Preguntándose sobre si las formas online de conocerse y ligar incentivan las relaciones líquidas -y la erosión de las relaciones monógamas "para toda la vida"- debido a la extensión de redes de posibilidad romántica tal y como auguraba Bauman (2005), Hobbs et al. (2017) concluyeron que las ideas y objetivos sobre la búsqueda de parejas estables "clásicas" no habían cambiado en principio entre usuarios de aplicaciones para ligar. En su trabajo a partir de cuestionarios a 365 usuarios de aplicaciones de citas y seis entrevistas en profundidad (Hobbs et al., 2017), observaron que las personas de su muestra seguían mostrando un interés extenso en la búsqueda y construcción de parejas estables a largo plazo, mayoritariamente monógamas y "significativas" [*meaningful*], en consonancia con los preceptos de la forma de pareja socialmente aceptada y valorada de acuerdo con los términos de la estratificación sexual (Rubin, 1984/1989). Estos datos concuerdan también con el trabajo de Barrada et al. (2021), que observaban que los usuarios de aplicaciones de citas de su muestra -jóvenes universitarios de una ciudad española-, si bien podían mostrar mayores facilidades para tener sexo casual, puntuaban en iguales términos que los jóvenes que no usaban aplicaciones a la hora de desear construir relaciones estables a largo plazo. Hobbs et al. (2017) añadían, además, que muchos usuarios concordaban con la idea de que las tecnologías aportaban una mayor agencia a la hora de poder decidir sobre sus potenciales contactos sexoafectivos, presentando a aquellos -especialmente aquellas personas situadas en grandes áreas urbanas-

una "gran red de posibilidades románticas" (Hobbs et al., 2017: pag. 281), y permitiendo el establecimiento de límites y deseos -como el dejar claro anticipadamente que solo se buscaba sexo, por ejemplo- de manera previa a los encuentros para no generar confusiones. Los malestares que extraían de su trabajo venían ligados, en algunos casos, a la falta de éxito en la proporción de *match* obtenidos que expresaban algunos usuarios varones -tema también expuesto por parte de hombres en redes sociales y varios *coach* de la seducción dirigidos al público masculino-; la sensación de que las interacciones iniciales podían ser "superficiales" debido a que las evaluaciones iniciales estaban mediadas por la imagen -tema también expresado por Illouz (2020)-; y la sensación de encontrarse en una especie de supermercado del amor -también expresado por Lerdellier (2014)- donde los intercambios se planteaban muy estratégicos (Hobbs et al., 2017). Sin embargo, Hobbs et al. (2017) afirmaban que estas preocupaciones también eran propias del mundo de las citas y del cortejo *offline*, donde el atractivo de las personas y las primeras interacciones con alguien estaban en muchas ocasiones mediadas por la presentación del *self* (Goffman, 1959/1997).

Por otro lado, otros trabajos han demostrado (Petrychyn et al., 2020) que las aplicaciones para ligar también han permitido construir lo que Lauren Berlant (2008) denominó "públicos íntimos" [*public intimates*]:

> an intimate public is a space of mediation in which the personal is refracted through the general (…) a place of recognition and reflection. In an intimate public sphere emotional contact, of a sort, is made. (…)
>
> porous, affective scene of identification among strangers that promises a certain experience of belonging and provides a complex of consolation, confirmation, discipline, and discussion about how to live as an x. (…)
>
> participants in the intimate public feel as though it expresses what is common among them, a subjective likeness that seems to emanate from their history and their ongoing attachments and actions. Their participation seems to confirm the sense that even before there was a market addressed to them, there existed a world of strangers who would be emotionally literate in each other's experience of power, intimacy, desire, and discontent
>
> [un público íntimo es un espacio de mediación donde lo personal es refractado por lo general (…) un lugar de reconocimiento y reflexión. En un espacio público íntimo se realiza una suerte de contacto emocional. (…)

> Escena porosa y afectiva de identificación entre desconocidos que promete cierta experiencia de pertenencia y provee un complejo para la consolación, la confirmación, la disciplina y la discusión de cómo vivir siendo X. (…)
>
> los participantes del público íntimo lo perciben como si este expresara lo que es común a ellos, una similitud subjetiva que parece emanar de su historia y de sus vínculos y acciones en curso. Su participación parece confirmar la sensación de que, incluso antes de que existiera un mercado dirigido a ellos, existía un mundo de desconocidos que estarían emocionalmente alfabetizados en la experiencia de poder, intimidad, deseo y descontento del resto]
>
> (Berlant, 2008: pags. VIII y 5)

Esta idea del público íntimo, que Berlant (2008) ejemplifica en su trabajo en "la cultura de las mujeres" -cómo los productos culturales dirigidos a mujeres crean una suerte de lugar común para ellas a pesar de todas las diferencias que hay entre mujeres y la imposibilidad de unificarlas a todas-, generarían un lugar de pertenencia, debate y crítica en torno a lo que es ser mujer. Esta idea de los públicos íntimos es replicable en otros grupos de población subalternos o no-poderosos (Berlant, 2008), como las comunidades LGTBIQ+, las personas racializadas -por ejemplo, las comunidades negras o las de latinos-, etc.

El uso de las aplicaciones de contacto permitiría la formación de públicos íntimos en tanto que posibilitan la generación de comunidades en torno a sus usos: Petrychyn et al. (2020) recalcan por ejemplo el uso en público de estas aplicaciones por parte de las mujeres de su estudio -por ejemplo, grupalmente con amigas-, algo que sin embargo las mujeres queer no harían en la misma intensidad, afirmando, de este modo, que la esfera pública íntima sigue siendo ampliamente heteronormativa (Berlant, 1997). Cabría matizar, de todos modos, que trabajos como el de Byron et al. (2021) sí que han encontrado este tipo de usos grupales entre mujeres queer, hecho que yo también he podido observar en mi propia experiencia. Esta formación de públicos íntimos mediante el uso grupal de aplicaciones permite, en cualquier caso, el tener conversaciones sobre las experiencias de estas mujeres y la sexualidad respecto de estos usos. Por otro lado, siguiendo con los usos grupales de las aplicaciones de citas, el trabajo realizado por Amparo Lasén y Antonio García (2015) sobre autofotos en varones heterosexuales, mostraba también que los hombres no comunicaban sus usos de aplicaciones de citas a sus amigos -o las ocultaban deliberadamente-, puede que por miedo a ser tachados de insuficientemente masculinos por otros hombres al haber tenido que recurrir a estos espacios para ligar, o por miedo al escrutinio y ser juzgados por sus propias imágenes. De esta manera, la formación de públicos íntimos y, por tanto, de poder compartir experiencias, negativas y positivas, y poder compartir cierta vulnerabilidad incluso, se vería dificultada en

el caso de los varones heterosexuales. Ello no quiere decir que no se generen públicos íntimos respecto de estas temáticas entre hombres heterosexuales en otros espacios -como los que siguen consejos para ligar de *coach*-, pero en esos casos nos encontramos con entornos explícitos para ello y que, además, generan en muchas ocasiones risas y señalamientos por parte del entorno.

Otros modos de generar públicos íntimos en torno al uso de las aplicaciones de contacto sería la negociación de los riesgos -por ejemplo, compartiendo la ubicación con una tercera persona cuando se tiene una cita, o el decidir quedar en un lugar público "neutral"-. Las aplicaciones de citas dirigidas a públicos queer -como el caso de Grindr u otras dirigidas a mujeres queer-, permitiría también la construcción y sensación de pertenencia a comunidades concretas, con problemáticas, riesgos, anhelos y deseos que pueden ser convergentes (Albury y Byron, 2016).

Los prejuicios asociados a la promiscuidad sexual o a los modelos no-monógamos de manera amplia, siguiendo el esquema de la estratificación sexual de Rubin (1984/1989) pueden ser contestados mediante la generación de públicos íntimos. La doble moral sexual aplicada a las mujeres, por ejemplo, puede ser criticada desde la generación de públicos íntimos, y de manera amplificada mediante las redes sociales -como X, Instagram o Tiktok- o foros, como se verá más adelante, poniendo en el centro estas problemáticas y generando comunidad a partir de ellas. Por ejemplo, el uso de etiquetas y la realización de *trends* o tendencias[35] son maneras de generar comunidad, repetir temáticas, y aunar experiencias diversas que compartirían puntos en común.

Ante las miradas que otorgaban a las redes sociales, y a las aplicaciones y webs de contacto la "capacidad" de incentivar la promiscuidad, el fomento de los vínculos líquidos, y el establecimiento de lógicas consumistas (Lerdellier 2014; Bauman, 2005; Sales, 2015; Illouz, 2020), en contraparte, podemos observar que estas mismas redes sociales y aplicaciones también han sido partícipes a la hora de generar públicos íntimos, de crear comunidades, y de dotar de mayor agencia a los usuarios (Petrychyn et al., 2020; Albury y Byron, 2016; Hobbs

[35] Un *trend* en redes sociales es la performance repetida, por diferentes usuarios y de manera viral, de diferentes temáticas. Por ejemplo, las coreografías con una canción concreta, o la tendencia viral de hace unos años de echarse un cubo de agua para concienciar sobre el ELA. Hay muchos *trend* protagonizados por mujeres o personas de comunidades LGTBIQ+ hablando de sus problemáticas y experiencias sobre temas concretos. A finales de año, por ejemplo, siguiendo al modelo "Spotify Wrapped", donde Spotify realiza un resumen de las escuchas musicales anuales de los usuarios, se ha vuelto común realizar un "Dating Wrapped" comentando citas y experiencias sexuales que una persona -generalmente mujeres- ha tenido durante ese año. Este tipo de *trends* permiten generar públicos íntimos en torno a cuestiones concretas, como por ejemplo en este caso, mujeres que tienen citas y sexo a lo largo de un año. https://www.tiktok.com/search?q=dating%20wrapped&t=1733226725501

et al., 2017). Además, muchas de las problemáticas o "novedades" asociadas a los contactos sexoafectivos online, se han visto como parte de elementos que venían sucediéndose de manera previa en el ámbito sexoafectivo: desde las cuestiones relativas a las asimetrías de género, a las ansiedades por la presentación de uno mismo y mostrarse atractivo, a la práctica del sexo casual y el pánico moral ante el mismo (Albury, 2017; Hobbs et al., 2017; Mackinnon, 2022).

Los móviles, las TICS, las redes sociales y las aplicaciones para ligar no tienen por sí solas la *capacidad* de ser de un modo u otro: una aplicación no puede ser por sí misma promiscua o incentivar la promiscuidad, del mismo modo que no tiene la capacidad por sí sola de generar comunidades. Alejandro Chuca (2022b) ejemplifica esta visión dicotómica, recurriendo a la pregunta de si el teléfono fijo es un "dispositivo monógamo" y el móvil conectado a la red un "dispositivo no-monógamo": si Roland Barthes esperaba la llamada de su amor, quieto, pegado al teléfono, asociando ese carácter estático al amor (Barthes, 1977/1993, citado por Chuca, 2022b), ¿rompe la aparición del móvil esa idea de amor? ¿la posibilidad que dan los móviles de inmediatez y simultaneidad multiplican las posibilidades de amor? Prosigue Chuca (2022b) recuperando a Latour (2008), que precisamente es la agencia material del teléfono misma la que da el carácter de estatismo al amor, no es que el amor sea de por sí estático. O, también podríamos decir, que quizá el carácter estático del amor -la espera, la inquietud- se transmute mediante el móvil: podemos esperar en movimiento la llamada de un amor, podemos comprobar mil veces si se ha conectado a alguna red social o si aparece en línea. Podemos compaginar esa espera con otra multiplicidad de actividades.

> no podemos afirmar que la existencia de la bandeja de entrada en un celular determina la posibilidad de tener relaciones no monogámicas, mientras que el teléfono fijo la imposibilitaba[36]. Lo que podemos afirmar es que haciendo un análisis desde las *affordances* técnicas de que disponemos hoy en día, existe un aumento de la posibilidad de pensar e imaginar otras formas de relacionarnos afectiva y sexualmente que el teléfono fijo no provocaba. (…) La posibilidad de tener relaciones afectivas no

[36] Me comenta mi directora de tesis, Amparo Lasén, lo curioso de este dato debido a que, cuando se comenzó a comercializar el teléfono fijo, hubo grandes temores debido a la posibilidad de que permitiera los contactos afectivos sin supervisión, facilitando el adulterio, el libertinaje, la sexualidad femenina y la de los y las jóvenes sin la supervisión requerida. A medida que aparecen nuevas tecnologías de la comunicación, parece ser que los temores se reproducen de manera semejante. De manera similar, los temores con la extensión del uso del coche generaron alertas por ser un espacio sin supervisión ni vigilancia en el que podían mantenerse relaciones sexuales.

> monogámicas está facilitada por ciertas condiciones de posibilidad técnicas que acompañan de manera co-constitutiva a otros procesos sociales no técnicos.
>
> (Chuca, 2022b: p. 46)

Es la agencia compartida entre actantes humanos y no-humanos (Latour, 2008) la que genera posibilidades diversas, no la acción exclusiva de los humanos o de las tecnologías. Los móviles pueden facilitar, por ejemplo, el contacto simultáneo e instantáneo con varias personas, y no sin roces, como se puede ver en los conflictos relativos a los usos de los móviles en las relaciones de pareja mencionados por Lasén (2014) y Casado (2014). Los cambios sociales acaecidos en el ámbito del género y de la sexualidad, los procesos de individualización y el desarrollo de otras tecnologías -como los métodos anticonceptivos o los tratamientos para las infecciones sexualmente transmitidas- son igualmente partícipes de los cambios en las relaciones sexoafectivas; no sin olvidar que el sexo casual, promiscuo o no-monógamo, fuera del matrimonio o de la pareja ha estado presente de manera previa a lo largo de la historia, tanto en el ámbito heterosexual como en otras comunidades eróticas (Albury, 2017; Dubois y Gordon, 1984/1989; Elias, 1939/2001; Weeks, 1981/2018; Coontz, 2006; Rubin, 1984/1989). Los móviles conectados a la Red permiten inscribir (Lasén, 2019) nuestros contactos sexoafectivos, al igual que posibilitan la generación de comunidades sexualmente diversas (Albury y Byron, 2016), la construcción de públicos íntimos (Petrychyn et al., 2020) y pueden dotar de mayor agencia sobre sus contactos sexoafectivos a los usuarios (Hobbs et al., 2017). Del mismo modo, pueden aportar a las mujeres, ante la ambivalencia y la doble moral sexual que les es aplicada, una mayor agencia, control y privacidad sobre su vida sexual (Petrychyn et al., 2020; Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021; Gómez-Urrutia y Tello-Navarro, 2024) al mismo tiempo que pueden enfrentar situaciones ligadas a la asimetría de género, el abuso y la violencia (Filice et al., 2024; Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021; Gómez-Urrutia y Tello-Navarro, 2024).

De este modo, siguiendo lo dicho por Amparo Lasén (2014: p. 20), las relaciones y subjetividades se remedian cuando las tecnologías digitales participan de su configuración. En términos de Bolter y Grusin (1999, citado por Lasén, 2014), remediación entendida como la mediación tecnológica que se da en un contexto ya mediado por otros dispositivos y medios anteriores -una extensión de las mediaciones-; la remediación digital en este caso no implica una radical novedad, sino una serie de continuidades y discontinuidades dentro del ecosistema mediático donde opera caracterizado por la inmediatez. Hoy en día las prácticas

sexoafectivas están digitalmente remediadas, pues de manera previa habían sido mediadas también por otra serie de objetos y técnicas -correo postal, teléfono, coches, anticonceptivos, etc.-. Cambian los tiempos y los ritmos a raíz de una serie de tecnologías, pero a su vez, son otros procesos sociales los que están operando al mismo tiempo (Chuca, 2022b).

3.3 Ligar por internet: ¿tan diferente del mundo *offline*?

Si bien el ligar por internet ha traído consigo una serie de novedades -la virtualización, la mediación de imágenes y texto, los cambios referidos al espacio y el tiempo, las posibilidades de estar entablando conversaciones con varias personas al mismo tiempo, entre otras-, también nos podemos encontrar con toda una suerte de realidades y dinámicas que se daban de manera previa en el ámbito del cortejo. Por otro lado, ligar por internet también es diferente en cada momento de su propia historia: no era lo mismo conectarse a la Red antes de los smartphones -para lo cual era requerido tener un ordenador con una conexión a internet en un lugar concreto- o poder hacerlo en la actualidad mediante un dispositivo conectado a la Red que nos acompaña allá donde deseemos ; al mismo tiempo, los espacios online para ligar, también son variados: redes sociales, páginas web para citas -herederas de las agencias matrimoniales- o las aplicaciones de contacto geolocalizadas. Los usos, maneras y espacios para ligar online también diferirán dependiendo del género, del entorno cultural, de la clase social y del ámbito geográfico. Apreciar las novedades y los cambios, pero también lo que permanece -o las formas en las que permanece- puede ayudar a entender, a su vez, en qué sentidos puede cambiar lo relativo a las dinámicas sexoafectivas, pero también en qué sentidos no cambia. Si los procesos de subjetivación actuales están mediados por internet -en tanto que nuestra relación con la red queda inscrita en los dispositivos conectados a la red, pero a su vez esa realidad online nos inscribe a nosotros mismos- (Lasén, 2019), intentar comprender los efectos sobre los vínculos sexoafectivos de esas relaciones sujeto-Red que se dan de manera reticular puede ayudar identificar las dinámicas desiguales que se (re)estabilizan a la par que las nuevas potencialidades y rupturas que se puedan generar. Entender las nuevas constricciones y libertades y las maneras de contestarlas.

3.3.1 Los amigos como parte sustancial de las actividades dedicadas al cortejo

Parte de los trabajos que han cuantificado los modos en los que las parejas se han conocido (Rosenfield et al., 2019; Font, 2020; Ayuso Sánchez et al., 2021) han distinguido claramente los "lugares" en los que se ha conocido a la pareja -en internet, a través de amigos, en la escuela, en un bar o discoteca, etc.- generando separaciones estancas entre dichos espacios. Si bien son categorías necesarias para comprender los lugares relativos a conocer gente con objetivos sexoafectivos -y para apreciar los cambios-, la participación cotidiana de internet (Lasén, 2019) también puede volver problemática en muchas ocasiones dicha separación. Ejemplo de ello son casos como el uso de la aplicación Grindr -que marca la distancia de las personas que la están usando por metros- como modo de comprobar si en un espacio concreto (por ejemplo, una fiesta o una discoteca o en una calle donde hay varios bares) hay gente disponible para "ligar". O encontrarse en Tinder a un compañero de facultad y acercarse a esa persona en el espacio común físico. Las posibilidades son variadas e infinitas.

En este apartado, me centraré en la cuestión de las amistades como parte del circuito sobre el que se forman contactos sexoafectivos de diferente índole -desde el sexo casual a la formación de parejas estables-: en vez de establecer límites entre conocer a alguien "a través de amigos" (principal opción hasta la aparición de internet y segunda opción en las encuestas actuales, tras internet) o conocer a alguien "a través de internet", me interesaría incidir en las formas que internet participa en acercarnos a otras personas a través de amigos. Para rizar el rizo, y siguiendo con la complejidad frente a las delimitaciones claras entre entornos, también interesa observar cómo los amigos participan a la hora de conocer gente y de ligar. Frente a las visiones que establecen que internet individualiza y privatiza la formación de vínculos (Illouz, 2020) -dos personas aisladas pegadas a sus móviles teniendo conversaciones aisladas del resto del mundo, de manera descontextualizada de su entorno-, merece la pena entender cómo esas dinámicas *online* participan del entorno de los usuarios, y especialmente del entorno de las amistades, a la vez que permiten la generación de comunidades o rompen con la dicotomía pareja/amigos o sexo/amigos (Byron et al., 2021). Tal y como nos muestra la siguiente entrevistada, esta porosidad entre amistades y entornos en común también se hacía presente en el formato *online*:

> "me mudé a [ciudad] en enero del 21 y una amiga de del grupo de doctorado me metió en un como una especie de laboratorio de personas *queer* dentro de la

> [universidad] que hacía quedadas en presencial antes de la pandemia, pero después de la pandemia las hicieron virtuales y me metió ahí y yo asistí a unas cuantas de esas reuniones y [actual novia], como el año anterior (...), ya había estado en [ciudad] (…) también estaba en estas reuniones online y nada, pues yo me fijé en ella, ella se fijó en mí también, pero claro, nunca nos lo dijimos al principio y a raíz de una tontería de Instagram que subió una *storie* (…), pues le escribí. (…) a partir de ahí empezamos a hablar un montón por Instagram. Después nos dimos los Telegrams (…) un tiempo después ella vino a [ciudad donde vivía la entrevistada] a ver a unas amigas en común y ahí coincidimos y estuvimos tomándonos una caña (…) [meses después] fui a [ciudad de la novia] y [novia] y yo quedamos. Tuvimos típica cita de bolleras de un montón de horas y nos acabamos liando esa noche y hasta hoy"
>
> Carmen, 30-34, bisexual, en pareja cerrada.

La participación cotidiana y ordinaria de internet (Lasén, 2019) hace que la vida *offline* y *online* se hibriden, estableciendo continuidades entre ambos mundos, a la par que conexiones entre sujetos. En el presente extracto de entrevista podemos apreciar cómo internet y las redes sociales pueden funcionar en grupos más cerrados y afines (a nivel educativo e ideológico), y encontramos un grupo de afinidad/amistad común, un espacio educativo común y una serie de conexiones *online* que facilitan una serie de vinculaciones. Esta historia que nos encontramos podría haberse dado tanto de manera *offline* como *online*, aunque con ciertos matices y en diferentes tiempos y espacialidades.

Un grupo universitario que, por causas de la pandemia del 2020 -algo que precisamente aceleró mucho los procesos previos que se estaban dando de pasar del formato presencial al formato híbrido y online, esto es, los remedió-, se reúne virtualmente. La novia de la entrevistada, precisamente, como ya no vive en la ciudad donde ese grupo/laboratorio queer opera, no podría asistir a las reuniones de manera analógica, sin embargo, al tratarse de reuniones online, sí que puede conectarse: los límites establecidos a la presencialidad a causa de la pandemia, al final, acaban facilitando que de manera online personas dispersas, pero con vinculación a dicha temática sigan trabajando en conjunto. De este modo, la entrevistada y su pareja se conocen en la distancia, se agregan a redes sociales, donde se construye una cotidianeidad íntima -alejada de la formalidad de las reuniones online-, accediendo a información que comparten la una y la otra -fotografías, canciones, infografías de carácter ideológico, etc.-. Esa intimidad y cotidianeidad hace que acaben comunicándose mediante

redes sociales, generando una mayor cercanía entre ambas. De Instagram, saltan al servicio de mensajería Telegram, produciendo una suerte de conversaciones regulares: la cotidianeidad y la intimidad ya no están exclusivamente mediadas por imágenes, sino por una suerte de conversación epistolar que hace partícipe a la una y a la otra de sus vidas. Este salto a diferentes redes sociales y servicios de mensajería -de reuniones por videoconferencia a Instagram, de Instagram a Telegram- es sinónimo de un aumento de confianza (Casilli 2010, citado por Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021). En este proceso, la entrevistada aporta en otras partes de la entrevista que pone en conocimiento de esta situación a varias conocidas en común y a su propio grupo íntimo de amigas: les comenta que está hablando con esta chica, pregunta cómo responderle o cómo hablarle cuando quiere entablar conversación con ella, pregunta al resto si creen que podría gustarle –"*¿tú crees que le gusto?*"-. Al mismo tiempo, la entrevistada también está hablando regularmente por Whatsapp y redes sociales con otro amigo que también vive en un lugar alejado –"*tonteando*"-, pero en ningún momento resulta conflictivo este hecho: hay transparencia al respecto, ella le comenta a él que esta chica le gusta, él le comenta a ella sobre otras chicas que también le gustan y la nueva novia con la que empieza a salir, y muestra gran interés sobre cómo se desarrolla el "tonteo" entre la entrevistada y su futura novia. Llega el día de la "desvirtualización": hay una quedada con amigas en común en la ciudad donde vive la entrevistada, de alguna manera rompen el hielo de verse cara a cara, cuestión que facilita que posteriormente vuelvan a verse a solas y acabar formalizando una relación de pareja.

Observamos algo que se da en la formación de muchas relaciones de pareja estables: un grupo de afinidad (las amigas) que además está asociado a un nivel cultural y educativo concreto (entorno universitario a partir de posgrado) e ideológico (el laboratorio queer). En este caso la homogamia asociada a las relaciones de pareja se reproduce, donde Internet media rompiendo con la cuestión de la presencialidad y la cercanía física. El proceso de cortejo no resulta de sujetos descontextualizados, hay información y una publicitación de lo íntimo -amigas que son testigos y participan de la formación de este vínculo- que genera cercanía y permite o cataliza en parte la formación de pareja. Por otro lado, Internet permite no solo la conexión de la entrevistada con su novia, sino que gran parte de las conversaciones con terceras personas sobre esta realidad, se realiza también a través de internet: pantallazos compartiendo conversaciones, envío de fotos para mostrar cómo es la otra persona, conversaciones sobre la tercera persona, etc.

Por último, también resulta interesante una de las cuestiones relativas a la monogamia como elemento central que se analiza en este trabajo: el móvil conectado a la red permite y posibilita

"hablar" o "tontear" con más de una persona a la vez. Esta cuestión no es exclusiva del móvil en realidad, pues en la "vida analógica", si bien no generalmente en momentos simultáneos, existe la posibilidad de estar ligando con más de una persona a la vez también. En este caso concreto, además, hay conocimiento de dichas dinámicas de ligue entre usuarios.

Sin embargo, el formato *online* también ayudaba a conectar a personas alejadas y de entornos totalmente diferentes, tal y como nos relata la siguiente entrevistada:

> *"*había páginas web que tú subías tu foto y esta (…) tenías que valorar a la persona según su fotografía (…) valorar del uno al diez (…) se llamaba '¿sexy o no?'. (…) Entonces él me valoró, yo le valoré y nos intercambiamos los mensajes (…) yo no tenía internet en mi casa. Mis padres no querían (…) me conectaba a través de la casa de mi amiga, de mi prima o de la vecina. (…) En 2007 fue cuando yo empecé a hablar con mi con mi marido (…) Empezamos a hablar en verano de 2007 y en mayo de 2008 me dijo que me quería conocer en persona. Siendo él de [ciudad marido] y yo de [ciudad entrevistada][37] (…) con 19 años (…) Estuvo un fin de semana y se volvió y seguimos hablando como amigos, todo el rato fue de amigos (…) volvió a finales de mayo y me pidió salir.*"*
>
> Luna, 35-39, heterosexual, matrimonio cerrado

En este otro fragmento, con internet y una red social también como mediadoras para conocerse, observamos un ejemplo totalmente diferente del anterior, pero con el mismo resultado de la formación de una pareja estable. Aquí, dos jóvenes adolescentes, de entornos diferentes y sin grupo de afinidad común, se conocen en una página web –"*¿Sexy o no?"*- donde suben sus fotos para ser puntuadas por otros usuarios y donde también es posible escribirse mediante chats privados.

La página web de la que habla la entrevistada "¿Sexy o no?", era una red social creada en 2004 en Argentina para que personas del mundo hispano subieran sus propias fotos para ser votadas[38], de modo que se generaban rankings de "personas sexys" y, a su vez, se permitía la mensajería entre los usuarios. Realizando una rápida búsqueda en Google ("*cómo funciona sexy o no página web*") me encuentro una entrada de blog del año 2010 bajo el título "Sexy o no

[37] Entre la ciudad donde residía la entrevistada en 2007 y la ciudad de su actual marido hay más de 500km.
[38] Por lo que he podido comprobar en un hilo de Reddit Argentina buscando información, también había quien subía fotos ajenas o suplantaba la identidad, según la experiencia de varios usuarios.

Como funciona", realizada por Álvaro (utilidadesss.blogspot.com). El autor especifica que se pueden encontrar personas de países hispanohablantes, que se podía utilizar un filtro para buscar solo hombres o mujeres, y que también se podía se podía filtrar por edades. Siguiendo con lo que dice en el blog, también existiría la posibilidad de crear grupos para elegir al más sexy de cada grupo y, por otro lado, daba la oportunidad de votar también a usuarios no registrados en la página.

Según lo que cuenta la entrevistada en otras partes de la entrevista, era común hablar mediante chat con diferentes personas que utilizaban la página, y posteriormente, intercambiarse el *Messenger* -servicio de mensajería web- para continuar hablando con algunas de las personas afines que se conocían mediante el chat. Una de las personas con las que comenzó a intercambiar mensajes era otro joven español con el que más adelante también trasladaría su conversación a Messenger, en un aumento de confianza (Casilli, 2010, citado por Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021), generando una "ciberamistad"[39] a lo largo del tiempo, y una mayor intimidad compartida de manera regular. Si bien la entrevistada y su actual marido no tenían amigos ni entorno en común, el entorno de amistades de cada uno sí que fue partícipe desde el inicio en esta "ciberamistad". El hecho de que la entrevistada no tuviera conexión a internet en su hogar hacía que tuviera que conectarse desde casa de alguna amiga o prima, generando usos compartidos del ordenador, de las redes sociales y de las conversaciones mediante chat. Las amigas estaban presentes en todas esas situaciones y participaban también de las conversaciones, mostraban su opinión, y forjaron también amistad con este chico. Una de las maneras de generar mayor intimidad y "acercarse" aún más entre la entrevistada y el chico fue el salto al uso de la *webcam* cuando adquirieron "más confianza". Al parecer, una de las primeras cosas que le extrañó a ella y a sus amigas fue el ver mediante la *webcam* que en el fondo de la habitación del chico había un adorno con un nombre de hombre que no era el de él, cosa que les hizo sospechar y preguntarle por ello. El nombre resultó ser del hermano del chico, pues la habitación era suya, único lugar en casa donde había un ordenador. De este modo, el hermano pasó a presentarse ante la entrevistada y sus primas delante de la *webcam*, para dar veracidad sobre lo sucedido.

Observamos aquí una conexión que inicialmente parecería ser privada e individualizada, dándose de manera pública. Además de la mayor intimidad adquirida por la cotidianeidad,

[39] Los ciberamigos o las ciberamistades, los cibernovios y cibernovias, etc. eran términos que se utilizaban ampliamente de manera coloquial y en los medios de comunicación ante el auge de los usos de internet para conectar con personas desconocidas de manera online y describir los vínculos que se formaban. Sin embargo, a medida que los usos de internet se han extendido y normalizado, el uso de palabras con prefijo ciber- ha caído en desuso.

encontramos también el efecto de los entornos próximos de los miembros de la futura pareja, otorgando información de contexto, y donde la conexión mediante *webcam,* además de generar proximidades, conecta dos espacios domésticos (Jaque, 2013) que suman todavía más información sobre unos y otros, y quiebran los claros límites entre lo público y lo privado.

Sin embargo, a pesar de la construcción de una intimidad cotidiana y la recolección de información de contexto, los miedos a lo "desconocido", así como a potenciales abusos podía seguir presente también en el entorno, especialmente en una época en la que nada más comenzaban los contactos *online*, tal y como señala la entrevistada:

> *"*cuando [marido] vino a verme por primera vez vino con un amigo (…) cuando yo le conté toda esta historia a mis padres, me decían que si estaba majareta ya que me podían haber engañado, pero él vino, conoció a mis padres, se cayeron bien (…). en aquella época se decía mucho en la tele que era peligroso [conocerse en internet]. (…) hay amigas que son de verdad y que te dicen oye, pues me da miedo, pero te apoyo si te gusta y eso pues yo voy a estar contigo, no te voy a dejar sola con él porque no me fío, pero. Y había amigas que eran totalmente reacias, que me decían que si estaba loca, que a ellas ni hablar del tema, que no querían saber nada, que esto iba a terminar mal.*"*
>
> Luna, 35-39, heterosexual, matrimonio cerrado.

Siguiendo con el caso de la mujer que conoció a su marido por la página "¿Sexy o no?", los miedos a las personas desconocidas de internet, muy presentes en la época y protagonistas de los programas de sucesos, también se presentaron en el entorno de la entrevistada. Los modos de compartir información del entorno, como la presencia de amigos y familiares en las videollamadas eran una de las formas en las que la entrevistada y su futura pareja generaron intimidad y un acercamiento, y fueron rompiendo con la barrera del desconocimiento mutuo y de la falta de contexto inicial. Aun así, la entrevistada destaca el rechazo frontal de alguna de sus amigas a tal realidad, y la importancia de aquellas que en efecto sí la apoyaron, al igual que sus propios padres a la hora de conocer al chico. Por otro lado, su futuro novio se personó en la ciudad de ella acompañado de un amigo: ese acompañamiento tanto en el caso de ella como en el caso de él por parte de las amistades

facilitó la vinculación de ellos, socializó su realidad con parte de su entorno, y fue una manera de sentirse acompañados ante posibles riesgos.

Ella destaca la importancia de las amigas que la apoyaron, y vemos también que un amigo de su marido tomó parte en la primera "aventura" para ir a visitar a la entrevistada. Esto nos muestra que las relaciones sexoafectivas no son algo exclusivamente "privado" ni "individualizado" cuando son formadas mediante la Red como se ha repetido en numerosas ocasiones, sino que también participan de entornos y contextos, que pueden propiciarlas o facilitarlas, o lo contrario, y las insertan en un contexto público. Además de los miedos propios de la época -desde amigas de la entrevistada que no se fiaban, pasando por los familiares, y la propia entrevistada con sus dudas-, donde había un bombardeo de noticias sobre los peligros de conocer gente por internet, también había un claro rechazo a estas nuevas conexiones por parte de muchas personas, tachándolas de poco genuinas, de raras, de ser "menos reales" precisamente por no darse cara a cara. No se puede dejar de lado tampoco el hecho de que la propia desigualdad de género y la potencial violencia sexual trasladaba los peligros para las mujeres del mundo *offline* al mundo *online*, donde había un real miedo a que alguien suplantara la identidad de otra persona y pudiera engañarte y con ello, abusar de ti o agredirte. Si bien las tornas han podido cambiar y está mucho más normalizado el conocer a alguien por internet y decirlo en público hoy en día, muchas personas siguen apreciando o valorando como algo superior el conocer a personas por otros medios diferentes del online (Ayuso Sánchez et al., 2021: p.53).

Sin embargo, las claras divisiones entre lo *online* y lo *offline* también son problemáticas. Como se ha mencionado anteriormente, en el formato virtual se hibridan situaciones diversas y porosas, donde también podemos acceder a amigos de amigos, expandir nuestras redes de amistades mediante la conexión de personas cuyo contexto conocemos. Tal y como nos muestra el siguiente entrevistado, las amistades y el entorno común son importantes en ocasiones a la hora de establecer relaciones sexoafectivas, donde lo *online* y lo analógico parecen no mostrar grandes diferencias y establecen, de alguna manera, un continuo:

> Pregunta: "¿Crees que el hecho de tener amigos en común facilita que dos personas que se hagan pareja?
>
> Respuesta: "Sí, bastante. Yo creo que sí. O sea, dos amigas mías, estaba en Instagram, no tienen ningún vínculo en común. Le pregunto, [amiga1] de que conoces a [amiga2], [amiga2], de que conoces a [amiga1]. Y de qué os conocéis, 'bueno me pareció guapa'. Yo era el nexo, les fue de putísima madre(..). Pues gracias a ese vínculo

> [conmigo] (…) Una me hablaba oye que esta me ha dicho oye nos vemos, y yo creo que tiraban de eso, de ese vínculo conmigo para verse. Acercarse un poco. Igual yo con [exnovia]. Ella era amiga del mejor amigo de mi compañero de piso (…) Es mucho más fácil abrirse camino. Si yo quedaba con mis amigos, y él con los suyos, nos juntábamos en grupo (…) Entonces yo creo que eso sí, lo facilitó muchísimo, bastante. (…) Con [exnovia] me ha pasado. Un día darle *like* a una foto, que me lo devolviera y empezáramos hablar (…) Unas semanas después estaba comiendo con sus padres en el salón."
>
> Antonio. 20-24, heterosexual, soltero.

En este extracto, el entrevistado nos habla de la historia de dos amigas suyas que comenzaron a seguirse en Instagram porque a una le pareció guapa la otra tras verla en el perfil del entrevistado, y a través de ese nexo con su amigo en común, se facilitó generar planes en grupo y un entorno seguro para que ellas se conocieran de manera "desvirtualizada" y relajada. En la misma línea, el entrevistado y su exnovia se conocieron a través del compañero de piso de él, pero mediante las redes sociales comenzaron a hablar regularmente y en intimidad entre ellos. En este caso nos volvemos a encontrar con dos situaciones donde median grupos de afinidad común previos, donde las redes sociales son lugares con los que poder acceder a hablar o coquetear con alguien que ya está participando previamente en un círculo más o menos cercano.

La inmersión en el grupo cercano de amistades da, por un lado, un sentido de reconocimiento de ese vínculo -aunque sea a un nivel tácito cuando hablamos de simples ligues sin tener la consideración de parejas formales-, y muchos entrevistados reconocen que poner en común las amistades facilita que las vinculaciones se den de manera más "fluida", sin forzar las quedadas entre dos personas únicas. Los amigos y amigas, de alguna manera, además de reconocimiento, plantean una suerte de "control" de la relación (aunque no necesariamente se de en todas las ocasiones y depende también de las lealtades en las amistades): pueden observar si una persona es deshonesta y contárselo a la otra, pueden saber si la relación puede estar planteando desigualdades (por ejemplo, los grupos de amigas para las chicas en muchas ocasiones están alerta sobre los ligues o novios nuevos) y pueden ayudar a bajar los pies a la

tierra en plena efervescencia del enamoramiento[40]. Las amistades permiten conocerse en grupo y conocer cómo la otra persona es en su trato con terceras personas.

Por otro lado, también precisamente esa especie de control y chequeo por parte de los grupos de amigos puede tener una contraparte: si hay rechazo por parte de los grupos de amigos a los nuevos ligues -sea porque los consideren deshonestos o inadecuados, de manera justificada o injustificada, siguiendo prejuicios o no- pueden aislar a las personas, y generar situaciones dolorosas. Del mismo modo, el control del grupo de amigos puede impedir o dificultad la ruptura de una relación en muchas ocasiones -sobre todo cuando hay amistades compartidas-, porque implica en muchas ocasiones la ruptura con amigos en común o divisiones claras en grupos de amigos; puede volverse problemático en situaciones de abuso y violencia en el seno de la pareja en ocasiones o forzar acercamientos no deseados o que ya no se desean.

Por ello, en muchas ocasiones, también el incluir amistades de por medio se mide con cautela, dependiendo de los objetivos de vinculación de una persona: no desear quedar en grupo o no querer conocer a los amigos pueden ser estrategias para no "vincularse de más", no precipitar situaciones que luego pueden ser indeseadas o mantener cierta privacidad (Byron et al., 2021) y alejar la capacidad de control de las amistades. Esto último, sin embargo, depende también en muchas ocasiones de otras variables, como el género, o las costumbres propias. Desde la perspectiva del género, muchas mujeres que se ven con hombres en ocasiones pueden preferir conocer su contexto ante potenciales peligros sin acceder a su grupo de amistades, cuestión que en ocasiones puede resolverse inicialmente reuniendo información a través de sus redes sociales: comprobar que dicha persona tiene amigos, o que habla de los planes de sus amigos -o de su familia, de su entorno laboral y otras actividades -. Al mismo tiempo puede que compartan esta información reunida con sus propios amigos -preguntando lo que opinan, saber si aprecian algo que a ellas les haya podido pasar desapercibido, etc.-, o incluso regulando qué decir y qué no a las amistades –"*no le voy a decir nada a X de esta persona que he conocido en Tinder porque siempre se pone paranoica y me va a dar la brasa*"-. He conocido grupos de amigos donde era común presentar a ligues conocidos en aplicaciones, aunque fueran muy esporádicos, como parte del ocio, como, por ejemplo, para

[40] Recuerdo con gracia y cariño cuando uno de mis mejores amigos volvió de sus primeras vacaciones con su nueva novia tras pocos meses de relación; ante su entusiasmo explicándonos sus nuevos planes, el resto del grupo de amigos tuvimos que convencerle de que no era buena idea comprarse inmediatamente una casa de vacaciones con ella en un pueblo de la provincia de Teruel, por muy barata que fuera, porque se habían enamorado del pueblo en su propia efervescencia amorosa. Años más tarde se compraron una casa en otro pueblo de otra provincia, ahí sí les apoyamos.

salir a tomar unas cañas o salir de fiesta. Otras personas prefieren vincularse de manera "más privada", alejando las amistades lo máximo posible, a menos que se establezca cierta continuación en dicha relación –*"quizá ya vaya siendo hora de que me presentes a tus amigas, que pensarán que no soy de verdad"*-.

Todos estos elementos en realidad pueden operar tanto en vínculos que se conocen de manera *offline* como *online*, en estos casos también puede tener efecto, por ejemplo, el conocerse en grandes urbes o en ciudades pequeñas o municipios donde puede haber una mayor cercanía o conocimiento de los entornos ajenos.

Ligar y la búsqueda de contacto sexoafectivo es también parte del ocio y del divertimiento entre amigos y amigas, parte del carácter lúdico de la sexualidad contemporánea (Illouz, 2020) que no atañe solo a la práctica sexual misma, sino también a todo el entramado del cortejo. Desde las "*putivueltas*"[41] en las discotecas o fiestas, hasta organizar quedadas en común o ayudar a escribir mensajes para "entrarle" a alguien. Acompañar y ser acompañado a la hora de ligar es parte del ocio, y el éxito se socializa. En nuestro contexto, celebramos muchas veces cuando somos partícipes y o al menos testigos de los éxitos sexuales y afectivos de las amistades, ayudamos a elegir pretendientes y opinamos sobre ellos. De esta manera, tal y como relata la siguiente entrevistada, los usos conjuntos de Tinder con amigas en clave de ocio para ayudar a una a ligar es parte de esta dinámica:

> "Yo Tinder lo usé muy poquito. O sea, lo usé de esto de que estas de fiesta y tus amigas te intentan buscar novio. Y bueno de estos contactos que a tus amigas les gustan para ti, sale [novio]"
>
> Leire, 30-34, bisexual, en relación cerrada.

En el caso de este último fragmento, la entrevistada nos cuenta cómo sus amigas utilizaron su móvil en un contexto de fiesta, para entrar en la aplicación Tinder y buscarle potenciales novios. La gamificación de la interfaz de Tinder (al igual que el resto de las aplicaciones de contacto), facilita su uso a modo de juego grupal, sobre todo debido a la predominancia de las imágenes de cada perfil, la facilidad para pasar imágenes de un mismo usuario, y las "bios" o cartas de presentación cortas, de máximo 500 caracteres. Hacer *swipe* a la izquierda si alguien

[41] Término utilizado de manera cómica cuando un grupo de amigas va a buscar personas para ligar, dándole la vuelta al término "puta" estigmatizante para designar a mujeres promiscuas y apropiándose del mismo. También lo he escuchado cada vez más referido a hombres que buscan a hombres en fiestas con el mismo objetivo de ligar.

no nos gusta, y a la derecha, si es que sí, y esperar el *match* es algo que puede divertir al menos durante unos minutos en grupo: tomar decisiones entre todos, gritar que sí o que no, y justificar los motivos y desplegar toda serie de argumentos. Ver el "mercado", imaginarse en grupo potenciales ligues, debatir sobre por qué un perfil sí o no sería válido para una persona concreta, es otra actividad de ocio más, una suerte de celestinas 2.0.

La utilización de Tinder a modo de juego entre amigas -también declarado por otras entrevistadas y habiéndolo vivido en primera persona con mis propias amigas-, ha sido documentado también por Petrychyn et al. (2020: pag. 10): utilizando aplicaciones de contacto a modo de juego en grupo o con una sola amiga, las mujeres generan públicos íntimos donde tienen conversaciones sobre sexualidad o sobre los tipos de intimidades que las aplicaciones facilitan. Siguiendo con los resultados de su trabajo (Petrychyn et al., 2020), los autores especificaban que las mujeres *queer* de su estudio no hacían estos usos grupales de las aplicaciones de contacto, y lo asociaban al hecho de que la esfera pública íntima seguía siendo extensamente heterosexual tal y como mostraba Laurent Berlant (1997); sin embargo, he de puntualizar, que en mi propia experiencia, los usos grupales -y por tanto públicos- a modo de juego de aplicaciones de contacto también los he visto en grupos de amigas *queer,* o incluso en grupos de amigos y amigas mixtos. Algo que también se corresponde con parte de lo recogido por el trabajo de Byron et al. (2021). Entiendo que parte de estas diferencias tendrán que ver en muchas ocasiones con la especificidad de los grupos de afinidad concretos que una persona tiene: mi entorno, donde hay mezcla de personas tanto *queer*[42] como heterosexuales, hombres y mujeres, y de ideologías progresistas y donde predominan ideas abiertas respecto de la sexualidad, puede que facilite precisamente este tipo de juegos, conversaciones y dinámicas de manera distendida y no problemática.

Tal y como relata Mackinnon (2022) la relación entre el juego y el azar con el amor romántico ha sido histórica en la Europa occidental, y su lógica radica en su capacidad de ocultar las estructuras de desigualdad en las que está inserto el amor romántico (pag.134). Sin embargo, la novedad aquí tendría que ver con la ubicuidad y la aceleración de los tiempos que otorgan las conexiones online (Mackinnon, 2022), al mismo tiempo que se posibilita "jugar" con varios pretendientes al mismo tiempo[43] desde la distancia y con los mismos dispositivos.

[42] Utilizo aquí el término *queer* a modo paraguas para definir identidades no heterosexuales o no cis-sexuales.
[43] Frente a las visiones que establecen como problemático o novedoso el hecho de tener varios pretendientes de manera simultánea en Internet, cabría pensar en toda una suerte de ejemplos como los bailes de debutantes extendidos en la Inglaterra del XVIII y el XIX donde las jóvenes casamenteras de las clases altas se presentaban en sociedad. Por supuesto, con todas las salvedades y cambios tenidos en cuenta, las aplicaciones para ligar y las redes sociales son una forma diferente de presentarse en sociedad, también con objetivos más diversos que

Estos juegos en la actualidad no se resumirían exclusivamente al uso de aplicaciones para ligar, sino que también heredan y remedian una larga serie de acciones relativas al cortejo que también se daban con anterioridad pero que en la actualidad adquieren cierto protagonismo mediante la comunicación en internet: desde el uso de "técnicas" o "tácticas" para escribir un mensaje o saber cómo responder a uno con el objetivo de invitar salir a alguien, la elección del tipo de fotos que podemos subir a redes sociales para llamar la atención de alguien, el compartir cierto contenido, etc. son parte de los juegos del cortejo, muchos de ellos realizados de manera pública y también sujetos al escrutinio y crítica de nuestras audiencias[44] (Lasén, 2019).

Siguiendo con la cuestión relativa a los amigos, si bien las redes sociales se suelen apreciar como lugares que sirven tanto para ligar como para compartir espacio con amigos, no es tal la visión en el caso de las aplicaciones para ligar en muchas ocasiones. El hecho de que las aplicaciones para ligar se presenten -o los discursos sobre ellas- como aplicaciones de contacto para buscar sexo o amor hace que la mirada hacia las mismas pueda ser demasiado estrecha, si bien las experiencias de sus usuarios pueden diferir de dichas miradas (Byron et al., 2021). Los motivos para utilizar una aplicación para ligar pueden ser variados y pueden estar entremezclados: hacer amistades, buscar pareja estable, buscar sexo casual, no saber lo que se busca y lanzarse "a la aventura", buscar ligues más o menos esporádicos, buscar varias personas con las que tener citas, etc. También pueden dárseles otro tipo de usos: buscar trabajo, promocionar servicios, contactar con personas para trabajos de investigación -académicos o comerciales-, u otros usos vinculados con la sociabilidad, como charlar un rato, cotillear perfiles y entretenerse, o entrar con el mero objetivo de criticar a personas -del mismo modo que ocurre con los usos de las redes sociales-.

Tello-Navarro y Gómez-Urrutia (2021) observaban en su trabajo diferencias entre hombres y mujeres que utilizaban páginas web de encuentros en Chile, donde a veces ellas planteaban estar en dichas páginas con la idea de buscar amigos, cuestión no presente en los discursos de sus entrevistados masculinos. Los autores atribuían, siguiendo con otros trabajos (Bergström, 2012; citado por Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021) que esto podía deberse a estrategias que utilizaran las mujeres para evitar ser tachadas de promiscuas. Sin embargo,

la búsqueda de matrimonio, donde la sexualidad adquiere protagonismo, se individualiza la presentación -ya no se representa a una familia- y las mujeres adquieren mayor agencia.

[44] Por ejemplo, en mis observaciones en redes sociales y foros me he encontrado muchos comentarios despectivos hacia las mujeres que "suben fotos sexys" porque "andan buscando hombres". No sabemos si ese sea su objetivo, pero hay audiencias a las que tales hechos parecen molestarles, siguiendo con los prejuicios hacia las mujeres que se muestran de una u otra forma de manera pública. Tampoco se trata de algo novedoso, pues es la reverberación de la imagen de la "mujer buscona" también existente de manera previa.

también puede ser que los modos de acercarse al mundo sexoafectivo debido a socializaciones diferenciadas en el género, también recorran caminos diferentes dependiendo de las personas: hay quien quizá prefiera hacer amigos en primer lugar y luego "ya verá", o que requiera de cierta amistad para establecer confianza antes de aventurarse a otras prácticas. También puede haber diferencias relativas a la edad, donde la búsqueda de amigos puede ser más patente a medida que avanza la edad (a partir de los 60, por ejemplo), o que la aproximación a la búsqueda sexoafectiva y a las citas sea diferente en estos grupos. En cualquier caso, la proliferación de aplicaciones para buscar pareja dirigidas a públicos de mayor edad -como la aplicación Ourtime*,* diseñada para buscar pareja a personas mayores de 50 años- también muestra que hay interés en la búsqueda de contactos sexoafectivos en estos grupos etarios más allá de lo meramente amistoso.

Petrychyn et al. (2020) recogían que las mujeres queer de su trabajo de investigación no solo usaban las aplicaciones de contacto para ligar, sino que eran un modo común de hacer amistades afines y crear lazos de comunidad. Byron et al. (2021), en la misma línea, también indicaban la utilidad de las aplicaciones de contacto para las personas queer en muchas ocasiones en un sentido amistoso/comunitario, especialmente en las migraciones de entornos rurales a urbanos de personas queer que necesitaban acceder a grupos de amistades afines; si bien, algunos de los hombres que utilizaban Grindr declaraban cierta dificultad para hacer amistades en dicha aplicación por la costumbre establecida de ser un servicio ampliamente usado únicamente para buscar sexo casual sin más intención (Byron et al., 2021). Volviendo sobre Petrychyn et al. (2020), las mujeres heterosexuales de su trabajo parecerían no hacer uso de estas aplicaciones de contacto para crear lazos de amistades y comunidad. Sin embargo, por lo que he podido apreciar en mi trabajo de campo y en mi propia experiencia, he observado que también es común en personas que buscan contactos con personas del género opuesto la creación de amistades y la inclusión de dichas personas en su grupo de afinidad: sea porque la parte sexual o romántica "no ha fluido" pero ha habido afinidad o porque los límites entre la sexualidad y la amistad pueden ser porosos[45] (Byron et al., 2021); en la misma línea, también he observado grupos de amigos de hombres gays que se han ido formando a raíz de amistades con contactos de Grindr así como de mujeres queer a través de Tinder. Es común encontrarse en Tinder personas que se mudan a una nueva ciudad e indican que buscan nuevos amigos -hay quienes explicitan que tienen pareja y que *solo* están interesados en hacer amistades-, personas que buscan hacer grupo en torno a una

[45] Por ejemplo, el término "follamigo" o "follamiga", referido a una amistad con la que también se tiene sexo, es sintomático de esa porosidad entre la amistad y la sexualidad.

actividad -por ejemplo, búsqueda de gente para hacer quedadas de juegos de mesa o rol-, etc.; en el lado opuesto, también hay gente que explicita en sus descripciones en las aplicaciones de contacto que "no busca hacer amigos" –"*ya tengo amigos, no estoy aquí para buscar más"* reza la descripción de una chica en mis observaciones-.

Otro elemento que destacaban Byron et al. (2021) en su trabajo era la cuestión relativa a la posibilidad de conocer a personas con las que se tienen amistades o conocidos en común mediante las aplicaciones de contacto. Las primeras versiones de Tinder, por ejemplo, conectaban la aplicación mediante Facebook, y en los perfiles de las personas que aparecían en la interfaz se establecía el grado de conexión que se tenía con nuestros amigos de Facebook, de modo que se podía saber si había alguna persona conocida. Si bien en la actualidad tal funcionalidad no existe en Tinder, sí que existe la opción de enlazar la cuenta de Instagram en caso de desearlo, o la opción de compartir nuestras redes sociales con las personas que se conocen en las aplicaciones mediante mensaje privado en un salto de mayor confianza (Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021). Mediante las redes sociales se puede apreciar si hay conocidos en común o no, hecho que a veces es tratado con ambivalencia: hay personas a las que eso les genera una mayor confianza y seguridad, mientras que a otras les genera rechazo, en tanto que desean "alejar" a los círculos de conocidos de su ámbito sexoafectivo (Byron et al., 2021).

A modo de resumen, se puede observar que, frente al uso de las redes sociales y aplicaciones de contacto para ligar como lugares simplemente mediados por la imagen y su exposición pública, de presentación de sujetos económico-sexuales (Illouz, 2020), donde se establecen lógicas de consumo e intercambiabilidad de las personas (Lerdellier, 2014; Bauman, 2005), también nos encontramos elementos que quiebran esta mirada. He centrado este apartado en la cuestión de las amistades porque la amistad se plantea como un lugar de sujeción para las personas, de acompañamiento y cuidado, aunque también en sus contrapartes de cierto control y corrección. Como se ha podido ver, las amistades adquieren gran importancia en la construcción de contactos sexoafectivos de manera online (Byron et al., 2021) de maneras diversas: desde ayudar a otorgar información de contexto sobre las personas, a los cuidados ante posibles riesgos, la creación de públicos íntimos (Petrychyn et al., 2020) y se insertan también en las dinámicas de juego del ámbito sexoafectivo (Mackinnon, 2022). Por otro lado, las aplicaciones de contacto también ayudan a generar comunidad y amistades y establecer conexiones con personas afines, así como a paliar riesgos (Albury y Byron, 2016; Petrychyn et al., 2020; Byron et al., 2021).

Por último, y centrándonos en la cuestión de la alarma ante la "fría" promiscuidad supuestamente incentivada por las aplicaciones de contacto (Sales, 2015), o la desaparición o alejamiento de sentimientos de índole romántico (Bauman, 2005), la cuestión de la amistad nos puede llevar a reflexionar desde distintos lugares: la porosidad que se puede dar en muchas ocasiones entre la sexualidad y la amistad plantea nuevas realidades igualmente afectuosas pero que rompen en muchas ocasiones con la mirada del amor romántico y la idea de la pareja como lugar predilecto para una sexualidad correcta (Rubin, 1984/1989). Muchas personas se refieren a sus contactos sexoafectivos conocidos por aplicaciones como "amigos", a pesar de que haya sexualidad de por medio, algo que he apreciado en mi trabajo de campo y también recogido por Byron et al. (2021). Esto nos muestra que el sexo casual -o la no formalización de una pareja- no necesariamente se trata de contactos aleatorios con personas desconocidas con las que nada se quiere tener que ver -o no, según el caso-, sino que también se da una sexualidad afectuosa entre personas que puede adquirir la forma de la amistad, o una sexualidad afectuosa entre amistades que existían previamente. Todos los entrevistados de mi trabajo que no tenían pareja estable en el momento de la entrevista, tenían algún tipo de vínculo sexual más o menos esporádico con alguien -o varias personas a quien denominaban "amigo" o "amiga"[46]. Estos vínculos *sexoamistosos* no necesariamente se dan a partir de aplicaciones de contacto o de redes sociales de manera exclusiva (colegas de estudios, amigos del barrio, de hobbies, etc.), pero las aplicaciones de contacto pueden ayudar a aumentar la visibilidad y acceso a potenciales contactos sexuales que se convierten en amigos, o cuanto menos, dejan un registro inscrito de ello (Lasén, 2019).

Si bien la pareja estable y monógama sigue siendo el deseo predilecto de la mayoría de personas en nuestro contexto (40dB, 2022), los cambios sociales en lo relativo al relajamiento de las normas sexuales, la mayor libertad adquirida por las mujeres e identidades no cis-heterosexuales, la lógica de una sexualidad lúdica, ociosa y plástica (Illouz, 2020; Giddens, 1995), también posibilita que los afectos no adquieran centralidad exclusiva en el entorno de la pareja, sino que se trasladen a formas diferentes de la sexualidad, cuanto menos en los "periodos de soltería". No se puede afirmar que los afectos -y la amistad- en el terreno de la sexualidad de manera desligada de la pareja sean algo nuevo, pero sí que el relajamiento de las normas sexuales ha visibilizado los afectos que se dan en otro tipo de vinculaciones interpersonales diferentes de la pareja. Si la crítica al amor romántico situaba como

[46] Como se verá más adelante, también hay tensiones en dichas amistades sexuales en ocasiones, donde una de las personas puede desear "más" la formalización de una relación o no. Depende de cada caso concreto y de las dinámicas establecidas entre sujetos.

problemática, entre otras, la jerarquía de la posición de la pareja como cúspide de los afectos (Herrera, 2011; Vasallo, 2018; Esteban, 2011), cabría observar si la diversificación de los afectos sexuales fuera de la pareja puede ayudar a romper con algunas desigualdades y asimetrías que derivan de la construcción del amor romántico. Ante algunos prejuicios que pueden sobresalir en los discursos diarios –*"hoy en día no se quiere como antes", "la gente usa las aplicaciones y solo busca sexo casual", "la gente hoy en día no quiere tener pareja porque es muy individualista", "internet es un supermercado de gente",* etc.- entender las nuevas potencialidades que se generan -nuevas formas de hacer comunidad, construcción de redes afectivas, etc.- y los motivos para ello resulta importante. En la misma línea, también cabe preguntarse qué desigualdades y asimetrías sí permanecen -en lo relativo al género, a la clase, etc.- en dichos vínculos sexoafectivos desligados de la forma de la pareja clásica, también en el terreno de las amistades.

3.3.2 Remediaciones en las ritualidades del cortejo: el ejemplo de Instagram

Los usos de Internet y de las aplicaciones móviles, en tanto que parte cotidiana de nuestra realidad social y participantes de nuestros propios procesos de subjetivación, generan una serie de ritualidades, ritmos y esquemas propios que los usuarios aprendemos (Lasén, 2019). Al mismo tiempo, debemos tener en consideración a los smartphones como "tecnologías afectivas, esto es, artefactos que mediatizan la expresión, experiencia y comunicación de sentimientos y emociones" (Lasén, 2009: p. 4).

Estos aprendizajes que hacemos de los usos cotidianos -y, por tanto, íntimos- de, por ejemplo, las redes sociales, las aplicaciones de contacto o los servicios de mensajería a la hora del cortejo y del contacto sexoafectivo, son resultado de agencias compartidas entre la materialidad y posibilidades que las diferentes aplicaciones de los *smartphones* ofrecen y los actantes humanos (Latour, 2008). De este modo, la expresión de sentimientos y emociones se ve sujeta o condicionada por las propias posibilidades tecnológicas. Al mismo tiempo, los diseños tecnológicos de las propias aplicaciones inicialmente pensados para algunos usos concretos pueden resultar en usos no-esperados mediante la propia acción de las personas -por ejemplo, el uso de Tinder para buscar piso o utilizar Linkedin para ligar-.

Las diferentes aplicaciones para *smartphone,* mediante lo que se denomina *UX design* y *UX research* -investigación y diseño de experiencias de usuario- intentan adaptarse a las preferencias que las personas tienen en el uso de diferentes aplicaciones, a la par que generan nuevas utilidades en las propias aplicaciones con la idea de atraer e incentivar su uso -por ejemplo, mejorando la gamificación y renovando diferentes apartados para que no se vuelvan aburridas-. Precisamente, la materialidad de las aplicaciones y sus actualizaciones se hibridan con las maneras de utilizarlas por parte de las personas (Johnson et al., 2023): a cada novedad se adaptan y remedian usos previos.

En este apartado me centraré en los diferentes usos que se hacen de la red social Instagram[47] para el cortejo y para ligar, centrándome en los modos en los que la exposición pública de imágenes -aunque sea frente a audiencias restringidas en forma de seguidores-, las diferentes utilidades de la aplicación -*stories, "mejores amigos",* publicaciones, mensajes privados, etc.- son utilizadas para tales efectos, y también los modos en los que los cambios en la propia red social remedian usos previos para el cortejo u ofrecen otros nuevos (Jonhson et al., 2023). El uso cotidiano y extendido de la red social hace que sea un espacio común para ligar, lo cual establece nuevas ritualidades y aprendizajes sobre los usos adecuados o inadecuados de la misma (Lasén, 2019). Además, su formulación como "carta de presentación" de una persona, genera su utilización como presentadora del *self* en términos de Goffman (Serrano-Puche, 2012): en ocasiones, se hace un trabajo curatorio de nuestro perfil para construir la idea que deseamos transmitir de nosotros mismos, o sin intencionalidad alguna, transmitimos una idea de lo que somos mediante lo que compartimos en redes sociales. Por otro lado, la posibilidad de contactar con varias personas a la vez, en tanto que red social, posibilita también el cortejo de manera plural desde un mismo lugar, en un proceso ampliamente mediado por la imagen propia, aunque no solo.

Un pequeño apunte conveniente, ya que hablamos de "cartas de presentación" mediante los perfiles de redes sociales, es la cuestión relativa a la imagen y la corporalidad. Mucha de la crítica que se realiza de las redes sociales es la "gran exposición" que se hace en las mismas de las personas (Kennedy, 2018), o que son lugares altamente mediados por la imagen, parte de lo que Illouz (2020) llama "capitalismo escópico". Es verdad que Instagram está ampliamente mediado por la imagen, pero esas imágenes pueden ser diversas: autofotos,

[47] Instagram es, según la agencia "We Are Social", la cuarta red social más utilizada a nivel global (detrás de Facebook, Youtube y Whatsapp) en la actulidad. Seleccioné Instagram porque en el caso de España el público joven -entendido de manera amplia- lo utiliza más que Facebook -tachada de aplicación para "viejos" por parte de muchas personas-, y Youtube funciona como plataforma de *streaming* y Whatsapp como servicio de mensajería.

infografías, vídeos, fotografías de cosas que nos interesan -páginas de libros, paisajes, recetas, etc.-; esas imágenes ayudan a construir precisamente esa carta de presentación, abstrayéndonos también de la exclusividad de nuestra propia imagen; y plantea posibilidades diversas con las propias autofotos -sugerentes, que muestran solo algunas partes del cuerpo, divertidas, etc.-. Cuando se realizan críticas a la mediación de la imagen en redes sociales, parece que pocas veces se atiende al hecho de que, en el mundo *offline* también, las interacciones entre sujetos se ven también mediadas por la imagen y corporalidad ajena, la experiencia de las personas gordas, discapacitadas y racializadas ha tenido mucho que decir al respecto. A la hora del cortejo "cara a cara", la corporalidad adquiere gran importancia, donde quien no tiene un cuerpo normativo es susceptible de ser ignorado o despreciado. Las cartas de presentación online, en las redes sociales, si bien también muestran cuerpos -y los más normativos y atractivos se muestran mucho y en gran cantidad-, posibilitan que las personas con corporalidades no-normativas también adquieran presencia, sea compartiendo sus propias imágenes, sea compartiendo otro tipo de contenido pero que nos hable también de estas personas.

Como se ha dicho en el apartado dedicado a la metodología de este trabajo, Instagram ofrece varias funcionalidades diferentes. La presentación de uno mismo mediante Instagram puede realizarse mediante la subida de imágenes -fotografías, vídeos, *reels,* etc.- que se quedan de manera permanente -a menos que las borremos- en el perfil de una persona, o compartiendo diferente contenido en *stories* que quedan registradas durante 24 horas, y que también podemos borrar antes de que pase ese tiempo. Antes de la llegada de los *stories*, era costumbre para algunos usuarios "nutrir" regularmente el perfil con imágenes, sin embargo, cuando la nueva funcionalidad temporal se estableció en 2017, este hecho atrajo novedades que fueron aprovechadas también para el cortejo. Los *stories*, además de la corta temporalidad que ofrecen -y por tanto no quedan registradas de manera permanente-, permiten, por un lado, saber quiénes han visto dicho *storie*, y en segundo lugar, permiten reaccionar a dicha *storie* o contestarla mediante un mensaje que llega mediante mensaje directo a un chat privado con la persona que ha subido contenido[48]. Por un lado, la corta temporalidad de las historias permite la subida regular de contenido por parte de los usuarios, y la presencia de dicho contenido ayuda a generar cotidianeidad e intimidad (Lasén, 2019); por otro lado, la opción de poder ver *quién* ha visto la *storie* -y *cuánto* tiempo ha tardado en verla desde que el contenido

[48] Instagram también ofrece la opción de no dejar responder a los *stories*, pero es una opción más utilizada por personas con muchos seguidores -algunos *influencers* o *celebrities*, por ejemplo- para evitar aluviones de mensajes o acoso.

fue subido- a la par que las posibles reacciones al mismo vía privada, generan un espacio de comunicación privada entre usuarios mediante el compartir imágenes o contenido diverso de manera pública.

A veces, la manera de llamar la atención de alguien a quien tenemos en nuestro radar de las redes sociales es generando contenido que busque algún tipo de reacción por parte de la persona que nos pueda generar interés. Colgar una foto en *stories* de Instagram con una canción de fondo[49], que sabemos que pertenece a un grupo de música o que es una canción que gusta especialmente a la persona que nos interesa es parte de un ritual, esperando que la otra persona interactúe con nosotros al ver el contenido, tal y como apreciamos en el siguiente fragmento:

> "Porque al final igual de cara no te atreves, o sea yo lo he hecho en plan de, me gusta este tío y no, no le saludo, pero igual le agrego por Insta, me puedo hacer la chula, algo de postureo que le guste a él. Por ejemplo, una canción"
>
> Leire, 30-34, bisexual, en pareja cerrada

Esta "llamada de atención" se puede hacer de otras maneras también: subiendo un meme (cuando sabemos que a la otra persona le gustan o le pueden interpelar de una manera concreta), una foto en la que salgamos nosotros (puede ser graciosa, puede ser que nos veamos atractivos, o en algún lugar donde la persona que nos interese haya estado, etc.), compartiendo contenido como infografías con temas políticos o sociales que pueden hacer que a la otra persona le generen interés, etc. Esta presentación que hacemos de nosotros mismos de manera pública (Serrano-Puche, 2012) puede buscar conectar o interactuar con otros usuarios concretos -por ejemplo, la persona o las personas que nos interesan- o puede llamar la atención de otros usuarios que no esperábamos. Como dice una canción actual:

[49] Instagram *Stories* da la opción de "etiquetar" canciones, en un *track* de hasta 30 segundos, a una foto, vídeo o contenido que se haya subido, mediante una funcionalidad de la aplicación que conecta con la plataforma de *streaming* de música Spotify.

Contéstame a la historia
que sepa que lo has visto
dime que te ha hecho gracia o ninguna, no
recuérdame que existo
Contéstame a la historia
responde cualquier cosa
que estabas yendo de una a otra y ahora estás pensando en mí

Irenegarry, extracto de la canción "Contéstame a la historia", 2022

En cualquier caso, una manera de ligar por *stories* es la de subir contenido para que otras personas "reaccionen". Puede darse el caso de que no se quiera llamar la atención de una única persona, y que en general queramos medir el grado de deseabilidad que podemos desprender desde la subida de un contenido concreto, o lograr felicitaciones o piropos por parte de diferentes personas, poniendo en marcha la maquinaria de la tecnología afectiva, subiendo contenido para que genere reacciones.

Este tipo de reacciones que dan acceso a una bandeja de entrada privada posibilitan encuentros en aquellos momentos en los que otro tipo de encuentros no son posibles. Del mismo modo que dejarse ver en un bar donde se sabe que va a estar la persona con la que tonteamos, o la persona que nos gusta, subir una historia a Instagram puede hacer esa función de "dejarse ver" y ser susceptible a ser interpelado por otra persona. Los modos de "dejarse ver" sin embargo, no son solo mediados por nuestra propia imagen, también puede tratarse de contenido que sabemos que a la otra persona le puede gustar -porque seguimos sus redes y detectamos el tipo de contenido que comparte, como pueden ser los memes o infografías de carácter político o una canción, como dice la entrevistada del último fragmento-.

Aunque no exista intencionalidad de ligar con una persona concreta, la carta de presentación que hacemos mediante el tipo de contenido que subimos también puede hacer que seamos interpelados por personas afines -sea para afianzar amistades, compartir una breve conversación aleatoria o porque hemos llamado el interés de alguien- o por personas que intenten censurarnos. Igual que una corporalidad y una estética concretas en un espacio concreto nos dan un tipo de información sobre la persona -por ejemplo, una chica con vestido *animal print* y medias de rejilla en una okupa-, y esa información inicial puede generarnos atracción o rechazo, la presentación en redes sociales plantea el espacio online como lugar desde el que acceder también a esa información. Más aún, desde los propios *stories*

podemos también etiquetar la localización concreta de una foto, generando una sinergia entre la ubicuidad online y un espacio concreto. Esta información, este rastro que queda inscrito (Lasén, 2019), genera una intimidad pública. Volviendo sobre el extracto de la última entrevista, si no nos atrevemos a interpelar a alguien en el cara a cara -o no coincidimos-, el espacio online y el rastro que dejamos sobre él dan la oportunidad para interactuar en una serie de ritualidades más o menos compartidas entre usuarios.

Si subir contenido es una manera de poder ser interpelado -que reaccionen a nuestro contenido de manera positiva, pero también estar sujetos a insultos o acoso-, el mostrar interés hacia una persona también puede convertirse en un ritual de muchos pasos. En mis observaciones he comprobado -al igual que ocurre en otros medios para ligar, sea cara a cara, en redes sociales o en aplicaciones de contacto-, que en muchas ocasiones las dinámicas de cortejo generizadas siguen operando: hombres que dan el primer paso reaccionando a un *storie* o hablando de manera directa, mujeres que se dedican a generar contenido esperando a ser interpeladas. Sin embargo, la privacidad que otorga el chat privado -y las reacciones mediante *stories* también privadas- posibilita en muchas ocasiones la ruptura de las dinámicas generizadas, pues la falta de control del entorno -y, por tanto, de censura- pueden posibilitar el "atrevimiento" por parte de mujeres a dar primeros pasos, aunque sea de maneras "menos directas" o cautelosas que en el caso de algunos hombres. Esa interacción privada permite la generación de una intimidad más estrecha entre dos usuarios, a diferencia de los comentarios públicos y visibles para el resto. En su contraparte, esa cualidad de privacidad e intimidad en el chat privado puede dar pie a situaciones de acoso o a la recepción de mensajes desagradables, para lo que la aplicación Instagram da otras opciones como la posibilidad de restringir las historias a otros usuarios o la posibilidad de bloquear cuentas concretas.

Cuando una persona "sube" un *storie* es posible responder directamente con un mensaje, por lo que de esa manera se puede iniciar una conversación. Si hay poca confianza o no se sabe si puede ser "bien recibido" un comentario, una facilidad es la de responder a un *storie* mediante un emoticono o un "me gusta": una manera de mostrar interés de manera no necesariamente invasiva, a la espera del resto de acciones que pueda tomar la contraparte. Así, la persona que recibe el emoji en su bandeja de mensajes directos puede dejarlo pasar o responder al mismo, sea mediante un "me gusta" o escribiendo algo. También puede comenzar a dar "me gusta" o a reaccionar de diversas maneras a las historias de la otra persona. En este ritual de muchos pasos en redes sociales, lo suyo es que se vaya estableciendo paulatinamente una interacción entre dos usuarios, donde el siguiente paso sería que el que ha recibido la reacción, reaccione posteriormente a los *stories* del otro. Si tal

cosa se da, los usuarios protagonistas saben, en primera instancia, que hay afinidad entre ellos, lo cual facilita que se generen conversaciones a partir de ahí. El hecho de tener varios seguidores -desde decenas a miles- posibilita que estas dinámicas se den con varios usuarios al mismo tiempo, creando afinidad e intimidad en pequeñas ritualidades e interacciones. Estos procesos de cortejo en escala micro -responder *stories*, dar me gusta, subir contenido con la esperanza de que sea respondido, etc.-, son una suerte de "intimidad lenta" (Rodríguez Salazar, 2017, p. 102) que permite evitar la vulnerabilidad de enfrentar el rechazo que puede surgir mediante acciones más directas.

Por supuesto, estas interacciones en ocasiones pueden ser confusas y llevar a quebraderos de cabeza más de una vez. Puede ser que algunas personas interpreten como interés y una manera de ligar este tipo de interacciones, y otras como mera seña de amistad o reciprocidad, sea entre personas conocidas o desconocidas, pues estas acciones no se circunscriben exclusivamente al cortejo. Por ello, el cuidado se extrema en muchas ocasiones cuando la real intención de una de las personas es ligar, y saber si esa idea es recíproca. También depende de la personalidad de cada cual y de su propia experiencia: hay quien siente una mayor vulnerabilidad y miedo al rechazo y, por tanto, es más cauteloso, y hay quien se atreve de manera más directa, del mismo modo que ocurre en el mundo *offline*.

De hecho, cuando no hay reciprocidad, estas interacciones se pueden interpretar en clave de "pesado" o "pesada" por parte de quien recibe las reacciones, o incluso como baboso o babosa cuando se reciben mensajes como respuesta a *stories* en un tono fuera de lugar. Dentro de la manosfera -los espacios y discursos online caracterizados por la hostilidad hacia las mujeres y el machismo-, no son pocos los mensajes (en foros, en tweets, etc.) en los que los hombres se quejan precisamente de las quejas de las mujeres cuando estos les responden *stories* o comentan sus publicaciones con comentarios lujuriosos y subidos de tono, por ejemplo, cuando ellas suben fotos sensuales. También como modo de respuesta, en redes sociales es común encontrarse cuentas dedicadas a compartir capturas de pantalla de mensajes acosadores o mensajes desagradables que reciben las mujeres en aplicaciones de citas y en las bandejas de entrada de sus redes sociales, como manera de enfrentar y contestar las performances de la masculinidad tóxica y dejar constancia de estas acciones (Hess y Flores, 2018).

De este modo, el género opera de la misma manera que en la vida *offline*, donde los comentarios objetificadores, y los piropos desagradables y no solicitados, así como los comentarios insistentes son parte del acoso que sufren muchas mujeres por parte de

hombres. En las redes sociales la dinámica es exactamente la misma. Por supuesto, el continuum que se establece entre vida social analógica y vida social virtual puede multiplicar los espacios tanto para ligar, como para recibir acoso, como para responder al mismo. Las posibilidades de limitar el acceso al contenido de una cuenta por cuestiones de acoso, a su vez, también pueden ser problemáticas si la vinculación con la persona que ejerce acoso existe también de manera *offline*: por ejemplo, por parte del hermano de una amiga, o de un compañero de clase o del trabajo. En dichos casos, si bloquear o eliminar a usuarios puede traer conflictos mayores que desean evitarse, se pueden optar por impedir que a estas personas les aparezca nuestro contenido. En otras ocasiones, para aumentar la privacidad y evitar que nuestro contenido no sea visualizado por todos nuestros seguidores, una de las opciones es la de restringir el público mediante la función "mejores amigos".

3.3.2.1 Mejores amigos: cercando la privacidad y la intimidad

> "Sí es que me ha empezado a responder las historias ella. No me sigue, me empezó a ver las historias y digo "[anterior ligue] qué haces" [se ríe] y a raíz de esto, la metí en mis mejores amigos solo a ella, y puse un meme "multa a [nombre de la chica] por mirarme las historias", y dijo "jaja qué gracioso"."
>
> Antonio, 20-24, heterosexual, soltero

Este joven nos habla de otra de las utilidades para ligar en Instagram, que es la del círculo coloquialmente llamado "mejores" en la funcionalidad *stories*. En el caso de "Mejores Amigos", el círculo para visualizar las *stories* de las personas que seguimos se vuelve de color verde, y para poder acceder a las mismas, el usuario de la cuenta que sube el contenido debe haberte metido en una lista llamada "Mejores Amigos". De este modo, solo a quienes decide el creador del contenido añadir a esa lista, pueden visualizar dicha *storie*. El hecho de que sea "especial" (no todo el mundo tiene el privilegio de entrar en una lista de mejores amigos), "más privado" o "íntimo" -al haber selección[50] de quienes van a visualizar dicho contenido-, lo convierte en un entorno digital perfecto para establecer compartir contenido "no apto" o que no se desea sea visualizado por todo el mundo. Desde fotos sensuales a fotos

[50] Las cuentas privadas de Instagram ya son de por sí restringidas para un grupo concreto. Pero los usos comunes y extendidos de Instagram hacen que sigamos y tengamos como seguidores a todo tipo de personas (amigos, familiares, compañeros de trabajo, amigos de amigos, gente que quizá no nos cae tan bien, gente que conocimos hace años y no hemos vuelto a ver, etc.). La restricción de mejores amigos en principio permite cercar, hacia un grupo todavía más selecto, el contenido que se puede compartir regularmente en *stories*.

familiares, contenido "políticamente incorrecto" o situaciones que no se desea que puedan ver todos los seguidores pero que sí se quieren compartir con un grupo selecto -fotos en ropa interior, un vídeo estando de fiesta borracho, etc.-. Esta funcionalidad, creada a finales de 2018 por Instagram -casi dos años después de la propia *stories*- respondía precisamente a las peticiones de mayor privacidad por parte de los usuarios, un cambio en la red social (Jonhson et al., 2023) que atiende a necesidades específicas, y acaba remediando parte de los usos de la aplicación.

La lista del círculo selecto de "mejores" puede ser hecha y deshecha al antojo de su creador. Al igual que el entrevistado explicita en el último extracto, esto posibilita, por ejemplo, el incluir una única persona en "mejores": es una práctica común en algunos casos que se realiza con objetivos de ligar o llamar la atención de una persona. El entrevistado, en este caso, reconectó con un antiguo ligue poniendo un mensaje "público" -que en realidad era privado y solo podía ver ella- como manera indirecta de interpelarla, hecho que hizo que "reconectaran" y volvieran a flirtear.

Hay, por otro lado, quienes suben a "mejores", solo para una persona o para varias personas, autofotos de carácter más sensual, fotos excitantes en una lógica autopornificadora (Lasén y García, 2015), inscripciones que pueden derivar en otras inscripciones (Lasén, 2012). Este tipo de autofotos de carácter sensual, en su interacción con la audiencia -restringida, a priori[51]-, y con la bandeja del chat privado como espacio de intercambio, afecta a quien la produce y a quien la visualiza: puede hacer sentirse atractivo a quien la ha hecho (y autoexcitarse) y puede atraer a quien la visualiza. En dicha lógica, "mejores" permite ese uso compartido de imágenes eróticas o sensuales[52] con una audiencia que además ya se sabe selecta -ha sido explícitamente seleccionada para visualizar dicho contenido-. La ruptura de esta barrera selectiva también facilita a las audiencias que lo desean, el poder reaccionar a dichas imágenes. En dicho sentido, "mejores" se vuelve un espacio que facilita interacciones de carácter sexual -más o menos explícito-, mediante el mayor control que se les otorga a quienes crean este tipo de contenido, y la "autorización" a ser respondido por ello. Ello, por supuesto, no quita que puedan encontrarse respuestas no deseadas en forma de acoso o

[51] "Mejores Amigos" permite restringir el público que visualiza la imagen, aunque siempre existe el riesgo de que esa imagen sea compartida mediante capturas de pantalla o mostrando el móvil a terceras personas que no están en el círculo de "mejores".

[52] Los algoritmos de Instagram pueden censurar cierto contenido no apto en su aplicación -pechos femeninos, desnudos integrales, etc.-. Como parte del aprendizaje que se hace de las aplicaciones (Lasén, 2019) los usuarios aprenden también a posar (Lasén, 2012) de maneras concretas para pasar el filtro de la censura, generando una suerte de nuevos posados eróticos "instagrameables".

comentarios de mal gusto, como parte de las dinámicas sociales en las que estamos inmersos, aun en audiencias reducidas.

Precisamente, y como las dinámicas sexoafectivas también cambian según género e identidad, igual que ocurre con el mundo gay en otros espacios (como las aplicaciones de contacto, fiestas, clubs, *chills*, etc.), la mayor distensión de la sociosexualidad[53] gay de manera cultural, genera efectos sobre los usos de utilidades como los *stories* de "mejores". De este modo, en algunas cuentas de varones gays, podemos encontrarnos en "mejores" fotos mucho más subidas de tono, con más seguidores o usuarios dentro del círculo selecto, y respuestas sexualmente más directas. En general, hay una larga literatura respecto de los usos de redes sociales por parte de varones gays (Gras-Velázquez y Maestre-Brotons, 2023; Gras-Velázquez y Maestre-Brotons, 2019; Acic et al., 2021) en los que se aprecia la exposición corporal como parte de una performance de carácter sensual, en la que además, las corporalidades homonormativas y más masculinas[54] adquieren protagonismo -musculatura, desnudos- a la vez que una representación de vidas prósperas, en muchas ocasiones como modo de autopromoción y de creación de un marca propia, de manera destacada en cuentas que acumulan miles de seguidores -o que buscan acumularlos- debido a esta misma promoción. Esta manera de utilizar las cuentas permite ligar y contactar con más personas, y en muchas ocasiones se utilizan como una continuación de autorrepresentación de otros espacios, como las aplicaciones para ligar o discotecas, saunas o clubs concretos. Tanto en cuentas más exitosas como en aquellas con menos seguidores, esta exposición corporal de carácter sensual o erótico se ve acrecentada dentro del círculo de mejores amigos de Instagram, por las particularidades propias y mayor privacidad que esta opción ofrece. *"A veces estás con un colega y si no te interesa el Grindr y quieres montarte un trío, o avisar para que se vengan a hacer una chill o que estáis de guarrichill pues lo subes a mejores que ahí tienes a todos tus maricones de referencia"* me comenta un amigo mediante un audio de Whatsapp cuando le pregunto al respecto. Estos usos autopornificados de "mejores" también pueden no buscar un encuentro

[53] La sociosexualidad (Simpson y Gangestad, 1991) es un término desarrollado desde la psicología, que atiende a la disposición a mantener relaciones sexuales fuera del entorno de la pareja estable o de manera más casual. Medida como espectro, se diferencia entre "sociosexualidad restringida" -menor disposición a tener relaciones sexuales casuales o fuera del seno de la pareja- o "sociosexualidad menos restringida o relajada" -mayor disposición a poder mantener relaciones sexuales de manera casual o fuera de la figura de la pareja estable-.

[54] Cuando digo más masculinas me refiero a una masculinidad hegemónica que conecta de manera especial con las particularidades de la cultura asociada a la masculinidad y a la homonormatividad gay. Como se ha visto en el trabajo de Lasén y García (2015), en el caso de los varones heterosexuales, la exposición mediante autofotos y la realización de poses se aprecia "menos masculina". Dentro de la sociabilidad gay, la masculinidad normativa no se ve cuestionada por la realización de poses. De todos modos, la extensión de usos de redes sociales y la cotidianeidad de las autofotos bien puede haber cambiado parte de estas percepciones respecto de la autoexposición del cuerpo en varones heterosexuales mediante fotografías, especialmente de aquellos cuerpos normativos y musculados, asociados también a una cultura *fitness*.

concreto, sino el simple compartir de imágenes y la visualización de estas como parte de un intercambio erótico relajado.

Escribía sobre ese tema en la revista ICON Marta Alonso (2023a), en un artículo titulado "Entre Instagram y pornografía: por qué el círculo verde de tus mejores amigos ya no es apto para tímidos", donde indaga sobre la funcionalidad de "mejores amigos". Precisamente, una de las cosas que le llama la atención a la autora del artículo, es que, debido a que algunos usuarios utilizan "mejores amigos" para subir historias subidas de tono, algunos realizan encuestas (una modalidad que ofrece Instagram) en sus *stories* "generales" (accesibles a los seguidores o el público general) preguntando a ver quién desearía "entrar en mejores amigos" para poder ver ese contenido. Yo misma también me he encontrado con alguna de esas encuestas en mi Instagram. El motivo para hacerlo es la imposibilidad de control por parte de la audiencia de "salir" del círculo de "mejores" en caso de no desear estar incluido: solo quien comparte "mejores" decide quién entra y sale. Así, realizar una mera encuesta entre los seguidores es mucho más fácil, para no incluir a quien no desea visualizar el contenido de "mejores" y evitar situaciones incómodas.

Esta serie de ritualidades -la creación de públicos restringidos, realizar encuestas para saber quién desea ser incluido, etc.- son en muchos casos estrategias de (auto)cuidado en un contexto sensible, ante el riesgo del uso de imágenes por parte de terceras personas para usurpar la identidad, realizar escarnios públicos, amenazas o acoso. Aprendizajes extraídos de las formas de subjetivación que se dan en entornos mediatizados y su uso cotidiano (Lasén, 2019). Encontramos una negociación del cuidado propio y ajeno, a base de aprendizajes que derivan de los usos de las redes y de los peligros que pueden darse en las mismas -por ejemplo, maneras de evitar riesgos respecto a compartir imágenes de carácter erótico o sensual, que nunca es cero-. Estas son, en última instancia, maneras de (auto)cuidado sexual, al igual que el uso de preservativos para evitar infecciones transmitidas sexualmente o el compartir la ubicación con un amigo si quedamos con una persona desconocida: los cortafuegos que se ponen a los peligros de la exposición en internet -y a los chantajes, *bullying*, acoso, etc. que del mismo puedan derivarse-, peligros que tienen que ver con una sexualidad activa y visible.

Por otro lado, la funcionalidad "mejores amigos" también permite que muchas mujeres puedan subir contenido "subido de tono" o de carácter erótico para un público restringido sin miedo a ser censuradas o acosadas, permitiendo una libertad para exponerse que quizá no obtendrían de otras maneras, y que permite interactuar con el público que ellas desean.

Si la esfera pública íntima es heteronormativa y asimétrica en términos de género (Berlant, 1997), la creación de públicos íntimos digitales[55] (Dobson et al., 2018) puede permitir la definición, contestación, y devenir de lo que significa ser y mostrarse de una manera concreta en entornos digitales. Los usos remediados de las redes sociales (en este caso de Instagram) para la expresión y el contacto sexoafectivo, generan también públicos íntimos digitales.

4.3.2.2 El género en las dinámicas de cortejo online remediadas

Siguiendo con las similitudes y continuaciones del mundo analógico cabría decir que, muchas veces, las partes más "activas" a la hora de ligar, las que "entran" en lenguaje coloquial, y dan el primer paso, suelen ser, en las interacciones hombre-mujer, las posiciones masculinas, tal y como afirman varios entrevistados y entrevistadas. En aquellas interacciones y cortejo que se da entre mujeres, reinaría en ocasiones un menor atrevimiento a estas acciones de manera explícita y directa en ellas, alargando estos procesos; sin embargo, "entre hombres es muy directo y un poco guarro a veces" como dice otro entrevistado, esto es, esta explicitación no se apreciaría problemática.

Las dinámicas de género a la hora del cortejo y de expresar sexualidad se trasladan también a las redes sociales -al igual que en las aplicaciones de contacto, como se verá más adelante-, al mismo tiempo que se generan nuevas posibilidades y riesgos por la agencia material y técnica (Latour, 2008) que aportan los *smartphones*, las redes sociales y las aplicaciones. La posibilidad de privacidad -por ejemplo, mediante un chat privado no expuesto a la observación ajena- y el encontrarse tras una pantalla puede permitir un mayor atrevimiento por parte de algunas personas, haciendo que lo online y las pantallas favorezcan un efecto deshinibitorio (Suler, 2004); al mismo tiempo, las inscripciones de nuestras acciones que quedan registradas (Lasén, 2019) en los *smartphone* (nuestros y ajenos) implican otra serie de contrapartes: el que puedan ser compartidas o expuestas, por ejemplo. Estas posibilidades son ambivalentes: por ejemplo, pueden exponer a una persona que acosa, o pueden exponer y ridiculizar a una persona que simplemente estaba intentando interactuar -como puede ocurrir en casos de *cyberbullyng,* entre otros-, generando acoso mediante la propia exposición, o malestar y vergüenza como sentimiento que resulta de una inadecuación a las normas sociales en el espacio online (Lasén y Puente, 2021).

[55] Término que desarrollan Dobson et al. (2018) a partir del concepto de "públicos íntimos" de Berlant (2008).

Por ello, tanto en los foros[56], en las mismas redes sociales, como en conversaciones con amigos, el "cómo ligar", cómo responder historias de Instagram, cómo "no quedar ridículo", etc. son conversaciones comunes. Del mismo modo que se dan para el mundo analógico[57].

La sensación general es que "a ligar se aprende" como dice una entrevistada, y los nuevos entornos online pueden ayudar a romper algunas de las viejas inercias del mismo modo que a generar otras nuevas. Por ejemplo, la posibilidad de poder compartir memes, *reels* o TikToks de carácter humorístico pueden ayudar a romper el hielo. El caso del meme "*lo siento, me tropecé en tu chat*" de la Figura 4, es una manera desenfadada de mostrar interés, es un meme que se utiliza (al igual que otros muchos similares) para los primeros acercamientos o cuanto menos para retomar contacto si anteriormente no ha habido frutos en las conversaciones de los chats privados. No es agresivo, es gracioso y no obliga a tener una larga conversación que no queremos (no es una pregunta profunda, ni siquiera un "¿qué tal estás?"), dejando en manos del interlocutor la continuación sin grandes tensiones.

Figura 4

Lo siento, me tropecé en tu chat

Nota. Imagen sin autoría recibida por redes sociales

[56] https://www.reddit.com/r/AskArgentina/comments/1ec6mbx/maneras_de_responder_una_historia_de_instagram/
https://www.reddit.com/r/AskArgentina/comments/1ec6mbx/maneras_de_responder_una_historia_de_instagram/
https://www.reddit.com/r/preguntaleareddit/comments/m05ix4/c%C3%B3mo_responder_una_historia_de_ig_a_una_chica_que/

[57] Por ejemplo, las secciones de consejos de revistas para adolescentes -ya desaparecidas- que enseñaban a "cómo hablarle al chico de tu instituto que te gusta". O el aprender a tontear con alguien -en una discoteca, en una cafetería, etc.- como parte del conocimiento compartido entre amigos y amigas.

Por lo que he podido apreciar, el uso de memes y el recurso al humor es además una manera en la que muchos hombres que quieren ligar con mujeres pueden acercarse sin parecer "babosos" o demasiado "*fuckboys*"[58]; varios entrevistados (sobre todo los hombres más jóvenes y que se relacionaban con mujeres), indicaban precisamente este tipo de estrategias como algo también cómodo para ellos. Un primer acercamiento gracioso -como hacer una broma a alguien en una discoteca o en un bar- que no tiene por qué plantearse invasivo y que deja en suspensión la reacción de la otra persona. Los hombres con los que he hablado respecto del uso de contenido cómico para ligar -memes, *reels*, etc.- precisamente no querían ser demasiado directos y querían alejarse de la figura del hombre seductor que marca los ritmos. Si bien este tipo de técnicas de recurso al humor para romper el hielo también son utilizadas por mujeres, de mis entrevistas, observaciones y autoetnografía extraigo que, en las interacciones hombre-mujer, normalmente son ellos los que siguen dando el primer paso, y ellas las que "esperan" en muchas ocasiones a ser reaccionadas al contenido que suben a redes sociales -por ejemplo, el ser respondidas a un *storie* que han subido ellas-. O también puede ser que ellas den un primer paso mediante acciones más indirectas –"*ay, me encanta la canción de ese grupo que has compartido"*, *"qué atardecer más bonito, ¿dónde es?"*-, cosa que por supuesto también pueden hacer ellos en un afán de ser más cuidadosos al inicio del cortejo. Esta inercia de género, además, podría explicarse por la falta de éxito de otras prácticas, como cuando las mujeres toman la iniciativa, que puede estar no bien considerado o generar extrañamiento y silencios por parte de sus interlocutores. En mi trabajo de campo, por ejemplo, he identificado dichos elementos en las experiencias de mujeres que buscan ayuda de *coach* y terapeutas para ligar, cuando relatan que a veces parecen "espantar" a los hombres cuando se muestran activas; en el siguiente capítulo de este trabajo trataré con más detenimiento este aspecto, y cómo una de las soluciones que las *coach* y terapeutas ofrecen es la de aprender a modular y rebajar esa actitud activa – denominada energía "alfa" o "masculina" en su propia jerga-, reestabilizando las dinámicas y performances hegemónicas de género, para poder tener éxito en dichos intercambios.

Simmel (1934) al hablar de la filosofía de la coquetería, en relación con las mujeres, nos habla de una constante ocultación y jugar a un sí y a un no como modo del juego del coqueteo. Las mujeres, más que directas, se harían las interesadas y las desinteresadas a su vez. Un ejemplo que pone Simmel y que resulta interesante es el siguiente:

[58] Expresión de internet para denominar a los "donjuanes", literalmente se refiere a los hombres que buscan exclusivamente tener sexo, pero al que se le añaden ciertas señas de identidad, como ser chulesco y arrogante.

> La coquetería gusta a veces de entretenerse de objetos que se hallan, por decirlo así, allende la persona: perros, flores, niños. En efecto; esto significa, por una parte, que la coqueta se desvía de aquel a quien va el juego dirigido, y, por otra, que le hace patente el valor inestimable de su entrega. En otros términos, la coqueta dice: "no eres tú el que me interesa, sino estas cosas: flores, perro, que están aquí"; pero, al mismo tiempo, dice también: "este es un juego que yo represento, pues si me ocupo de estas cosas, es por interés hacia ti".
>
> (Simmel, 1934: p. 62)

Este extracto de Simmel nos puede ayudar a comprender, precisamente, aquellas conversaciones circulares que giran en torno al flirteo y el coqueteo, pero que no lo explicitan de manera directa como tal, recurriendo a terceros elementos. Por ello, en un paulatino cambio de roles de género desde aquellos modelos más estancos de feminidad -pura y pulcra- y masculinidad modernas desde donde escribe Simmel, a uno de supuesta igualdad progresiva de géneros, si bien hay elementos que se mantienen generizados a la hora del cortejo o el "tonteo", hay otros que pueden cambiar respecto a estos "terceros elementos" que Simmel menciona. Si a muchas mujeres no les agradan -no necesariamente a todas- los hombres "demasiado directos" o a algunos hombres les incomoda también tomar iniciativa a la hora de ligar, recurrir a terceros elementos se extiende para unas y otros. En el formato online de esta realidad, en el caso de Instagram cuando alguien responde a la historia de una persona que le gusta diciendo "*uy qué gato más bonito*", o le envía contenido humorístico, se está recurriendo a terceros elementos que rompen con la dicotomía de "el que liga" y "la que es seducida", y generan una conversación entre pares. Por supuesto, el éxito de ello dependerá de la experiencia y astucia de los interlocutores, quienes habrán de saber si esas conversaciones parecen darse con segundas intenciones -aunque sea para conocerse más profundamente- o por mera casualidad y empatía. De este modo la danza entre quienes interactúan se complejiza, y, desde las experiencias de muchas mujeres, el cortejo puede ser más amable, puesto que no les obliga a rechazar tajantemente ciertos comentarios o propuestas.

Estas dinámicas de cortejo en redes -aunque también puedan ser propias del mundo offline- menos institucionalizadas - ¿quién da el primer paso?, ¿cómo lo da?, ¿qué hay que decir? – en un contexto más igualitario, también tiene sus detractores. En el contenido que se produce para redes sociales -Tiktok, Instagram- hay todo un subgénero, como se verá más adelante en este trabajo en el apartado dedicado al *coaching,* dedicado al tema de la "pérdida de la

masculinidad" y "pérdida de la feminidad". En general, los temas tratados por estos sectores en redes sociales son dedicados a la supuesta falta de normas -de cortejo, de comportamiento, etc.- generizadas en la actualidad, y a intentar (re)aprender a comportarse "como hombres" y "como mujeres" y "volverse de valor" en algunos casos, o recurriendo a hablar de "energías femeninas" y "energías masculinas". Saco este tema a colación porque precisamente una de las críticas que se hace desde algunos sectores neoconservadores a las dinámicas de cortejo o sexuales que emergen actualmente -hombres "menos directos" y más cautelosos a la hora de seducir, mujeres que pueden mostrarse más sexuales por medio de autofotos[59], etc.- es que son resultado del feminismo y que "castran" a hombres y mujeres, o, en su defecto. Por tanto, la falta de normas demasiado explícitas a la hora del cortejo en contextos más igualitarios genera, por parte de algunos sectores, gran rechazo, sugiriendo la vuelta a un orden previo que es idealizado y explicado desde el ahora como carente de problemáticas.

De todos modos, la cautela de algunos varones en redes sociales a la hora de ligar no tiene necesariamente por qué ser siempre un ejemplo de una masculinidad más igualitaria. Instagram, al no tratarse de un medio específico para ligar -como ocurre en las aplicaciones de citas-, puede hacer que los varones sean más cautelosos como expresión del miedo al rechazo, en tanto que el fracaso es la némesis de la masculinidad hegemónica, donde uno puede esperar a tener más certezas sobre el interés de otras antes de desvelar sus cartas y tener avances, más que por una falta de normas institucionalizadas a la hora del cortejo.

4.3.2.3 La imagen como modo reconocimiento "¿somos algo?"

> "Igual puedes mostrar no sé, cuando estás liada con alguien, pero no sois pareja, pero sientes algo especial, su mano, o estáis comiendo en un sitio y sacas una foto a la comida, pero dejas que se vea una parte de él de reojo"
>
> Mujer, "soltera", 30-34 años, heterosexual, [entrevista informal]

[59] La imagen de la mujer sexualizada ha estado presente durante décadas en nuestro contexto; sin embargo, parece que en la actualidad se presente como hecho especialmente problemático que las personas -mujeres en su mayoría- suban o cuelguen fotos propias de carácter erótico o sensual. La agencia sobre la producción y difusión de contenido propio de carácter sexual se aprecia como de mal gusto, llamada de atención y pérdida de decoro, en expresiones tales como "mira esa chica cómo se sexualiza, quiere llamar la atención buscando validación". La expresión sexual femenina en general se señala en la actualidad como llamada de atención y necesidad de validación en vez de como expresión de agencia y deseo sobre el cuerpo propio.

Este extracto pertenece a una conversación que tuve con una chica, amiga común de otra amiga, un día de casualidad, mientras hablábamos precisamente de cómo ligar por Instagram, le pedí permiso para reflexionar sobre ello en la tesis. No mucho antes, en algún podcast (probablemente en *Ciberlocutorio*), hablaban también de esta práctica que relata esta chica. Entrecomillo precisamente su estatus de soltera en su descripción, porque ella misma se refería al hecho de que no estaba soltera, pero tampoco exactamente en noviazgo, una especie de situación intermedia[60], donde no había "todavía" exclusividad sexual pero que la historia "avanzaba". La explicación viene dada debido al hecho de haber conocido a un hombre "especial" -más importante para ella que el resto de los hombres con quienes solía tener algún tipo de vinculación afectivosexual-, y que por ello decidió subir a *stories* una fotografía donde a él se le veía de soslayo. Son modos de mostrar, indirectamente, que se está con alguien especial que todavía queda relegado a la privacidad, pero transmiten la idea de que "hay alguien". Este tipo de imágenes, inadvertidas para mucha gente (desde luego para mí antes de saber que existiera esta tendencia) son modos de dejar (micro)inscripciones de la vinculación con una persona, y que pueden tener efecto sobre las audiencias: un exnovio que puede ver que parece que estás con alguien y se pone celoso, una amiga que se alegra, otra que se pone envidiosa, otros que simplemente cotillean sobre ese hecho. De alguna manera, la fotografía deja un rastro de reconocimiento. La práctica de compartir imágenes online está, de este modo, asociada a un aprendizaje complejo del visionado e interpretación de las fotografías propias y ajenas, actividades repletas de matices y pistas. Estas inscripciones en formato imagen son interpretadas y comentadas de manera colectiva en muchas ocasiones, entre amigas y amigos, de la misma manera que ocurre cuando se comparten conversaciones -por ejemplo, el envío de una captura de pantalla a una amiga para poder "descifrar" las intenciones de una persona con la que se está ligando-. En estos elementos podemos apreciar una remediación de prácticas de cortejo anteriores, tal y como se apreciaba en la cita de Simmel (1934) que antes he compartido, donde los gestos y las palabras, más allá de su sentido explícito, tienen también otros, más o menos convencionales, que son interpretados por quienes participan de las dinámicas de ligue y las personas que les rodean, y que tienen que ver con una experiencia pública en este último caso.

Las inscripciones que dejamos en redes sociales también dependen de los lugares y los modos en los que las dejemos. Tal y como he dicho unas páginas atrás, la funcionalidad *stories* de Instagram tiene una durabilidad de 24 horas, de modo que lo compartido ahí se mantiene de

[60] En el lenguaje de internet y los medios se le llama en la actualidad "situationship"

manera corta. Una de las maneras, por ejemplo, de reconocer en "público" mediante Instagram que se tiene una relación con alguien, es la de subir una foto al perfil de una persona, fotografía que se queda de manera permanente a modo de presentación. En el trabajo de investigación de Tania Rodríguez Salazar (2017), casi el 45% de los jóvenes (15-29 años) de su muestra indicaban que no le otorgaban ninguna importancia al hecho de que su pareja subiera fotos conjuntas, el 36% poca importancia y el 19% mucha importancia. Sin embargo, creo que esta importancia se puede otorgar dependiendo de los propios usos que cada persona hace de las redes sociales. De mi trabajo de campo extraigo que, si bien compartir imágenes conjuntas no es necesariamente importante en todos los casos, sí que lo es para aquellas personas cuyas parejas comparten contenido regularmente en sus redes. Esto es, no se aprecia sospechoso que una persona que publica poco contenido -por ejemplo, rara vez sube un *storie* o hace una publicación- no comparta fotos de pareja -aunque dependiendo de los deseos de la pareja, esto también se volverá terreno de negociación-. Sin embargo, en ocasiones se genera cierta sospecha si una persona que comparte contenido regularmente -autofotos, fotografías de amigos, vacaciones, etc.- nunca comparte fotografías con la pareja. Levantando todo tipo de comentarios –*"¿intentará dar a entender que está soltera?"*-, la no-publicitación de imágenes de la pareja en ocasiones se puede volver objeto de cotilleo, del mismo modo que lo contrario: "*¿será su novia esta chica con la que sube fotos?", "esta persona sube fotos regularmente con uno y otras con otro, ¿estará con los dos o serán amigos?".*

Recuerdo, a modo de anécdota, cómo una excompañera de estudios subía imágenes con otra chica con la que convivía y con la que tenía varias mascotas, los amigos varones -heterosexuales- de nuestro entorno se referían a ella como "su amiga", sin embargo, el resto éramos conscientes de que probablemente fuera su pareja. Las imágenes pueden darnos cierta información sobre las personas, pero la esfera pública íntima heteronormativa dificulta entender los códigos que rompen con esa heterosexualidad en muchos casos. Con el tiempo se comprobó que, en efecto, estas chicas eran pareja. En la misma línea, no solo la heteronormatividad, sino que la mononormatividad, o los propios preceptos del amor romántico, hacen que cierto tipo de imágenes puedan ser ampliamente leídas como lo que entendemos por una pareja "normal": dos personas, que salen en actitudes cariñosas, quizá en situaciones estándar reconocidas públicamente, como una cita, de invitados en una boda, de vacaciones con la Torre Eiffel de fondo. Las propias imágenes aprender a ser leídas desde el propio sistema de estratificación sexual, nos muestran lo adecuado, lo inadecuado, lo "leíble" y entendible y lo que no.

Esta lectura de imágenes por parte del público que puede reconocer la configuración de una pareja sexoafectiva en Instagram se rompe cuando no se comparten ciertos códigos. Al igual que ocurría con la anécdota de la chica que subía fotos con su novia y no era leída como tal, esto puede suceder, por ejemplo, en dinámicas relacionales que se escapan de la pareja monógama: rara vez veremos que una persona pueda tener más de un vínculo sexoafectivo, a pesar de que publique fotos con dichos vínculos, si no contemplamos la posibilidad que así sea -o a menos que se explicite con imágenes en las que se den besos u otro tipo de afectos muy íntimos[61]-. O, por el contrario, una persona con más de un vínculo puede preferir no compartir imágenes -o solo con su vínculo "primario" en caso de tenerlo- para no generar controversia y guardar su privacidad, en una actitud armariada, intentando huir de señalamientos o reprobaciones.

3.4 Las aplicaciones para ligar

Quizá una de las características actuales que más atención llaman sobre los espacios para conocer gente con intereses sexuales y románticos son las aplicaciones de contacto. Estas aplicaciones, son una remediación actual de formatos ya existentes de manera previa: las páginas web de contacto, herederas de las agencias matrimoniales, así como los anuncios de contacto en medios periodísticos (Duguay et al. 2017).

La novedad en estas aplicaciones de contacto respecto de lo anterior radica precisamente en el hecho de que estén situados en dispositivos conectados a la red móviles -los smartphones- y funcionen por geolocalización. De este modo, nos encontramos en entornos específicos -las apps de contacto- para objetivos inicialmente concretos[62] -el contacto con fines sexoafectivos-, donde la temporalidad y la espacialidad cambian: la conexión online permite cierta ubicuidad a la vez que una aceleración de los tiempos, posibilitando ver perfiles, usar la app, chatear y estar en el "mercado" del ligue el tiempo que deseemos o podamos. El funcionamiento por geolocalización de las aplicaciones de contacto, sin embargo, establece ciertos límites a la espacialidad[63], y conecta la Red con un espacio geográfico concreto más o

[61] Incluso aunque una persona suba fotografías en actitudes muy cariñosas con más de una persona, quizá el primer pensamiento de quien las visualice de manera descontextualizada sea diferente de pensar que pueda tener más de un vínculo.
[62] Siempre debemos tener en cuenta también los usos inicialmente no previstos.
[63] Como más adelante se verá, los límites a la espacialidad son aquellos delimitados por los usuarios -hasta un rango de X Km, por ejemplo- o los que establece de máximo la propia aplicación. Las versiones de pago de las aplicaciones, por lo general, suelen permitir saltar ese límite de distancia y "viajar" más allá pudiendo contactar con personas situadas de manera más alejada, incluso en otros países.

menos cercano al de sus propios usuarios. Esta hibridación entre espacio online y espacio geográfico permite contactar con personas más o menos cercanas, posibilitando que los encuentros online se vuelvan encuentros cara a cara.

A raíz de la extensión de internet a ser parte de la vida social ordinaria de las personas y lugar para conectar con otros (Lasén, 2019), y al desarrollo de los smartphones, los últimos años hemos asistido a una gran proliferación de este tipo de productos, y han mostrado ser un medio predilecto a la hora de conocer gente con fines sexuales y románticos en la actualidad, cuanto menos en los contextos occidentales (Tello-Navarro y Gómez Urrutia, 2021; Petrychyn et al., 2020). Si bien encontramos un gran pánico social tecnológico (Albury, 2017; Hobbs et al. 2017)-como a toda mediación tecnológica en muchas ocasiones- que tachan estas aplicaciones de borrar "el amor verdadero", "fomentar la promiscuidad", "establecer vínculos débiles" o estar muy mediados por las lógicas de consumo (Bauman, 2005; Lerdellier, 2014; Illouz, 2020), por otro lado, las aplicaciones siguen siendo altamente utilizadas y en muchas ocasiones se muestran como el único lugar o medio para muchos sujetos a la hora de conocer gente. Estas contradicciones, por ejemplo, se muestran en los datos recogidos por el estudio "Jóvenes andaluces 2021. Opiniones, actitudes y comportamientos" (Ayuso Sánchez et al., 2021), donde la mayoría de los jóvenes admitían ligar por internet -fuera mediante aplicaciones, redes sociales, etc.- pero seguían indicando como preferible o más deseable el conocer personas fuera de espacios online.

3.4.1 Diseño, algoritmos, políticas y términos de uso

Las aplicaciones seleccionadas para su análisis en este trabajo, tal y como se ha mostrado en el apartado dedicado a la metodología, son Tinder, OkCupid y Bumble. Las tres aplicaciones tienen una gran implantación en los países occidentales en general y en España en concreto. Tanto Tinder como OkCupid son aplicaciones de Match Group, conglomerado empresarial perteneciente a la compañía IAC, que es dueña de decenas de webs y aplicaciones de contacto, y diversifica sus productos hacia nichos de mercado diversos (Albury et al., 2017; Wilken et al., 2019). Por otro lado, Bumble surge en 2015, de manos de Whitney Wolfe, una de las fundadoras de Tinder, planteándose inicialmente como una start-up que acabó saliendo a bolsa en 2021. De acuerdo con la empresa de estudios de mercado GFK, en el año 2024 Tinder cuenta en España con 1,5 millones de usuarios mensuales de media y Bumble con 380000 usuarios mensuales; no se han podido obtener datos sobre el número de usuarios de

OkCupid, conocida -al menos inicialmente- por ser *queer friendly* e incluir identidades sexuales y modelos relacionales no-normativos, aunque no por ello su uso esté cerrado al público heterosexual.

Otro elemento por destacar sobre las aplicaciones de contacto, en correspondencia con lo que se ha dicho en otros trabajos (Duportail, 2019), es el reparto de género de usuarios y usuarias: GFK estima que, en la actualidad, el 70% de usuarios de aplicaciones de contacto son varones. Este reparto desigual entre hombres y mujeres puede corresponderse, por un lado, con elementos relativos a los mandatos de género y la sexualidad -la sexualidad activa y el éxito sexual como mandato de masculinidad, y el miedo al peligro sexual por parte de ellas, así como reticencia a espacios donde haya desconocidos-, y por otro lado, las propias dinámicas que intersectan identidad, orientación y cultura sexual. Como se ha mencionado anteriormente, cierta cultura gay del sexo casual ocioso y lúdico ampliamente extendida hace también que el público masculino que desea contactar con otros hombres con fines sexuales sean grandes usuarios de estas aplicaciones de contacto (Barrada et al. 2021).

Esta pequeña entrada con ciertos datos contextuales la aprovecho para presentar la lógica detrás de cada una de las aplicaciones, sus nichos de mercado -o potenciales usuarios-, sus modos de uso diversos, sus propios diseños y su presentación. En esencia, los rasgos sociotécnicos de estas tres aplicaciones se asemejan y se alejan en ciertos aspectos, y conviene entender el contexto de cada una de ellas.

Tinder, Bumble y OkCupid están compuestas de interfaces muy similares, donde podemos crear un perfil, adjuntar una serie de imágenes y escribir una breve descripción nuestra, establecer una serie de baremos -rangos de edad y ratio de kilómetros del resto de usuarios- y en su interfaz nos irán apareciendo fotografías de personas que ocupan nuestra pantalla: si deslizamos a la izquierda descartaremos el perfil, si deslizamos a la derecha es que el perfil nos gusta. Si la persona a la que hemos dado me gusta -derecha- también ha deslizado a la derecha nuestro perfil, se hace *match* -emparejamiento-: ya podemos hablar con esa persona por mensaje privado.

Este funcionamiento por medio del *swipe* y el *match* es similar en las tres aplicaciones a analizar, sin embargo, también hay sustanciales diferencias en cada aplicación. Por ejemplo, Bumble se planteaba como una aplicación "feminista" o *woman friendly* precisamente porque, al hacer *match*, eran las mujeres las que tenían que dar el primer paso a la hora de entablar conversación, de modo que los hombres no podían atosigarlas a la hora de hablar, problemática planteada recurrentemente por usuarias de Tinder en redes sociales y que

atiende, no solo a las diferencias de volumen de hombres y mujeres, sino a las propias dinámicas de cortejo donde son ellos los que dan el primer paso. Sin embargo, esta característica de Bumble se ha adaptado -en primavera de 2024-, también a raíz de la petición de sus usarias, y donde en la actualidad los hombres pueden dar el primer paso mediante la funcionalidad *Opening Moves* que detallaré más adelante.

Creando un perfil…

Al crear un perfil en Tinder, debemos asociarlo a un número de teléfono, a una cuenta de Google o a una cuenta de Facebook para poder iniciar sesión. Posteriormente, deberemos escoger nuestro género -*hombre, mujer, "más allá del género* binario"-e indicar, del mismo modo, el género de las personas que buscamos, donde podemos elegir una o varias opciones. Debemos establecer una ratio de Km de búsqueda -hasta 100km a la redonda- y una horquilla de edad de las personas que nos interesan, a partir de los 18 años. Nutriremos nuestro perfil con hasta 9 fotografías -no hace falta ponerlas todas- que deseemos, siempre y cuando no se muestren imágenes pornográficas o desnudos integrales -aunque he de decir que me he encontrado primeros planos de traseros más de una vez y no parecían censurables-. También disponemos de una biografía -nuestra pequeña carta de presentación- a rellenar con hasta 500 caracteres que también podemos dejar vacía si lo deseamos. Por último, y como novedad progresiva a partir de finales de la década de los 2010 y especialmente en la pandemia, Tinder incluye un sistema de etiqueta o TAGS donde se pueden incluir una infinidad de datos de manera optativa: la identidad sexual -*bisexual, queer, lesbiana, gay, trans,* etc.- lo que se busca -*relación estable, un rollo, no lo sé,* etc.-, el modelo relacional -*monogamia, no-monogamia ética,* etc.- el signo zodiacal, si se es bebedor o fumador, los deportes que se practican, los hobbies, el tipo de dieta -*vegana, vegetariana, flexiteriana,* etc.-, incluso, durante la pandemia, si se estaba vacunado o no. Tinder también nos da la opción de verificar nuestro perfil mediante el envío de varias fotos a su propio servidor vía la propia aplicación, realizando una serie de poses diferentes que Tinder nos propone para comprobar que somos una única persona y que no estamos usurpando la identidad de otra. A pesar de la verificación, Tinder no prohíbe la creación de cuentas anónimas[64] -donde no salga nuestra cara o donde cambiemos el nombre-, elemento que como se verá no es posible en todas las aplicaciones de contacto. No están permitidos los perfiles conjuntos, esto es, cada cuenta debe ser individual, aunque, como se verá más adelante en este trabajo, es una práctica común en algunos casos. De manera previa

[64] Una cosa es verificar una cuenta y enviar fotografías al servicio de Tinder identificado una cuenta concreta con una cara concreta, y otra es el uso de esa cuenta verificada como cuenta anónima de manera pública -con nombre distinto del nuestro, fotografías en las que no salgamos, etc.-.

al trabajo de campo para la presente Tesis Doctoral, utilice Tinder de manera personal ocasionalmente desde 2016 cuando estudiaba la carrera y el máster, hecho que me ha permitido conocer más de cerca esta aplicación y especialmente atender los cambios que ha sufrido y tener cierta familiaridad con ella (Johnson et al., 2023), mayor que con el resto de las aplicaciones analizadas.

Utilicé Bumble solo como una cuenta dedicada a investigar, para ver el funcionamiento de la interfaz y la dinámica de cortejo que establecía que las mujeres deben dar el primer paso una vez hay *match*, así como para hablar con algunos de los usuarios con los que logré hacer *match*. El inicio de sesión es igual que en Tinder: debemos aportar un número de teléfono, o iniciar sesión mediante cuentas asociadas de Facebook o Apple ID. Al igual que Tinder, debemos escoger nuestro género -hombre o mujer, o no-binario-, así como el género de las personas que nos interesan -una o varias opciones-. También hay un sistema de etiquetas, similar al de Tinder -hobbies, identidad sexual, tipo de relación, etc.- pero en el que me sorprendió encontrarme con más opciones: creencias religiosas, la aspiración de tener hijos, etc. Además, el sistema de etiquetado amplio de Bumble era previo a su instauración en Tinder. Más allá de las etiquetas, el perfil se podía completar con una serie de preguntas abiertas que la app te ofrecía y podías responder: mi cita ideal, mis hobbies, mi música, etc. No era obligatorio responder a las preguntas ni escoger etiquetas, pero en el caso de las preguntas, por lo que supe al hablar con varios usuarios, parece ser que éstas podían generar cierta facilidad para romper el hielo, puesto que podían referirse a uno de esos temas al conectar con alguien. Por último, tenemos una biografía o descripción en la que podemos añadir información nuestra a modo de presentación, y podemos añadir hasta seis imágenes de perfil.

Por otro lado, Bumble cuenta con un sistema de verificación de identidad -voluntaria por parte del usuario u obligada en cualquier momento por parte de la aplicación a expensas de que la cuenta sea bloqueada en caso de no hacerlo- en el que tienes que enviar varias imágenes de tu cara realizando una serie de poses. En cuanto a las restricciones de la aplicación, Bumble no permite crear perfiles anónimos -algo sí permitido en Tinder- aunque permite no usar nuestro nombre real y obliga a que al menos en una foto se vea la cara completa del usuario. Según los términos y políticas de la aplicación, tampoco está permitido el uso de imágenes donde aparezcamos distorsionados, los memes o las imágenes donde haya preeminentemente texto. Tampoco está permitido el contenido sexual "explícito" o "vulgar" -término que usan en sus propias políticas-, sea en imágenes -por ejemplo, no se permiten imágenes en bikini- o sea en las descripciones de los usuarios -por ejemplo, usuarios que indican que buscan prácticas BDSM o *kink*- ni están permitidos los perfiles conjuntos de

parejas. El funcionamiento de Bumble es igual que en Tinder: mediante un sistema de *swipe*, la imagen de un perfil aparece y determinas a la izquierda si no te interesa, y a la derecha si te interesa. Si clicas en el perfil, puedes ver el resto de las imágenes del usuario que se te presenta, y el resto de la información de su perfil. Una vez hecho el *match*, en las interacciones entre hombres y mujeres, ellas tienen 24 horas para saludarles, antes de que el *match* desaparezca.

En junio de 2023 me descargué la app OkCupid -perteneciente al grupo empresarial Match Group desde su compra en 2011, del mismo modo que Tinder-, para ver las diferencias que ofrecía respecto de Tinder y Bumble. Había oído hablar de ella hacía años en el entorno de la facultad, y tenía cierta fama de aplicación de contacto "progre". En Estados Unidos -su lugar de origen-, OkCupid precisamente tiene un especial nicho de mercado con las personas LGTBIQ+, y desde los inicios de la *app* se ha presentado como vanguardia en los elementos relativos a opciones ligadas con la diversidad sexual. Su funcionamiento es el mismo que el de Tinder y Bumble: un sistema de *swipe* de usuarios -derecha me gusta, izquierda no me gusta- que aparecen según la geolocalización y los filtros que se hayan establecido.

Al crear mi perfil, comprendí rápido por qué esa fama de "progre" o "*woke*" que molestaba a muchos pero que a otros sin embargo gustaba. En general, podría decirse que OkCupid tendría el potencial de ser un espacio seguro a la hora de ligar para las personas que se sitúan dentro de los diferentes espectros de la diversidad sexual y afectiva (Byron et al., 2021). No quiero decir que no sirva para personas cis-heterosexuales -probablemente la mayoría de los usuarios de OkCupid lo sean, pues no es una app que se promocione, como lo es en caso de Grindr, exclusivamente para gente LGBTIQ+-, pero sí que las opciones que ofrece permiten ocupar un amplio rango de opciones dentro de la diversidad sexual. Si bien Tinder y Bumble han ampliado el espectro de identidades sexuales que podemos añadir mediante un sistema de etiquetado, este añadido ha sido posterior al establecido por OkCupid.

A la hora de crear un perfil en OkCupid, inicialmente debemos rellenar edad y país, posteriormente, se inician una serie de preguntas: "*Mi género*", donde podemos elegir hasta cinco opciones de varias -*hombre, mujer, agénero, andrógino, bigénero, hombre cis, mujer cis, género fluido, genderqueer*-; posteriormente, la siguiente batería de opciones responde a "*Quiero salir con*…", y las mismas opciones de género que las anteriores, así como la opción "*abierto a todo el mundo*"; en tercer lugar debemos responder a "*Tipo de relación deseada*", con otra serie de opciones -*citas a largo plazo, citas a corto plazo, algo de una noche, nuevos amigos*-. En este último caso, por ejemplo, no hay opciones tales como "*no lo tengo claro*" o la opción de no responder,

algo que en otras aplicaciones sí podemos encontrar. Dentro del apartado "*Tipo de relación deseada*" también hay un enlace a "*opciones diferentes de la monogamia*", donde deberemos marcar si somos monógamos, no-monógamos o abiertos a cualquiera de ambas opciones. De hecho, en la propia interfaz se nos indica que si marcamos la opción "*no monógamo*" o "*abierto a cualquiera de las dos*" se nos mostrará únicamente -y seremos mostrados- a personas que han elegido esas opciones. Siguiendo con las opciones no-monógamas, deberemos marcar si estamos solteros, somos pareja de alguien o si estamos casados. Si bien es obligatorio que las cuentas sean individuales -igual que ocurre con Bumble y Tinder-, OkCupid nos da la opción de vincular nuestra cuenta a la de nuestra pareja -en caso de tenerla y en caso de desear vincularla-, para que cuando alguien visite nuestro perfil o el perfil de nuestra pareja, pueda acceder al otro perfil mediante un enlace que sale en la descripción. Estos modos de vincular cuentas con parejas también lo he visto en la aplicación Feeld dirigida a "sexualidades no-normativas". Posteriormente, podemos añadir hasta 6 fotos a nuestro perfil. Siguiendo las reglas de las políticas de OkCupid, es obligatorio aparecer en todas las fotografías, y está prohibido el contenido en el que no se nos vea la cara -porque no la mostremos o porque la foto sea de un primer plano demasiado cercano-, u otros elementos en los que no aparezcamos nosotros -mascotas, niños, memes, textos, contenido pornográfico o desnudos, etc.-.

OkCupid nos propone rellenar una descripción nuestra en una cajita igual que se puede realizar en otras aplicaciones, una especie de carta de presentación, que, si bien en Tinder podía dejarse vacía, al menos cuando intenté crear mi cuenta en OkCupid no había posibilidad de dejar este apartado vacío. Por otro lado, OkCupid nos propone una batería de varias preguntas -yo respondí 25 pero pueden ser cientos- a responder de manera opcional -podemos no responder ninguna, algunas o todas-, para "conseguir tu *match* perfecto" en palabras de la propia aplicación. Las respuestas a las preguntas modelan el perfil de personas que nos pueden salir, y OkCupid ofrece un porcentaje de afinidad según las respuestas de los usuarios a las preguntas respondidas y donde podemos ver de qué manera han respondido a las mismas preguntas que nosotros -en la versión de pago pueden verse las respuestas a preguntas que no hayamos respondido también- y que pueden ayudar a modular las elecciones y me gusta de las personas. A continuación, dejo un listado de varias preguntas que me encontré:

1. ***¿Creés que es importante tener una conexión emocional antes que una física?*** *– Sí / No*

2. ***¿Más o menos cuánto tiempo querés que dure tu próxima relación?*** – *Una noche / De un par de meses a un año/ Varios años/ El resto de mi vida*
3. ***¿Qué tan importante es la religión/Dios en tu vida?*** – *Extremadamente importante / Algo importante /No es muy importante / No es importante en absoluto*
4. ***¿Estás preparado para sentar cabeza y casarte en este momento?*** – *Por supuesto / De ninguna manera / Casarme sí, pero sentar cabeza no / Casarme no, pero sentar cabeza sí*
5. ***¿Te gusta hablar de política?*** – *Sí / No*
6. ***¿Te parece importante el signo zodiacal de un match?*** – *Sí / No*
7. ***¿Cuál de estas opciones describe mejor tus opiniones políticas?*** – *Liberal-Izquierda / Centro / Conservador-Derecha / Otro*
8. ***¿Qué posibilidades hay de que vivas en España toda tu vida?*** – *Muy probable / Un poco probable / No es probable*
9. ***¿Tenés más de un trabajo?*** – *Sí / No*
10. ***¿Deberían haber más reglamentaciones que garanticen la equidad de género en los espacios de trabajo en España?*** – *Sí / No / No opino*
11. ***¿Qué pensás de Pedro Sánchez?*** – *Lo apoyo / No soy fan*
12. ***¿Podrías salir con alguien muy desordenado?*** – *Si / No*
13. ***En tu relación, ¿esperas que las tareas domésticas se repartan por igual?*** – *Sí / No*
14. ***¿Qué preferís ser?*** – *Normal / Raro(a)*
15. ***En tu relación, ¿esperás que las tareas domésticas se repartan por igual?*** – *Sí / No*
16. ***¿Tenés trabajo?*** – *Sí, tengo un trabajo de jornada completa / No / Trabajo media jornada / Soy estudiante*
17. ***¿Es saludable sentir celos en una relación?*** – *Sí / No*
18. ***Elegí la mejor actividad romántica***: *- Besarse en París / Besarse en una carpa, en el bosque*
19. ***¿Cuál de los siguientes tipos de inteligencia valorás más?*** – *Lógica-Matemática / Social-Interpersonal / Visual-Artística*
20. ***¿Solés preocuparte por cosas sobre las que no tenés control?*** – *Sí /No*
21. ***¿Te gustan las películas de terror?*** – *Sí /No*
22. ***Si no hacés nada en todo el día, ¿cómo te sentís?*** – *Bien / Mal*
23. ***¿Son aspirante a actor/actriz/artista/escritor(a) u otro tipo de arte?*** – *Sí / No*

24. ***¿Con qué frecuencia hablás con honestidad sobre tus sentimientos?*** *– Siempre / Con frecuencia / Rara vez / Nunca*
25. ***¿Le dirías "te amo" a alguien que nunca has conocido en persona?*** *– Sí, si se siente bien / No, primero necesito tener esa conexión física*

Los filtros de edad, género y geolocalización parecerían a priori, por el modo en el que se presentan estas aplicaciones de contacto, los únicos elementos que hacen que puedan aparecernos perfiles de otros usuarios a la hora de usar estos servicios. Sin embargo, diferentes trabajos han recalcado la importancia de la curadoría algorítmica en el diseño de las aplicaciones de contacto que parten, no solo de esquemas socioestructurales previos, sino que pueden ayudar a reproducirlos (Duportail, 2019; Parry et al., 2024; Johnson et al., 2023; Albury et al., 2017). Del mismo modo, a pesar de la existencia de estos algoritmos, como veremos más adelante, los usuarios de las aplicaciones también aprenden a usarlos de determinadas maneras como parte de su experiencia aprendida en el uso de aplicaciones (Lasén, 2019), resultando en estrategias para romper con las dinámicas que a priori ofrecerían estos algoritmos o, al contrario, aprovechándolas a su máximo. El uso estratégico de las aplicaciones y el aprender a "burlar" o a "dirigir" los algoritmos de las aplicaciones de contacto con diversos objetivos sexoafectivos son cuestión recurrente tanto en redes sociales y foros -lugar donde las personas ponen sus experiencias en común- como en temas que tocan los *coach* de la seducción o del amor.

Judith Duportail (2019) en su libro *"*El algoritmo del amor*"* se sorprendía precisamente porque a lo largo de su investigación descubre que los algoritmos de Tinder se basan en diversos elementos personales y sociales que jerarquizan a sus usuarios y usuarias, otorgándoles puntuaciones diferentes y planteando el grado de deseabilidad de cada uno y la probabilidad en la que aparezcan al resto de usuarios, sumado al elemento de la geolocalización. Así, si bien parecería en inicio que únicamente la orientación sexual y la geolocalización son las que podrían incidir en qué personas nos aparecen, los algoritmos detrás del diseño de las apps son las que realmente "cortan el bacalao" a la hora de establecer los parámetros de probabilidad de que dos perfiles aparezcan mutuamente y tengan probabilidad de éxito -o *match*-. Si bien el trabajo de Duportail (2019) se centra en la aplicación Tinder, parecería ser, siguiendo lo dicho por ella, que Bumble también goza del mismo algoritmo, y si bien no tenemos información relativa al algoritmo de OkCupid, podemos pensar que el funcionamiento de esta app también sea similar.

Siguiendo con lo recogido por Duportail (2019) en el caso de Tinder, esta aplicación otorga una serie de puntuaciones a sus usuarios dependiendo de diversas variables: género, edad, nivel educativo, los estudios que hemos realizado y el trabajo que tenemos, el nivel socioeconómico, atractivo, intereses culturales, género, orientación sexual, etc. ¿Cómo consiguen las aplicaciones estos datos? Mediante la información que rellenamos de nosotros mismos en nuestros perfiles, las fotografías que se utilizan en las aplicaciones, las redes sociales que a las que se vinculan (Spotify, Instagram, Facebook), las conversaciones privadas que tenemos en los chats, la información de las personas a las que les damos *like,* las personas a las que ignoramos, y viceversa, y un largo etcétera. Todo este conglomerado de datos que la aplicación extrae de lugares diversos sirve no solo para otorgarnos puntuaciones, sino también para establecer parámetros de similitud, una suerte de "burbujas" algorítmicas entre personas que podrían ser afines, aunque por supuesto porosas.

Si una persona con una puntuación previamente alta es ignorada por una con puntuación más baja, automáticamente la puntuación alta de esta persona baja. Si una persona de puntuación más alta da *like* a una de más baja, aumenta la puntuación de la segunda persona, esto es, su deseabilidad aumenta dado que ha sido positivamente valorada por una persona en una posición superior. Esos elementos que generan puntuaciones posibilitan la aparición o desaparición de maneras prioritarias en Tinder, o pueden relegar a alguien al "final de la lista" penalizándola. Ahora, esas puntuaciones se reestablecen también de manera constante, reformulándose en cada interacción usuario-usuario, y se componen de otros elementos relativos al diseño del propio algoritmo, la información que sigamos compartiendo en la aplicación y la que dejemos de compartir. En realidad, estas puntuaciones en muchas ocasiones tienen cierta semejanza con ciertas dinámicas que ocurren en el mundo *offline*: nuestro valor social, por decirlo de alguna manera, puede aumentar cuando llamamos la atención, somos cortejados o tenemos una relación con una persona a la que se otorga mayor nivel social -por ejemplo, el atractivo o el nivel adquisitivo-.

Por ejemplo, la investigadora Jessica Pidoux entrevistada por Duportail (2019), hace referencia al diseño del algoritmo en su valoración desigual de hombres y mujeres, siguiendo las desigualdades y asimetrías de género que se reproducen socialmente y que se transmiten a la arquitectura de la propia aplicación. A los hombres (parece que) les aparecerán prioritariamente mujeres con niveles educativos inferiores o con sueldos inferiores; a las mujeres les aparecerían, en principio, varones con mayor nivel educativo o mayores sueldos, siguiendo una lógica hipergámica asociada a ellas en el terreno sexoafectivo. Pero también estos algoritmos realizan triajes con otros elementos en común y que posibilitan cierta

homogamia, como ya he mencionado: la ideología, el entorno cultural, los valores, etc. Con todos esos datos, Tinder -y otras aplicaciones- pueden intuir con alta probabilidad, nuestra ideología, raza, clase social, y demás cuestiones que puedan incidir a la hora de mostrarnos a unos perfiles y, no a otros. Cuando Duportail (2019) habla con los representantes de Tinder para su trabajo de investigación, estos admiten esos procesos de triaje y puntuación en sus algoritmos, sin embargo, indican que se basan puramente en elementos empíricos para diseñarlos (pag. 109). La construcción de las relaciones sexoafectivas mucho tiene que ver con la estructura y la reproducción de clase, de desigualdades, y de asimetrías de género, tal y como se ha podido ver a lo largo del capítulo 2 de este trabajo, en referencia al modelo monógamo burgués de familia nuclear y división sexual del trabajo.

La dinámica es similar en el uso de algoritmos en todas las aplicaciones. Además de la información recolectada por la app de manera "indirecta" -nuestras conversaciones, fotografías, información extraída de nuestras redes sociales asociadas, etc.-, los sistemas de etiquetado -trabajo, educación, género e identidad sexual, música, *hobbies*, deportes, etc.- ayudan a dirigir los algoritmos hacia personas que comparten elementos similares o que son compatibles con dichos elementos. En el caso de Bumble, por ejemplo, las respuestas a las preguntas abiertas ayudan a dirigir, aún más, esos algoritmos nutridos mediante sistema de etiquetado e información recolectada previamente. En este punto OkCupid resulta interesante precisamente por las largas baterías de preguntas que aporta: en Reddit he encontrado hilos referidos a que OkCupid es "mejor", según la opinión de algunos usuarios, a la hora de buscar pareja estable precisamente porque el sistema de grandes baterías de preguntas permite afinar aún más las preferencias sobre las personas que puedan interesarnos sexoafectivamente. La obligatoriedad de rellenar ciertas etiquetas -como el tipo de relación que se busca- en OkCupid permite por un lado asegurar, de algún modo, los objetivos con los que se usa la aplicación de contacto, aunque también puede constreñir cierta fluidez a la hora de conocer gente. En los siguientes epígrafes incidiré de qué maneras los usos de las aplicaciones y sus algoritmos afectan a elementos relacionados con la homogamia, el género, o la mononormatividad en dicho sentido.

Por último, y para cerrar este apartado, cabría realizar una mención a la cuestión relacionada con las aplicaciones de contacto y su modo de financiarse, y que también tiene efectos sobre sus usos. Todas estas aplicaciones pueden utilizarse de manera gratuita, sin embargo, al pertenecer a grandes empresas -tanto Match Group como Bumble juegan en bolsa-, hay un interés comercial por parte de éstas en lo que respecta a su propio crecimiento económico. Por un lado, la recolección de datos que hacen de nosotros mismos, en forma de metadatos,

y su posterior venta y tráfico son parte de los modos en los que los usuarios trabajamos para estas empresas de manera gratuita (Lasén, 2019). De este modo, el aumento del volumen de usuarios, así como del tiempo de uso de la aplicación son parte de los objetivos de estas empresas, logrados mediante un diseño gamificado y un sistema de recompensas -a base de *likes* y la espera de futuros *matches*, en la interminable lista de posibles pretendientes-. Por otro lado, estas aplicaciones, en su versión gratuita, tienen ciertas limitaciones que solo se pueden solventar mediante el pago de diferentes servicios concretos o un sistema de suscripciones: desde el pago de *boost*[65] o *Super Likes*[66], a suscripciones mensuales de diferentes niveles. En el caso de las suscripciones, por ejemplo, estas pueden permitir -según el nivel y la cuantía pagada-, desde el poder visualizar los perfiles que previamente nos han dado "me gusta" -en vez de esperar a hacer *match*-, hasta poder utilizarlas en modo incógnito, poder dar más *like* y visualizar más perfiles -las versiones gratuitas tienen un límite- o ampliar la ratio de kilómetros de distancia para visualizar a otros usuarios, el aumento de funcionalidades como *Boost* o *Super Like,* etc. En general, las posibilidades que ofrecen las diferentes versiones de pago vendrían a "mejorar" la experiencia de usuario, permitiendo un uso más dirigido y, se supone, más "exitoso" de la aplicación, cuanto menos mediante su promesa. El pago de servicios sería una suerte de modo de "solventar" las problemáticas que se derivan de la estructura social, como la penalización de nivel de atractivo o del estatus socioeconómico, en otras. Por último, la publicidad también está presente dentro de estas aplicaciones de contacto, siempre dirigida a cada usuario siguiendo lo que los algoritmos concluyan de cada perfil. En mi caso -y me imagino que será algo bastante común-, eran regulares los anuncios de empresas de VTC -*Uber, Cabify, Bolt,* etc.- así como de *delivery* -*Glovo, Uber Eats*, etc.-. De manera resumida, en términos de Wilken et al (2019), estas aplicaciones gozan de un modelo

[65] *Boost*, aumentar o impulsar en inglés, es el término que se utiliza en el mundo de las aplicaciones de contacto para "mejorar" la posición de un perfil en el sistema de puntuaciones algorítmicas anteriormente mencionado. Estas aplicaciones permiten mejorar la visibilidad de un perfil, durante un tiempo determinado, mediante el pago de dicho servicio. También existen suscripciones mensuales que posibilitan un *boost* en ciertos días, franjas horarias o tiempo determinado.

[66] Un *Super Like* es una función dentro de las aplicaciones de citas que permite a un usuario mostrar un interés destacado en otro perfil. A diferencia del "me gusta" habitual, el *Super Like* indica que el usuario está especialmente interesado en conectar con esa persona, y a la segunda persona se le muestra de manera previa que ha sido "Super Likeada" por el otro usuario. El hecho de saber que has gustado mucho a otro usuario aumentaría, en principio, las probabilidades de dar un "me gusta" de manera recíproca. Los Super Likes son limitados -por ejemplo, en la versión gratuita de Tinder se dispone de 1 al mes-, por lo que las aplicaciones permiten su compra así como la suscripción de planes que incluyen más Super Likes.

"freemium", una mezcla entre las versiones gratuitas en las que nuestros datos son moneda de cambio, y las versiones de pago que aumentan sus recaudaciones.

3.4.2 Rasgos sociotécnicos de las aplicaciones de citas

3.4.2.1 ¿Homogamia?

Como se ha indicado con anterioridad, la homogamia -y la hipergamia en el caso de algunas mujeres- es parte de la construcción de las relaciones de pareja en un modelo -el del matrimonio burgués y monógamo- que sustenta la reproducción de clase. No solo en términos estrictamente racionales de búsqueda del mantenimiento de la posición social, sino que nuestros propios deseos y subjetividades (Lauretis, 1996) así como las expectativas están influidas por factores sociales. Tanto a la hora de formalizar pareja, como a la hora de conocer personas con objetivos sexoafectivos más o menos casuales, también nos movemos en ambientes más o menos similares. En la vida "analógica", las personas se mueven en ciertos círculos sociales, acuden a ciertos bares y discotecas, escuchan a determinados grupos de música, tienen objetivos y expectativas laborales concretas, pertenecen a una clase social y a un barrio, han acudido a unos y otros colegios, etc. Los ambientes en los que nos movemos nos enseñan a desear de maneras concretas, a sujetos y objetos concretos, y en caso de no cumplir con dichos preceptos, también se generan una serie de censuras para intentar reencarrilar y domesticar ese deseo.

Las aplicaciones de citas, frente a ponernos en una piscina de perfiles solo mediada por la localización -lo cual ya de por sí implica desigualdades de clase y raciales teniendo en cuenta la desigualdad territorial-, mediante sus algoritmos pretenden "imitar" el mundo offline ante la gran cantidad de usuarios que tienen, y hacer parecer "cosa del destino" y parte del juego del deseo y del amor (Mackinnon, 2022) la probabilidad del establecimiento de *matches*.

¿Son inamovibles las fronteras sociales y culturales establecidas en las aplicaciones de contacto? En realidad, las apps y sitios de contacto, aunque solo fuera por la diversidad de personas que se encuentran en un mismo espacio, permitirían contactos más diversos que otros espacios no digitales, pero la realidad de los usos muestra que esa posibilidad no se actualiza y se siguen reproduciendo las situaciones de homogamia que contribuyen a configurar qué consideramos deseable y qué no. El diseño de los algoritmos de algún modo racionaliza, facilita y hace productiva la búsqueda de contactos sexoafectivos, centrándose

en lo que los usuarios marcan como prerrequisito, sean o no conscientes de ello. Sin embargo, siempre hay margen, y en el conocimiento que se adquiere de los usos de internet, las personas también aprenden a "burlar" o a rehacer los parámetros -al menos en cierta parte- de lo que nos ofrecen los algoritmos (Albury et al., 2017).

En el mundo analógico podemos realizar un esfuerzo específico para "cambiar" de entorno y encontrarnos personas diversas: cambiar de barrio, de lugares por los que salir, intentar juntarnos con amigos de amigos que no pertenecen a nuestra cotidianeidad y ambiente, apuntarnos a *hobbies* nuevos o no comunes en nuestro contexto cercanos, etc. Sin embargo, este trabajo *offline* para cambiar de entorno se presenta dificultoso en muchas ocasiones: desde el requerimiento de desplazamientos, a superar barreras socioeconómicas -el pago de entradas en discotecas mucho más exclusivas, conocer cuáles son los lugares en los que se mueve otra gente, tener una motivación concreta para hacer o intentar estos esfuerzos, etc.-. Cuando hablamos de aplicaciones de contacto, sin bien los algoritmos pueden dirigir nuestras preferencias, el cambiar ciertos parámetros y datos pueden facilitar -o al menos no limitar- el conocer únicamente a un tipo de personas: desde las imágenes que compartimos, nuestras descripciones o incluso comenzando a dar "me gusta" a personas diferentes a las que comúnmente solemos dar *like*. Por otro lado, dependiendo de *qué* es lo que se busca, la homogamia también puede verse reforzada o debilitada: cuando las personas buscan sexo casual, puede darse cierto relajamiento sobre el contexto social de los contactos que se buscan, poniendo por delante otros elementos como el atractivo, la cercanía, la facilidad para concertar una quedada, o incluso la propia fantasía relativa a quedar con una persona diferente de nuestro entorno. Cuando lo que se busca tiende a ser una relación más estable, los criterios de búsqueda se aprecian más estrictos en muchas ocasiones, cumpliendo con lo relativo a la homogamia o incluso a la hipergamia en el caso de algunas mujeres. En las siguientes páginas intentaré, mediante mi trabajo de campo, ejemplificar estas ideas ahora mencionadas. La experiencia de la siguiente entrevistada nos puede ser de ayuda para comprender los modos en los que cambian los criterios para el contacto sexoafectivo dependiendo de si se buscan situaciones más casuales o estables:

> "como a los seis meses de yo dejar esa relación y con una niña muy pequeña y además una niña, pues era muy como yo digo, muy dependiente (…) Entonces el conocer a una persona para mí era muy complicado y decidí descargármela. La aplicación de nuevo. Pero en este caso volvemos otra vez al no querer una relación seria, sino al decir yo ahora mismo acabo de salir de una relación con el padre de la niña. Entonces solamente voy a utilizar Tinder para tener relaciones esporádicas y ya está. (…) Yo

de hecho mi presentación o cuando ya empezaba a confiar en la persona, lo primero que le decía es que tenía una niña pequeña y que y que yo lo único que quería era pasarlo bien. O sea, yo quedaba con gente única y exclusivamente para divertirme. Entonces abres mucho también el ámbito. Por ejemplo, yo empecé a relacionarme con gente mucho más joven o mucho más mayor. Gente de otros ámbitos que no, porque en mi cabeza no los visualizaba como pareja. Entonces esa época fue muy divertida (…) yo cuando empecé a tener sexo casual con gente de Tinder, no me importaba que fueran mucho más jóvenes que yo. Pero, por ejemplo, cuando ya empecé a focalizarme en querer tener una relación un poco más estable, pues subes el perfil, subes el rango de edad (…) cuando solamente buscaba sexo casual, me daba igual que vinieran desde Torrelodones o ir yo a Aranjuez o donde fuera. Claro, cuando ya quieres conocer más a una persona, vamos a acotar los kilómetros. Por favor, que no salga de la zona de Madrid"

Alicia, 30-34, bisexual, soltera

Tal y como nos muestra esta entrevistada, el no querer buscar una relación estable y utilizar la aplicación para "divertirse" y tener experiencias casuales posibilitaba el atreverse a conocer a personas diferentes. Romper con ciertas normas sexuales asociadas a la sexualidad "buena" y socialmente aceptada, como la edad (Rubin, 1984/1989) se volvía posible al intentar buscar experiencias casuales, que además regularmente escapan del control social de nuestro entorno al no estar institucionalizadas como ocurre en el caso de las parejas estables. De la misma manera, la búsqueda de sexo casual también le permitía a la entrevistada el relajarse en cuanto a las distancias, conociendo a personas situadas de manera más lejana. Una de las estrategias que los usuarios pueden usar en el caso de las aplicaciones de contacto para aumentar y modelar el tipo de perfiles que les pueden aparecer o a los que pueden aparecer es, por ejemplo, el de modelar sus cartas de presentación -sus propios perfiles- cambiando las imágenes y descripciones o cambiando el sistema de etiquetado (Albury et al. 2017). Al cambiar estos elementos, tanto los propios algoritmos como la perspectiva de otros usuarios pueden cambiar. En el siguiente fragmento podemos apreciar los resultados de estos cambios según la experiencia de una entrevistada que decidió retirar las fotografías de su perfil:

"yo de hecho tuve una época en la que me frustré mucho porque al final yo ponía un tipo de fotos en mi perfil que yo muchas veces decía a lo mejor no, no me no estoy transmitiendo lo que yo realmente soy y los *match* que recibo son de gente que, si me vieran otros ámbitos de mi vida, pues no me daría *like*. Entonces opté por hacerme

un perfil sin fotos de mi cara, sino simplemente con fotos de cosas que me gustaban de libros. Un perfil anónimo que también te dejaba la opción. Y estuve durante un tiempo (…) manteniendo mi biografía con mi nombre, mi edad, todo, mis preferencias. Quité mis fotos e hice como una especie de yo de mi propio experimento de decir a ver si cambiaba el tipo de *match* que yo tenía con un perfil anónimo. Y me sorprendió muchísimo, porque claro, ¿qué ocurre aquí? Que hay muchísimos chicos que por defecto dan *likes* a todos los perfiles. Entonces ellos dan *likes* a todos y luego de los *match* que tienen van seleccionando. Entonces claro, si eres una chica de 32 años sin fotos, te da un poco igual porque vas como a la aventura y te dicen: "¿hablas?". Entonces, claro, a mí me pareció curioso que tenía más, hacía más número de *match* sin fotos que con fotos, pero única y exclusivamente era por este motivo porque los chicos con los que llegué a hablar me confirmaron que es que daban *like* a todo. Entonces, claro, esto te genera también un fenómeno que a mí me ha parecido curioso y es como lo típico que te pasaba en el cole de eh, no me gusta fulanito, pero te han dicho que tú le gustas a él y de repente empiezas a decir uy, pues no está tan mal. Pues a estos chicos que se pensaban que era real porque yo sí que les había dado *like* conscientemente. O sea, yo vi a un chico que a mí su perfil me gustaba. Yo les daba *like* y ellos lo habían dado por inercia, pero automáticamente su cabeza decía 'eh, pero a esta chica le gusto ya'. Entonces eso les hacía como cambiar (…) eran chicos que no tenían nada que ver conmigo. Y al final me lo quité por eso, porque veía que, que no había un fin bonito, ¿no? (…) cuando no pones tus fotos, automáticamente asumen de que vas a ser un perfil de piba. Es como, no sé. Horrible. No. Como esta tía no sube sus fotos porque se ve a sí misma como tal, entonces tus expectativas están súper bajas. Y cuando de repente quedas y te dicen 'no, pues no está, está mal'. (…) Me pareció curiosa esa época porque conocí a gente muchísimo más interesante y sin embargo con fotos mías más explícitas o más provocativas o tal al final el tipo de perfil que atrae es gente que no va contigo".

Alicia, 30-34, bisexual, soltera

En este fragmento la entrevistada nos indica que, solo gracias a cambiar las fotos, el tipo de *match* que obtuvo en Tinder cambió directamente. Quitar su cara fue una manera de "aparecerle" a personas diferentes a las que le aparecía antes, y un modo de ampliar los horizontes de sus experiencias en las quedadas. El quitar las fotos y sustituirlas por imágenes

de libros no quitó a la entrevistada la oportunidad de tener experiencias casuales -su objetivo inicial-, pero conoció gente más variada que el tipo de hombre con el que se encontraba anteriormente. Sin embargo, cabe recordar, que la posibilidad de crear perfiles sin fotos del rostro no existe en otras aplicaciones como OkCupid o Bumble, por lo que solo en Tinder sería posible jugar con el algoritmo de esa manera. De este modo, los términos y políticas de uso de las aplicaciones también modulan, mediante sus exigencias o restricciones, el tipo de usuarios que pueden conectar o dejar de hacerlo.

En mis usos con Tinder, ese aprendizaje de "guiar" en parte al algoritmo también ha sucedido, aunque siempre eres consciente de algunas restricciones o rigideces que vienen dadas por los datos que previamente tienen de ti. Cuando era estudiante de grado en la universidad, tenía una cuenta bastante "estándar", aunque asociada a Facebook -al principio era obligatorio- con todos los datos que Tinder podía extraer de ti a través de la red social. Una chica blanca y delgada de veintipocos, en las que salía en fotos guapa -muy guapa-, alguna en bikini -para enseñar cacho- o con amigas -para transmitir que soy una persona normal, existo, tengo amigas-. Tenía cuidado de no sobrepasarme el límite de edad superior -demasiadas historias de terror entre amigas sobre "lo babosos que son los mayores que se fijan en jóvenes" y además "los treintañeros son viejos" [sic]-, la ratio de distancia la situaba en 20km y poco más. En aquella época -inicios del *boom* de Tinder en España a mediados de la década de 2010- el hecho de tener Tinder asociado a Facebook hacía que cada vez que te aparecía una persona, te indicaba cómo de cercano a algún amigo tuyo de Facebook era en caso de haber alguna "cercanía" -Fulanito es amigo de tu amigo Menganito, o Fulanito es amigo de un amigo de tu amigo Menganito, estableciendo los contactos en una jerarquía tipo "1er" "2º", etc.-, del mismo modo que LinkedIn te muestra ahora el nivel de cercanía de tus contactos hacia otro usuario. El mostrar esa "cercanía" hacia otros usuarios era una manera de asegurarte que se trataba de personas de verdad, con sus vidas y cercanos a tus amigos, nada de supuestos depredadores o perfiles falsos (Byron et al. 2021), aunque también valía para lo contrario, precisamente, para evitar conectar con amigos de amigos en caso de preferirlo. Además de las fotos del perfil, como ya he mencionado, podías nutrir tu cuenta con más información: yo simplemente indicaba que estudiaba en Somosaguas[67] , y en la descripción tenía la frase "Juan Magán vive la lucha sigue", extraída de una pintada de mi

[67] El campus de Somosaguas de la UCM, donde está ubicada la facultad de Ciencias Políticas y Sociología -a pesar de que hay más facultades y carreras universitarias-, era conocido precisamente por ser un lugar de izquierdas y políticamente activo, donde había fiestas y mucho ambiente universitario dentro del circuito universitario madrileño. Indicar Somosaguas como lugar de estudios en Tinder implicaba una especie de filtro o etiqueta que ya denotaba muchos datos sobre una persona en muchas ocasiones.

facultad que simplemente me hizo gracia. A pesar de mostrar que estudiaba en Somosaguas, y la frase referente a Juan Magán[68] que denotaba un mix entre la fiesta y una ideología de izquierdas, mi información no era suficiente como para establecer grandes filtros sobre el tipo de perfiles de otros contactos que me aparecían y a los que era mostrada. Me encontré un poco de todo, aunque en líneas generales cortados por similares patrones sociales: en general, hombres y mujeres blancos, estudiantes de universidad o recién graduados y de ideologías variadas. Me encontraba chicos con fotos de yates que vivían en Pozuelo y *punkis* que estudiaban en mi facultad, estudiantes de enfermería que representaban una feminidad más normativa, y chicas muy feministas y con una estética "del rollo", propia de los entornos de izquierda y feminismo alternativo. Al final, mis gustos previos -la gente a la que daba me gusta y lo que Tinder rescataba de Facebook y otra información mía que pudiera disponer- y algunas conversaciones con objetivo de "abrir el horizonte" que no dieron fruto, llevaron al algoritmo a mostrarme a gente de mi ambiente cultural más próximo de manera prioritaria y que, en efecto, me atraía: gente progresista o alternativa, estudiantes universitarios, y especialmente de carreras de ciencias sociales y humanidades. Ninguna sorpresa, eran el tipo de gente que me podía encontrar en la facultad o en los entornos que frecuentaba fuera de la universidad -okupas, bares, festivales, etc.-, algunas personas habían ido a mi facultad y conocían a amigos míos, o habían estado en el mismo aula que yo unos años atrás, hasta me encontraba a personas que conocía personalmente -varias personas y en ocasiones diferentes, en una ciudad de 3,2 millones habitantes como la que es Madrid, y con un radio de distancia de más de 20Km lo cual acaparaba municipios colindantes-. En este punto Tinder me ofrecía "ver", "conocer" y "conectar" con gente que puede que hubiera podido conocer de otro modo -puede que no-, pero en un escaparate, recopilados, recogidos para observarlos desde mi propio móvil y desde el lugar en el que yo estuviera. Por supuesto, también cabía la opción de conocer gente de entornos similares pero que no implicaran ninguna conexión directa con conocidos, precisamente porque hasta en las ciudades grandes las "burbujas" tienden a ser bastante amplias: jóvenes de otros campus, barrios o ciudades, con gran cercanía cultural e ideológica, y con vidas muy similares a las mías.

He reflexionado mucho sobre cómo, mediante las aplicaciones de contacto, se le puede abrir a uno el horizonte de poder ligar con gente -o cuanto menos conocerla- que de otras maneras quizá no hubiera sido posible. Sin duda, la homogamia que ofrece el algoritmo es parte de su éxito, y parte también de lo que buscan los usuarios, aunque no sean conscientes de ello en

[68] Para quien no lo conozca Juan Magán es el inventor por excelencia del electrolatino.

muchas ocasiones. Como ya he dicho mediante mi propia experiencia, a pesar de que yo no buscara pareja cuanto utilizaba Tinder, y a pesar de que no diera excesiva información en mi perfil -todavía no había disponible un sistema de etiquetas-, el algoritmo rápidamente aprendió de mis gustos y supo mostrarme al tipo de personas que me atraían, que en mi caso sí que eran personas similares a mí. A pesar de mi experiencia, tanto entrevistados como amigos han realizado también una suerte de "turismo" sexoafectivo mediante las aplicaciones, accediendo a entornos diferentes, aunque rara vez con el objetivo de buscar una pareja estable, y más por el placer de conocer personas diferentes para tener citas, sexo casual o algún ligue con cierta continuidad. Quizá en lo que a la búsqueda de parejas estables se refiera -y no a sexo casual exclusivamente-, las únicas excepciones a esta homogamia en el mundo de las aplicaciones las he apreciado en aquellas personas que han nacido en entornos más obreros y que, a pesar de una trayectoria social "ascendente" -estudiar en la universidad, tener trabajos que requieren titulación superior, etc.-, siguen manteniendo un grupo de amistades de su entorno de origen, están en contacto con personas de diferentes estratos sociales y sus parejas sexoafectivas, más formales o casuales, participan también de esa variedad de entornos. Los usuarios, en dichos casos, mantienen "gustos" más diversos -en términos de clase, racialización, etc.-, y los algoritmos aprenden de ellos mostrando personas de diferentes entornos.

A medida que pasaban los años, mi experiencia y la de mi entorno era la de que en las aplicaciones de citas te encontrabas "lo mismo todo el rato". Siempre quedaba la opción de cambiar de aplicación -pasar de Tinder a Bumble, o a OkCupid, o probar otras aplicaciones diferentes-, pero si bien podía plantearse cierta novedad inicial, la sensación tendía a ser la misma después de un tiempo de uso. Tras empezar mi tesis doctoral a finales de 2019, volví a abrir mi cuenta de Tinder -junio de 2020-, como parte de mi trabajo de campo y en el que me presentaba como investigadora predoctoral. En mi descripción ponía mi objetivo de realizar observaciones etnográficas y que buscaba realizar entrevistas -informales, mediante el chat de la *app*, o más formales en formato conversatorio-. Lo que me sorprendió -luego no tanto, tras reflexionarlo-, era que el perfil de personas que me aparecerían en Tinder cambiaría respecto de mis usos anteriores: empezaron a aparecer personas que eran doctoras, o estudiantes de doctorado, o altos funcionarios y funcionarias del Estado. Automáticamente, de una burbuja más o menos amplia de un determinado grupo cultural, pasé a otra burbuja donde las clases medias con estudios superiores y en trabajos más intelectuales -o que habían requerido de un gran esfuerzo intelectual como en el caso de los funcionarios- eran abundantes. La ideología de las personas que aparecían ya no era

necesariamente "tan" de izquierdas como previamente me había ocurrido, ahora el vector que guiaba a los usuarios a los que les aparecía -y que me aparecían- era aquel relativo al trabajo y los estudios. También me veo en la obligación de decir que mis *match* fueron anecdóticos, nada comparado con el modo en el que usaba Tinder previamente: mi presencia como investigadora y no como usuaria limitaba el interés de las personas presentes. Intenté convencer a algunos usuarios para realizar entrevistas, pero nadie quiso participar, más allá de responderme algunas preguntas respecto de los usos de la app mediante el chat que son parte de las observaciones (auto)etnográficas que ahora estoy plasmando.

En esta época donde comencé mi trabajo de campo también debemos situar otro evento que fue clave en la explosión y boom de las aplicaciones de contacto: la pandemia global por Covid-19. Durante la pandemia, muchos de quienes fueron más rezagados a la hora de utilizar previamente aplicaciones de contacto, decidieron comenzar a utilizarlas. Mucha gente estaba deseosa de quedar o conocer gente nueva a pesar de las restricciones, o matar el tiempo que nos relegaba al encierro del hogar y romper con la dinámica y las rutinas estrictas a las que nos vimos sometidos, conociendo personas de manera online. Durante el confinamiento, Tinder puso la opción de poder realizar videollamadas, y posibilitó el conectar con gente que estaba en ciudades lejanas o en otros países -en la versión gratuita de la app no es posible conectar con ciudades lejanas-, puso juegos -un nivel más allá de gamificación- para poder conocer gente de otras maneras más allá del *swipe*, y estableció salas por afinidades para encontrar personas a las que les interesaban cosas concretas -*gamers*, amantes de la música, amantes de la naturaleza, deportistas, implicados políticamente, etc.-, a la vez que estableció y progresivamente amplió su sistema de etiquetado. La gamificación del diseño de la *app* llegó a unos niveles antes no conocidos.

En este estado de cosas, opté por quitar de mi descripción del perfil de Tinder que era estudiante de doctorado, y simplemente puse en la biografía "investigando sobre nuevas dinámicas y cuestionamientos de las relaciones sexoafectivas". También probé a cambiar las fotos: de aquellas en las que salía más seria y sosa -era mi prejuicio sobre lo que una investigadora debía ser y cómo debía mostrarme-, puse fotos en las que me veía bien y salía con amigos, buscaba transmitir la imagen de una chica normal de veintitantos también constreñida, aburrida y algo deprimida por la pandemia. Amplié el rango de edad de los 20 a los 40 años, aunque por lo general me salían personas de entre 25 y 35, y la ratio de distancia a 40km. En este punto empezó a aparecerme más gente variada, del modo del que me habían aparecido previamente en un momento años atrás. Me dediqué a dar "me gusta" indistintamente a todo tipo de personas, y el algoritmo de la aplicación comenzó a mostrarme

de vuelta una gran variedad de perfiles. Cuando hacía *match*, les comentaba a las personas que estaba haciendo un trabajo sobre cómo la gente usaba Tinder para la tesis, huyendo de ponerme excesivamente pedante, y preguntaba si les gustaría aportar algo por el chat -ni yo me encontraba con fuerzas para conseguir entrevistas en profundidad llegada a un punto de agotamiento mental por pandemia-.

Cuando creé mi perfil en Bumble para el trabajo de campo -nunca utilicé esta aplicación de manera personal-, lo hice de manera más escueta. Inicié sesión con mi número de teléfono, no vinculé ninguna red social, y solo incluí una foto: una foto mía tomando una copa de vino en la boda de una amiga. Además de indicar en la biografía que estaba investigando para este trabajo, fui comprobando las diferentes funcionalidades de etiquetado. Comenzando por no poner etiquetas, y posteriormente, añadiendo información sobre mí que iba alternando para probar el perfil de personas que aparecían: creencias religiosas, tipo de relación que buscaba, *hobbies,* deportes que practicaba, estudios, trabajo, etc. Al igual que en Tinder, los cambios en el etiquetado, parece -pues nunca se tiene la certeza al 100%-, hace que unos perfiles prevalezcan sobre otros. En general, cuando apenas incluía información había una variedad más amplia de hombres y mujeres que aparecían, pero no obtenía muchos *matches*. A medida que completaba mi perfil con las preguntas y respuestas y el etiquetado, el obtener *matches* se volvía más fácil. De hecho, las propias indicaciones y recomendaciones que da la propia aplicación de Bumble es el rellenar el perfil y poner "*al menos 3 fotografías para obtener más matches"*. Por tanto, nutrir de información nuestra a la aplicación -y trabajar gratis para ella dándole nuestros datos (Lasén, 2019)-es una manera, no solo de dirigir el algoritmo hacia perfiles afines, sino de mejorar nuestro propio perfil en la aplicación. Esto puede hacernos pensar que cuanta más información aportemos en forma de datos, Bumble -y el resto de las aplicaciones-, mejorarán nuestra posición. Al final, el profesionalizar el perfil -sea para la búsqueda de la pareja, sea para la búsqueda de mero sexo casual, o para hablar con personas de manera online-, mejorando nuestras fotografías y aumentando la información que aportamos se vuelve una "ventaja" en el mercado sexoafectivo de las aplicaciones.

Otro aspecto interesante relativo a Bumble es la posibilidad de búsqueda de acuerdo con un sistema de filtros, elemento que por ejemplo Tinder no disponía anteriormente y que luego incluyó[69]. El sistema de filtros de búsqueda de Bumble se reparte entre los "filtros básicos"

[69] Tinder en su página web se comparaba con Bumble jactándose de no tener una búsqueda por filtros de la siguiente manera: "*A diferencia de plataformas como Bumble, en Tinder no filtramos los perfiles según la altura, la formación académica, la etnia o la religión: los datos demográficos no definen a una persona. Creemos que todo el mundo se merece visibilidad y dar el primer paso, sea cual sea su identidad. En nuestra app, te encontrarás con todo tipo de personas. Ya te encargarás tú de decidir con quién quieres chatear*". https://tinder.com/es-ES/about Sin embargo, a pesar de que no hayan

en su versión gratuita -edad, distancia, verificación, idiomas e intereses-, y los "filtros avanzados" en su versión de pago -altura, nivel de estudios, ideología, si realizan deporte, si consumen alcohol, si son fumadores, religión, signo zodiacal, expectativas de las citas, etc.-. Estos filtros, especialmente los avanzados, pueden agudizar preferencias preexistentes propias de un contexto de desigualdades estructurales, y favorecer fenómenos como la homogamia y la hipergamia.

En el caso de la aplicación OkCupid, la obligatoriedad de respuesta de algunas preguntas -tipo de relación que se busca, si se busca una relación monógama o no, etc.- o la obligatoriedad de rellenar con algo de información nuestra descripción otorga más datos a la aplicación, no solo mejorando nuestra posición, sino que facilitando cierta homogamia, acrecentada además si respondemos a las largas baterías de preguntas -opcionales- que servirán para guiar al algoritmo a la hora de mostrarnos perfiles. Cuando creé mi perfil en OkCupid me di cuenta de ello, porque además los apartados que eran obligatorios de rellenar, las propias políticas indican que mentir en dichos apartados estaba penalizado con el cierre de la cuenta.

Si bien Tinder tiende a cierta homogamia, tal y como hemos visto, el cambiar ciertos elementos o poner fotos anónimas -como el caso de la entrevistada cuyo extracto he mostrado más arriba- o no rellenar la descripción facilita de alguna manera un "vacío" que puede permitirnos conocer gente más variada. Sin embargo, Bumble y OkCupid, mediante unas políticas más estrictas -obligatoriedad de aparecer en las fotos, más información que se ha de compartir, el tener que verificar obligatoriamente la cuenta a petición de Bumble, etc.- pueden tender de mayor manera a cierta homogamia. De todos modos, las versiones premium -de pago- tanto de Tinder como de Bumble mediante su búsqueda por filtros -educación, altura, religión, etc.- hace que la homogamia pueda reforzarse. Este refuerzo mediante los sistemas premium demostraría que la gente estaría dispuesta a pagar -y las aplicaciones ofrecen dicho servicio- mediante una búsqueda más "profesionalizada" en términos de afinidad de clase y entorno sociocultural, facilitando la reproducción de clase mediante la búsqueda de parejas, siguiendo las lógicas heteronormativas y mononormativas de las relaciones. En el caso de OkCupid, la versión gratuita ya ayuda a dirigir esa homogamia mediante el sistema de infinitas preguntas y respuestas, y posteriormente la versión de pago

actualizado la web (a diciembre de 2024), sí dispone de filtros de búsqueda similares a los de Bumble en su versión de pago mediante la funcionalidad "Discovery Premium".

se utilizaría exclusivamente para poder dar más "me gusta" y facilitar el contacto con más personas -al igual que en las otras aplicaciones-.

A pesar de que los algoritmos se nutran de nuestra información, su propio diseño a partir de supuestos datos empíricos, tal y como indicaba Tinder a Judith Duportail (2019), reproduce desigualdades a la hora de mostrarnos perfiles. Por ejemplo, el hecho de mostrar nuestras propias imágenes -obligatorio en Bumble y OkCupid y lo más común en Tinder, aunque no obligatorio- ya es toda una serie de información para nuestros algoritmos. En todos mis años de utilización de Tinder de manera personal, así como de Tinder, Bumble y OkCupid a la hora de hacer trabajo de campo, rara vez me ha salido una persona gorda entre los perfiles que me ofrecían las aplicaciones. Del mismo modo, si bien vivo en un barrio del sur de Madrid con mucha migración, los algoritmos apenas me filtran personas no blancas residentes, especialmente latinoamericanas, que es el mayor volumen de personas migrantes de mi entorno (Peinado y Grasso, 2024). Las únicas personas racializadas que en Bumble, Tinder y OkCupid me han aparecido de manera regular eran *expats* -aparte de los *expats* blancos-, personas con estudios superiores que vivían en Madrid por trabajo y que provenían de países más ricos que España -EEUU, Francia, Alemania, Reino Unido, Arabia Saudí, Qatar, etc.-. En segundo lugar, personas racializadas autóctonas, pero con estudios superiores. En dicho sentido, hay una clara marca en términos de estratificación en la intersección entre clase social y racialización que excluye a ciertas personas de mi perfil (Noble, 2018). Del mismo modo, a pesar de que ocurriera alguna vez al inicio de mis usos, apenas han aparecido por mi perfil personas de clases pudientes que no fueran de entornos culturales similares a los míos. Tal y como indicaba, durante el trabajo de campo sí que me aparecieron altos y altas funcionarias del Estado, investigadores o personas que se dedicaran a las ciencias sociales, pero no era común -o no tan regular- el encontrarme a consultores de las *Big Four*, médicos/as, abogados/as o personas con profesiones altamente remuneradas.

Por otro lado, el hecho de que Bumble y OkCupid se muestren como aplicaciones "feministas" y basen parte de su marketing en ello, además de las obligaciones de compartir cierta información y etiquetado, pueden reforzar la homogamia como se ha comentado. Dicha obligatoriedad de compartir información en parte obedece a la necesidad de contrarrestar ciertos peligros que tienen que ver con el abuso y la violencia sexual hacia las mujeres, como la necesidad de obtener mayor información de contexto de los pretendientes que conocen online (Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021), pero esa información puede acabar reforzando la homogamia: sea porque los algoritmos estén diseñados para reforzarla

mediante sus puntuaciones o también por los propios usos que hacen los usuarios de la aplicación.

Si bien yo no he analizado la aplicación Grindr, varios entrevistados y amigos la han utilizado regularmente desde hace tiempo. En el caso de Grindr, por ejemplo, no hay sistema de *swipe* y *match*, y los perfiles de los usuarios con los que se puede contactar aparecen en un mosaico ordenados por distancia en metros. Este diseño de Grindr, por ejemplo, rompería con el diseño algorítmico y los tipos de perfiles que aparecen en las aplicaciones analizadas para este trabajo, y permiten conocer a gente más variada, dependiendo exclusivamente del entorno geográfico en el que nos encontremos. Es verdad, por otro lado, que Grindr, al estar dirigido a un público de hombres que buscan contactar con hombres, principalmente para tener contactos sexuales casuales y rápidos, muchos usuarios declaran la imposibilidad de usarlo para buscar pareja o incluso para hacer amigos (Byron et al. 2021). Por otro lado, esta falta de filtrado de la arquitectura algorítmica de Grindr, sin embargo, también puede implicar una serie de resultados negativos, como los insultos y mensajes racistas, plumofóbicos o gordofóbicos, para lo que Grindr tuvo que hacer una campaña en 2018 con el objetivo de frenar estas expresiones en la aplicación (Plaza López, 2018). No solo las apps para ligar sino que otras redes sociales, como TikTok, usan filtros algorítmicos precisamente para frenar y delimitar este tipo de manifestaciones.

En cualquier caso, resulta interesante apreciar el modo en que las agencias compartidas (Latour, 2008) entre aplicaciones, algoritmos y usuarios, pueden reforzar, por un lado, y ayudar a limitar, por otro, las dinámicas sociales en las que estamos insertos. Como se verá en los siguientes epígrafes, no solo la homogamia, sino que elementos estructurales relativos al género, la heteronormatividad, y la mononormatividad, también se ven afectados de la misma manera por estas agencias compartidas entre usuarios y aplicaciones de contacto.

3.4.2.2 Usos generizados de las aplicaciones

La socialización diferenciada de género y su relación con la sexualidad, tal y como se ha visto a lo largo del capítulo 2 de este trabajo, tiene sus reverberaciones en el uso de las aplicaciones de contacto. Sea por usos diferenciados de acuerdo con el género por acción de las personas, sea por las posibilidades técnicas que ofrezcan las propias aplicaciones, nos encontramos con una serie de elementos que por un lado reproducen asimetrías, y por otro lado permiten su contestación.

En primer lugar, nos encontramos con una primera diferencia sustancial entre hombres y mujeres en el uso de las aplicaciones para ligar: la gran diferencia en el volumen de usuarios y de usuarias que se ha mencionado anteriormente, donde el número de hombres es mucho más amplio que el de mujeres. A ello hay que sumar otros elementos relacionados con el género: por lo que veremos, las mujeres son mucho más selectivas a la hora de dar "me gusta" a perfiles concretos que los hombres, por lo que es común que, en las interacciones entre hombres y mujeres, sean ellas las que acumulen más *match* con los que comunicarse. Estos dos elementos -mayor volumen de varones y mayor selectividad por parte de las mujeres- genera situaciones tales como que ellas acumulen más *match* con los que interactuar en aquellas interacciones que se dan entre hombres y mujeres. Trabajos como el de Tyson et al. (2016) confirman mediante diseños experimentales también estas diferencias, a las que han sumado encuestas a los usuarios de Tinder sobre su nivel de selectividad (Tyson et al., 2016: 7), y obteniendo datos como que el 59% de las mujeres a las que se encuestó -en el caso de Londres-, estimaban que daban me gusta a menos del 10% del total de perfiles que se encontraban, mientras que en el caso de los hombres, solo el 9% eran tan selectivos dando *like* a menos del 10% de perfiles que se mostraban. Esta estrategia respondería al deseo de maximizar las probabilidades de hacer *match*, con el conocimiento de fondo, además, de la gran desigualdad numérica presente entre varones y mujeres en las aplicaciones.

Estos datos sobre la selectividad y el cribado a la hora de escoger perfiles, también confirmados por varias entrevistadas, resuenan también fuera de las pantallas de los *smartphone*: los mandatos de género masculinos harían que los hombres reafirmaran su masculinidad y su valor como hombres mediante el aumento de contactos sexuales, elemento que entraría en contradicción con los mandatos de la feminidad, que si bien en la actualidad valoran la sexualidad femenina, siempre quedaría subsumida a la masculina, y sujeta a cierta penalización en caso de sobrepasar límites y fronteras difusas sobre lo que implica ser una "buena mujer". Además de ello, las mujeres no se enfrentarían únicamente a ser señaladas o penalizadas por mostrarse sexualmente activas y asertivas, sino que también deben enfrentar el miedo -tanto socialmente instaurado como el riesgo real- de violencia sexual en el encuentro cara a cara, así como de situaciones de agresividad y acoso en las interacciones mediadas previas tanto dentro de la misma *app* como a través del móvil, por parte de desconocidos[70]. Estos miedos justificados no se dan únicamente en el contexto de las

[70] La violencia sexual que sufren las mujeres, tal y como se ha visto en el capítulo 2 de este trabajo, es un hecho constatado. Sin embargo, el miedo al peligro sexual muchas veces se personifica en la figura del hombre desconocido, cuando los datos demuestran que estas violencias se dan en la mayoría de las ocasiones por parte

aplicaciones de contacto: desde desconfiar de hombres que se acaban de conocer hasta adquirir cierta información y confianza o conocer parte de su entorno, el preferir no utilizar servicios como las webs para compartir coches[71], o escoger conductores de Uber de acuerdo con la nota que tienen, son parte de las estrategias variadas que las mujeres siguen para hacer frente a potenciales peligros. La siguiente entrevistada, muestra precisamente estas reticencias al uso de aplicaciones por la incomodidad -miedos, vergüenza, etc.- que le generan:

> "Lo he pensado, pero me da palo, no sé, quizá un día, de momento estoy bien, puedo conocer gente cuando salgo, siempre hay alguien".
>
> Marta, 30-34, heterosexual, divorciada

Este elemento relativo a los potenciales peligros de quedar con hombres desconocidos puede ser parte de los motivos por los que las mujeres utilicen en menor medida las aplicaciones de contacto, además de como dice esta entrevistada, si mediante otros medios cara a cara les es fácil ligar. Si bien encontramos marcadas diferencias entre el volumen de usuarios y el de usuarias en las aplicaciones de citas, no me ha sido posible encontrar trabajos o estudios previos que traten de manera específica las motivaciones por las cuales las mujeres utilizan en menor cantidad estas aplicaciones. De manera indirecta, sin embargo, quizá una de las respuestas pueda radicar, además de los miedos al acoso o a la violencia sexual, en las expectativas diferenciadas de uso de acuerdo con el género. Diferentes trabajos muestran que las motivaciones de uso de las aplicaciones de citas difieren en muchas ocasiones entre hombres y mujeres, donde ellos parecen puntuar en una medida muy mayor en la búsqueda de contactos sexoafectivos más casuales que ellas (Tyson et al., 2016; Lopes y Vogel, 2019), lo cual necesariamente no esté reñido con que ellos también puedan desear buscar situaciones sexoafectivas más estables o románticas, amistades, charlar un rato o mirar perfiles. La visión de las aplicaciones de citas, desde la perspectiva de las mujeres, como un espacio "muy sexual" o donde se cometen faltas de respeto, tal y como recogen Lopes y Voguel (2019) comparándolo con la perspectiva de los varones, puede hacer que sume en la menor motivación de ellas a la hora de usar este tipo de aplicaciones. Estos hechos también son tratados en diferentes hilos de foros[72], donde las mujeres cuentan sus experiencias y

---

de hombres del entorno -parejas, amigos, conocidos, etc.-, como se puede apreciar en la Macroencuesta de Violencia Contra la Mujer 2019 (Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género).

[71] Si bien no es el caso de la mayoría de mi entorno, he conocido mujeres que no se sentían cómodas utilizando servicios como Blablacar para compartir coche con hombres por los peligros que podía entrañar.

[72] https://www.quora.com/What-are-the-reasons-why-women-dont-like-dating-apps https://www.reddit.com/r/OnlineDating/comments/14syc25/girls_why_dont_you_use_dating_apps/?rdt=34711

motivaciones respecto de por qué prefieren no utilizar las aplicaciones de citas: desde quienes desean evitar experiencias de acoso o la recepción de mensajes "inadecuados", la imposibilidad de conocer hombres con objetivos románticos a medio-largo plazo más allá de experiencias de sexo casual, o el sentirse abrumadas ante la gran cantidad de hombres que hay en las aplicaciones y la dificultad para "seleccionar los adecuados" son parte de estos relatos. Estas explicaciones encontradas en foros en muchas ocasiones se encuentran sustentadas sobre usos previos de las mujeres de las aplicaciones de citas -a las cuales deciden no volver- o sobre la experiencia de amigas de su entorno que generan efecto sobre sus decisiones y reticencias.

Las tensiones entre el placer y el peligro que enfrentan las mujeres, como decía Carole S. Vance (1984/1989), parten en muchas ocasiones de una serie de aprendizajes y estrategias que también se acaban trasladando al contexto de los contactos en las aplicaciones. Desde el recurso al contacto con amigas y comunicación sobre las quedadas (Byron et al., 2021) que he tratado anteriormente, la generación de públicos íntimos entre amigas que utilizan las aplicaciones (Petrychyn et al., 2020), así como el decidir quedar en lugares públicos, o la obtención de más información de contexto de los potenciales ligues que pueda aumentar la confianza (Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021), son estrategias que permiten superar ciertas barreras para muchas mujeres. Cuando yo comencé a utilizar Tinder con 22 años, al principio tenía muchísimo miedo de encontrarme en alguna situación de riesgo, miedo que superé de a poco y que nunca llegó a desaparecer del todo. Si bien en mis primeras quedadas sentí grandes nervios, con el tiempo aprendí a relajarme y, en efecto, a ser muy selectiva con el tipo de personas con quien quedaba. A base de experiencia aprendí qué tipo de personas me inspiraban confianza, y especialmente en el caso de los hombres, qué tipo de hombres me transmitían buen rollo, qué tipo de conversaciones hacían que me sintiera más segura, y me gustaba conocer ciertos datos sobre ellos -ambientes que frecuentaban, cosas que hacían con sus amigos, etc.- que me transmitieran cierta tranquilidad; siempre enviaba la ubicación o avisaba a alguna amiga de con quién había quedado, e incluso en varias ocasiones llegué a pasar el número de teléfono y el nombre de la otra persona, "por si las moscas". A pesar de haber utilizado Tinder de manera intermitente a lo largo de varios años, nunca me he atrevido -ni creo que me atrevería hoy por hoy- a quedar con alguien -sea hombre o mujer- en un lugar que no fuera público hasta tener cierta confianza y continuidad en las quedadas.

https://www.reddit.com/r/OnlineDating/comments/p44awl/why_do_men_outnumber_women_on_dating_apps/

Cuando he hablado de estas cuestiones con amigos y amigas, independientemente del género, la gran mayoría coinciden en lo relativo a estos hechos relacionados con el miedo. El peligro asociado a las personas desconocidas, sin embargo, en el caso de los hombres heterosexuales y de las mujeres que quieren quedar con mujeres, en muchas ocasiones viene asociado a la posibilidad de que esa persona desconocida sea *un hombre* que esté suplantando una identidad femenina y les pueda hacer daño, o a una persona *desequilibrada* -mujer u hombre- que sea peligrosa; en cualquier caso, en dichas excepciones los miedos siguen siendo por norma general muy inferiores a aquellos que sienten las mujeres a la hora de quedar con hombres. Las únicas excepciones que he visto en este sentido en muchas ocasiones son las de hombres que regularmente quedan con otros hombres, en aplicaciones como Grindr, donde el sexo casual y rápido son parte de la lógica de dicha aplicación -al igual que de la cultura gay asociada al sexo casual-, y donde la acumulación de experiencias casuales, mejores o peores, pueden hacer disipar la desconfianza[73] o priorizar la cuestión relativa al placer por delante del miedo. Incluso en dichos casos, los hombres que quedan con otros hombres recurren a veces a estrategias ante potenciales peligros, tal y como indica este entrevistado:

> "A día de hoy, cuando quedo con alguien por Grindr, me desaparezco. Por favor. Me encanta que esto quede grabado y quizá en los borradores de mi correo (…) estará apuntado con quién es la última persona con la que he quedado. Tendréis ahí el nombre y una foto del asesino"
>
> Xosé, 35-39, gay, en pareja abierta

Identificamos así que parte de los miedos hacia las personas desconocidas, más que a "lo desconocido" como tal, se trata en muchas ocasiones de miedo a que haya varones que se comporten de manera agresiva o violenta. Este aspecto muestra los modos en los que se vinculan la masculinidad y la violencia, donde su potencial ejercicio y uso está asociado a los varones como parte de su mandato de género (Segato 2018; hooks, 2021). El reconocimiento de este aspecto, de la relación entre masculinidad y la potencial violencia, también está en conocimiento de los propios hombres que buscan mujeres en las aplicaciones de citas, haciendo que en ocasiones modulen sus propias formas de presentación, sus mensajes o las

[73] Sobre el miedo a las agresiones sexuales en los entornos gays del sexo casual he hablado mucho con mis amigos que frecuentan dichos ambientes. En muchas ocasiones llegamos a conclusiones tales como que en estos ambientes en efecto se producen agresiones sexuales -especialmente en aquellos casos donde hay drogas de por medio- con cierta frecuencia, pero el miedo percibido, o incluso el malestar posterior a una agresión, pueden verse mermados por no haber una retórica del miedo, que sí existe en el caso de las mujeres, o ninguneado precisamente por no ser una cuestión regularmente señalada. Creo que en los debates actuales sobre consentimiento (Serra, 2024; Angel, 2021) van a tener mucho que decir las experiencias de estos hombres con el sexo y los abusos y agresiones que se dan.

maneras de organizar citas para evitar que sean leídos como peligrosos y puedan inspirar confianza (Albury et al., 2021).

Otra manera en la que las mujeres aumentan su nivel de confianza hacia los hombres que ven en las aplicaciones de citas es atendiendo a los perfiles que la aplicación les muestra, prestando especial atención a las descripciones de los usuarios, las fotografías aportadas y las etiquetas que tienen. Tal y como decía una entrevistada, los hombres darían "me gusta" indistintamente a cualquier perfil, mientras que ella leía atentamente las descripciones de los que se encontraba. Este hecho, declarado por la entrevistada, también suele venir en muchas ocasiones en los consejos que los *coach* de la seducción o de la búsqueda de pareja dan a hombres y a mujeres, así como en las guías de las propias aplicaciones, argumentando que sus posibilidades aumentan al tener perfiles más completos. La mayor selectividad de las mujeres (Tyson et al., 2016) en este caso se vería dirigida hacia perfiles de usuarios masculinos -o de otras usuarias- que tienen perfiles completados que ofrecen una mayor información de contexto sobre la otra persona (Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021) y generan una mayor confianza a simple vista, de manera previa a dar siquiera "me gusta". Esto nos muestra que frente a la exclusiva mediación de la imagen en las aplicaciones de contacto (Illouz, 2020), otro tipo de información relativa a la persona también se vuelve importante, y en muchas ocasiones, queda por encima de cuán atractiva se vea una persona en sus fotos. Esto conecta con formas previas a lo digital en la selección de parejas, y con la existencia de riesgos asociados a la masculinidad y a la desigualdad de género, que podemos encontrar en generaciones anteriores, de nuestras abuelas y bisabuelas, acerca de la necesidad de no fijarse solo en el atractivo de los varones, o en sus recursos materiales, sino en observar bien su conducta, si eran o no agresivos, si bebían, cómo se comportaban con sus madres, como estrategias para intentar buscar un marido adecuado.

El hecho de dar más "me gusta" por parte de los hombres, y la mayor selectividad de las mujeres, ha sido un factor que las aplicaciones han aprovechado también para sus planes de suscripción. Por lo general, además de las funciones *boost* y el aumento de *Super Likes* ofrecidos por los planes de pago, otra de las características de estos planes es, por un lado, el poder saber quién ha podido darnos *like* de manera previa y, por otro lado, el aumentar la cantidad de me gusta que podemos dar a los perfiles. Si bien los planes de pago sirven indistintamente a hombres y a mujeres, en mi trabajo de campo solo he encontrado a hombres que suscribían dichos planes de pago, o al menos solo hombres han declarado hacerlo. En el trabajo de Rochat et al. (2023), que parte de datos secundarios de un trabajo previo (Rochat et al., 2019) sobre Tinder con una muestra de 1159 personas de habla inglesa,

reclutadas a través de redes sociales, y usuarias de esta aplicación, las conclusiones son claras: si bien solo el 8,8% de su muestra suscribía planes de pago, el 80% de esos suscriptores eran hombres. De este modo, la suscripción se vuelve una manera para los hombres de poder aumentar su posición algorítmica, aumentar los me gusta que puedan dar y adelantarse a saber qué mujeres han podido darles me gusta a ellos de manera previa. En este punto, estas diferencias en el volumen de mujeres disponibles en las aplicaciones y el pago por poder acceder a más mujeres o facilitar el poder ligar con ellas recuerda en parte a la práctica de las discotecas -ya en desuso- donde los hombres debían pagar entrada, pero las mujeres no. Las únicas referencias relativas al pago de suscripciones por parte de mujeres las he visto en las recomendaciones de las *coach* que "ayudan" a buscar el amor -y la pareja estable- en las aplicaciones, donde el pago vendría a facilitar el acceder a hombres que cumplen con ciertos "criterios y estándares" concretos. La siguiente entrevistada reflexiona sobre estos aspectos relativos a las suscripciones de pago desde una perspectiva de género:

> "yo pienso que siendo en este caso, sí que hay ahí un sesgo o cierto sexismo, porque siendo mujer ya tienes ciertas ventajas que los hombres no tienen (…) A mí, por ejemplo, yo no lo tenía de pago, pero sí si tenía muchos *likes* ese día me salía "tienes una hora de super no sé qué". O sea, me regalaban cosas que te daban [con el plan] de pago. Entonces, como en otras aplicaciones tipo Badoo pasaba exactamente lo mismo sin ser de pago. Si eres hombre tienes que pagar para mandar un mensaje. Yo siendo mujer puedo escribir a todo el mundo o incluso otras que son todavía más atroces, como Adopta Un Tío en la que el tío no puede hacer absolutamente nada y está a la merced de que tú le des *like*, de que le hables. Entonces, teniendo esa posibilidad, dices ¿para qué? ¿Para qué vas a pagar?
>
> Alicia, 30-34, bisexual, soltera

Las asimetrías de género mencionadas generan, por un lado, que las mujeres tiendan a coleccionar más *match* de lo que hacen ellos, al ser ellas más selectivas, pero recibir más me gusta, en un entorno donde hay muchos más hombres. A esto hay que añadir que las dinámicas de cortejo generizadas hacen que los hombres tiendan a dar el primer paso en muchas ocasiones, "abriendo" el chat. Esto, por lo que he podido hablar con usuarias a través de las aplicaciones, pero también en la experiencia de algunas entrevistadas, mis amigas y la mía misma, genera situaciones desequilibradas: mujeres que de golpe se sienten abrumadas porque muchos hombres las están saludando tras haber hecho *match*. Ellos, por el contrario, se sienten frustrados porque sienten que, a pesar de conseguir *match* -muchos menos que

ellas-, se les "escapan de las manos" si no son ingeniosos e inteligentes para conseguir llamar la atención de ellas. Pasada la barrera de conseguir un *match*, para muchos hombres se vuelve problemático el poder comunicarse con las mujeres. Si bien estas frustraciones por parte de ellos son legítimas, repetidas regularmente en redes sociales como X o TikTok, algunos sectores de la manosfera aprovechan estos hechos para culpar a las mujeres, y al feminismo, de sus dificultades para conocer mujeres, tener sexo o formar parejas, llegando a extremos como el de los *incels*[74]. De hecho, es común encontrarse perfiles de hombres en las aplicaciones de citas donde en sus descripciones indican, con cierto tono de enfado y hastío, fórmulas similares a "*para qué me das like si luego no vamos a hablar*", o, por otro lado, otras más amables como "*quien haga match es el primero en hablar*". En estas situaciones y actitudes comunes se ve también operar la asimetría de género y los mandatos de masculinidad, en la reprobación masculina de la falta de respuesta de las mujeres y en su prontitud a ser ellos quienes definan la situación, lo que se debe o no hacer.

Estas asimetrías que parece que hacen más fácil el acceso al contacto con fines sexoafectivos a las mujeres respecto de los hombres, son exclusivamente la cara B de las desigualdades de género en lo que se refiere a libertad sexual y a las dinámicas de cortejo preestablecidas. Si bien los cambios sociales han facilitado en nuestro contexto una mayor libertad sexual a las mujeres y el reconocimiento a su deseo, se les sigue señalando por mostrarse sexualmente activas y asertivas respecto del sexo en muchas ocasiones, o ellas parten de cierto miedo a mostrarse de dicho modo de primeras ante posibles censuras o señalamientos por parte de ellos (Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021).

Los hombres no son los únicos frustrados ante la dificultad de hacer *match* y conocer mujeres. Las experiencias de mujeres que buscan contactar con mujeres, en muchas ocasiones, muestran también esas dificultades a la hora de dar el primer paso, en esta ocasión enfrentando a una mujer frente a otra, a tientas de la espera de quién pueda iniciar una conversación tras hacer *match*. Esto que llamo *match silenciosos* entre mujeres en las aplicaciones de citas, muy comentados con amigas y con las chicas que pude hablar a través de las aplicaciones de contacto para este trabajo, los nombro así precisamente porque hay cierto parón a la hora de iniciar una conversación y "comenzar a ligar" entre ellas, elemento que nos muestra el modo en que las normas de género operan en el cortejo. Si a los hombres se les socializa en la actividad, así como en la iniciativa sexual, a las mujeres se les socializa en lo contrario, esto es, en la pasividad, y estas dinámicas se trasladan al cortejo entre mujeres.

[74] Incel, del inglés "*involuntary celibate*", célibes involuntarios. Como movimiento difundido en internet de hombres que culpan a las mujeres y a la igualdad de no poder acceder al mundo sexoafectivo.

No es algo exclusivo de las aplicaciones de contacto: las dudas de las mujeres sobre si pueden gustar a otra o si "solo está siendo amable" también ocurren regularmente en el cara a cara. En el siguiente fragmento podemos apreciar parte de estas tensiones en el cortejo entre mujeres:

> "Es verdad que desde que nadie te habla, lo típico que haces *match* y si tú no hablas una sensación de aquí no va a pasar nada. La conversación es como bastante sensible y sí me ha pasado, por ejemplo, que esto no sé si entra en lo mismo, pues de estar hablando, por ejemplo, escribir yo primero. Hablar un poco y pues de decir, 'vale, quedamos' y que luego no pase nada, nunca. Como esa inacción, no sé (…) a veces incluso en una cita no tienes claro si estás en una cita tampoco o estás tomando algo con una amiga"
>
> Maialen, 30-34, lesbiana, soltera

Este tipo de problemáticas asociadas al cortejo, generalmente, suelen solventarse por parte de las mujeres adquiriendo cierta experiencia, aprendiendo a seducir y a mostrarse interesadas, aunque con cierto cuidado y equilibrio sobre las reacciones que pueden generar sobre sus interlocutores. Si en el caso de las mujeres que quedan con mujeres esto parte de "aprender a ligar", compartir ciertos códigos que otorga la experiencia y la socialización en el mundo sáfico, y el riesgo a la penalización puede ser más bien pequeño, cuando las mujeres se enfrentan al cortejo con hombres no tiene por qué ser necesariamente así. Si ellas dan el primer paso, muchos hombres pueden sentirse halagados, pero al mismo tiempo, la experiencia con la penalización que pueden sufrir por parte de la masculinidad por mostrarse activas implica en muchas ocasiones cierto cuidado, equilibrio y control de daños preventivo, y aprender a leer el tipo de hombres a los que se enfrentan, sin garantías certeras. Por ello, vuelvo sobre el hecho de la importancia de requerir información de contexto para muchas de ellas, cuanto menos para saber adelantarse a cómo pudieran reaccionar los hombres en caso de mostrarse activas o interesadas, y no únicamente ante el potencial peligro sexual.

Conscientes de estas dinámicas, y en su afán por mostrarse como una aplicación *woman friendly*, Bumble establece que sean, en los *match* formados entre hombres y mujeres, ellas las que den el primer paso. De este modo, ellas no se verían obligadas a responder a mensajes que les llegaran de manera abrumadora y, sobre todo, no tendrían que enfrentarse a reclamaciones por parte de hombres ante la inacción de ellas. En mi propia experiencia -y en la de muchas otras mujeres-, en más de una ocasión me he visto reclamada por no haber respondido a un mensaje de saludo en el caso de Tinder. La dinámica establecida por Bumble,

de este modo, daría la vuelta a las normas generizadas de cortejo, y supondría cierta ruptura haciendo que ellas den el primer paso. Los hombres con los que he podido hablar sobre su experiencia en Bumble, tanto a través de la aplicación como con amigos que la han utilizado, se han mostrado sin embargo ambivalentes respecto de este hecho. Por un lado, hay quienes muestran cierto alivio de no tener que dar el primer paso, sin embargo, otros reclaman el hecho de que en muchas ocasiones las mujeres únicamente comienzan las conversaciones con un escueto "hola" o con un GIF dejando el peso de la conversación de nuevo sobre ellos, y volviendo a reestabilizar las dinámicas de género. Por no hablar de quienes argumentan que los *match* en muchas ocasiones desaparecen, dado que la aplicación los borra una vez pasadas 24 horas si no hay conversación, esto es, si ellas no han dado el primer paso y han dejado "morir" el *match*. Una de las aportaciones de los planes de suscripción de Bumble, en este caso, es que los hombres, si pagan, pueden "alargar" los *match* durante 24 horas más, alargando el tiempo que posibilita que ellas les saluden, por lo que el pago se vuelve de nuevo una manera en la que los hombres intentan solventar las problemáticas derivadas del volumen de hombres y de mujeres de las aplicaciones, así como de las dinámicas de género que se transmiten en las mismas. En una nueva actualización de primavera de 2024, puede que como estrategia frente a las grandes pérdidas económicas que las aplicaciones están teniendo desde 2023, entre las que se encuentra Bumble (Sánchez, 2024), la aplicación realizó cambios en su principal rasgo definitorio, a saber, aquel en el que las mujeres debían dar el primer paso tras un *match*. Parece ser que, como respuesta a las peticiones de usuarias, ante lo molesto de verse obligadas a dar el primer paso de manera sistemática (The Buzz, s.f.), Bumble desarrolló una nueva característica llamada *Opening Moves* [Movimientos de Apertura]: la posibilidad de elegir hasta tres preguntas -por ejemplo, *¿Destino de vacaciones de tus sueños?* - o una fotografía para que, tras hacer *match*, los hombres puedan responder directamente, sin necesidad de que las mujeres den el primer paso, a esa fotografía o a alguna de las preguntas. Esto nos muestra, por un lado, la perduración de las dinámicas de cortejo generizadas, aunque también el enfrentamiento a la obligatoriedad constante de tener que dar el primer paso por parte de las mujeres en el diseño de esta aplicación, hecho también conflictivo en muchos casos y que algunos podrían interpretar como poco horizontal.

Si bien estas dinámicas que he ido mencionando en las últimas páginas parecieran mostrar únicamente aspectos que refuerzan o reproducen las asimetrías de género en los contactos mediante las aplicaciones, también se pueden encontrar situaciones en las que las aplicaciones han ayudado y facilitado, especialmente en el caso de muchas mujeres, a una mayor libertad

y privacidad a la hora de manejar su vida sexoafectiva (Hobbs et al., 2017; Petrychyn et al., 2020) y que la siguiente entrevistada explicita a partir de su experiencia:

> "una vez que empiezo con la vorágine de trabajar, que claro, ya cuando empiezo con mi primer trabajo es cuando me descargo la primera aplicación, o sea, mi primer trabajo de ocho horas de aburrida, de estar en la oficina y estar ahí como un mero entretenimiento, de decir me aburro y lo hago. Y luego sí que ahora, a raíz de lo de la niña, evidentemente, pues no tengo vida social. Es como la manera más fácil y además que soy una persona tan metódica de. Es decir, solamente tengo esta posibilidad, es decir, solamente tengo X fin de semana libre o X horas a la semana. Entonces si no me lo gestiono, digamos por, por WhatsApp o por Tinder, es imposible coger, salir con amigas y decir voy a ligar porque es que a estas alturas no se liga. O sea, se puede ligar, pero yo cuando salgo con amigas no estoy pendiente de conocer a otra gente. Estoy pensando en lo que me cuentan mis amigas, en disfrutar con ellas, en bailar (…) los jueves por la tarde es como el jueves. Mis amigas lo llamábamos como el jueves, no como el jueves, porque era como ese día. (…) era mi única manera de evasión a lo largo de toda la semana, porque yo estaba toda la semana con un bebé, llegaba el fin de semana, estaba con mi bebé, aunque quedara con amigos. Pero mi único momento de yo sentirme, por decirlo de alguna manera, mujer o sexualmente deseada, era ese día y ese día que era, con gente que conocía [en las aplicaciones] y que era todo muy fortuito. A veces salía bien y a veces no salía tan bien. Claro, cuando es algo tan rápido y tan con todo tipo de perfiles"
>
> Alicia, 30-34 bisexual, soltera

Esta entrevistada, por ejemplo, nos muestra el modo en el que las aplicaciones le permitieron, por un lado, gestionar el tiempo ante la vorágine del trabajo a jornada completa en primer lugar, y posteriormente, el criar a una hija. El poco tiempo que tenía libre de ocio, prefería dedicarlo a sus amigas, por lo que conocer gente con objetivos sexuales y sentirse deseada eran algo posible gracias a las aplicaciones de contacto. Si bien las experiencias se planteaban en ocasiones mejores y en ocasiones peores -al igual que puede ocurrir en la vida *offline* con el sexo casual-, la sexualidad se volvía parte de un ocio dedicado a ella misma.

En el siguiente extracto de otra entrevistada, la cual nunca ha utilizado una aplicación para ligar, las experiencias sobre el sexo casual también se muestran variadas, atribuyendo las problemáticas a "cómo son los hombres".

> "A ver también te digo que hay tíos geniales, pero algunos se lo tienen creído, son unos infantiles (…) ahora mismo no me imagino teniendo novio, prefiero cosas más casuales, pero hasta para eso para difícil encontrar uno decente a veces (…) también te digo que me imagino siendo madre por mi cuenta tal y como están las cosas"
>
> Marta, 30-34, heterosexual, divorciada

Al contrario que la otra entrevistada que tenía una hija y utilizaba aplicaciones para ligar, esta entrevistada conocía a sus ligues principalmente a través de amistades de amistades en contextos de ocio y fiesta. Este hecho, al parecer, a veces implicaba situaciones "graciosas" según sus propias palabras, en la que dos ligues suyos podían coincidir en una misma quedada, lo cual a veces le suponía tener que gestionar ciertas tensiones, aunque nunca especialmente problemáticas. Su entorno, al parecer, no censuraba estos hechos ni se sentía criticada por ello.

Sin embargo, puede que por falta de entorno con el que ligar -hay grupos de amigos que por edad, preferencias, falta de tiempo o el desarrollo de la vida familiar ya no frecuentan estos ambientes de ocio y fiesta que son un lugar predilecto a la hora de conocer gente-, o porque ese mismo entorno pueda censurar a mujeres si se muestran sexualmente activas y promiscuas, o por mera cuestión de dedicación de tiempo, algunas sigan prefiriendo optar, o en parte opten, por el recurso de conocer a gente mediante las aplicaciones de contacto. De este modo, las aplicaciones pueden aportar una mayor facilidad y privacidad para ciertas mujeres respecto de su entorno previo en lo que se refiere a la asertividad sexual (Gómez-Urrutia y Tello-Navarro, 2024), permitiéndoles no estar sometidas al control o al conocimiento de su entorno en caso de desearlo.

La posibilidad de conocer gente de manera individual mediante las aplicaciones, fuera de otros espacios donde puede haber cierto control del grupo más cercano, o información relativa al contexto de cada una, les posibilita a muchas mujeres el ser directas, además de poder delimitar aquellos elementos relativos a su vida privada que prefieren no compartir. Tal y como mostraba una entrevistada del trabajo de Hobbs et al. (2017), y una de las entrevistadas para este trabajo, por ejemplo, el ser madre requiere en muchas ocasiones de

ciertas delimitaciones -poner límites previos sobre las quedadas, comunicar que solo se desea de manera previa tener sexo, etc.- y privacidad, que puede ayudar a solventar señalamientos por ser "una mala madre" que se muestra sexualmente activa. No solo en el caso de madres, los motivos para remarcar de manera previa lo que se desea, lo que se busca, y guardar cierta privacidad pueden ser varios, y las aplicaciones pueden permitir hacerlo de manera previa a conocer a alguien y ver si hay coincidencia de pareceres, permitiendo reelaborar las normas de género sobre el cortejo (Gómez-Urrutia y Tello-Navarro, 2024).

Estas posibilidades sexuales relativas a la privacidad y la asertividad que afectan a las mujeres también son posibles para los hombres, pues son parte del derecho a la sexualidad que se le ha otorgado a la masculinidad -heterosexual- de manera histórica. A pesar de las problemáticas anteriormente mencionadas y que afectaban a los hombres que buscaban contactar con mujeres en las aplicaciones de contacto -menos "me gusta" y *match*, mayor dificultad para hablar, etc.-, muchos de ellos también muestran puntos positivos sobre sus usos. Una de las tónicas repetidas por parte de los hombres -y también de algunas mujeres-, es que las aplicaciones "hay que saber usarlas", independientemente de que se utilicen planes de pago o no, y pueden tener "éxito" sexual en muchas ocasiones:

> "Tuve una semana fue loquísima. Yo había quedado con cinco personas. Y con las cinco, mínimo, me he dado un piquito. Yo estaba que, que venía de una relación cerrada de dos años. Luego conocí a [chica], una chica con la que estuve a lo mejor 4 mesecitos de lío, tampoco teníamos una relación. Luego me lie con otra chica, pero ya estaba con [chica] y dije hostia me siento bastante mal. Voy a decirle a [chica] que mejor nos dejamos de ver. (…) jaja soy un puto friki de los memes, pero algo de éxito tengo es porque no soy un baboso fuckboy que va de yo qué sé"
>
> Antonio. 20-24, heterosexual, soltero

Esta experiencia de un chico mientras utilizaba Tinder nos muestra la facilidad que para él fue conocer a mujeres de manera casual mediante la aplicación, algo que también -al igual que el resto de entrevistados- denomina como "experiencia divertida". Frente a las quejas de algunos hombres sobre la dificultad para conocer mujeres en las aplicaciones, sea para sexo casual, tener citas, ver lo que surja o buscar pareja, otros admiten cierta desventaja comparativa en términos de facilidad -menos "me gusta", *match* y conversaciones-, pero tampoco la imposibilidad de conocer mujeres. En redes sociales, especialmente en sectores

relacionados con la manosfera, es fácil encontrar discursos sobre "mujeres interesadas" que "solo se fijan en hombres guapos y con dinero" en las aplicaciones de contacto. Este entrevistado se denomina a sí mismo como "friki", un hombre normal con un trabajo en un taller, estudios de grado medio y un sueldo precario, aunque "abierto de mente" y "feminista". Otros hombres con los que he podido hablar aprecian cierta desventaja en un inicio en las aplicaciones -menos *match,* más dificultades para hablar con mujeres-, pero al mismo tiempo, pareciera ser que una vez pasada esa barrera inicial, ser mínimamente receptivo, interesarse por las mujeres, mostrarse igualitario y "tratarlas como personas" son puntos a favor. En general, estos hombres con los que he hablado enfatizan el hecho de que no es difícil relacionarse con mujeres si uno no intenta ponerse por encima de ellas, e intentan distanciarse de lo que alguno ha denominado "masculinidad tóxica", sea dentro o fuera de las aplicaciones.

Los motivos para el uso de las aplicaciones y las expectativas que se tienen sobre ellas también difieren en muchas ocasiones. Del mismo modo que veíamos diferencias en cuanto a que las mujeres tienden a ser más selectivas y a analizar más los perfiles que se encuentran en las aplicaciones, las motivaciones que pueden llevarlas a estar en las mismas también pueden ser diferentes de las de los hombres. Todos los usuarios que inician sesión y crean una cuenta en una aplicación de contacto, saben desde el inicio que están en un espacio inicialmente diseñado para el contacto de personas con fines sexoafectivos, si bien esos fines pueden variar -conocer gente de manera general "a ver qué se cuece" y chatear un rato, buscar sexo casual, buscar citas, buscar una pareja estable, etc.- o incluso hacer amistades de manera exclusiva.

En el trabajo de Tyson et al. (2016), la diferencia de las intenciones a la hora de utilizar Tinder según los usuarios de su muestra, ordenadas sobre una escala del 1 -lo mínimo- al 5 -lo máximo- eran las siguientes: si bien hombres y mujeres arrojaron valores muy similares en lo respectivo a la búsqueda de pareja (3,5 ellos; 3,3 ellas), las mujeres preferían ver perfiles (3,8), chatear (3,7), las citas (3,3), y en último lugar -con gran diferencia- el sexo de una noche (1,8). Los hombres, por el contrario, indicaban que tener citas (3,8), mirar perfiles (3,5) el sexo de una noche (3,2), y, en último lugar, chatear (3). En este sentido, todos los valores se mostraban similares para hombres y mujeres con la gran excepción del sexo de una noche, que para ellas es la intención menos buscada de todas. Al tratarse de un trabajo cuantitativo con una serie de respuestas cerradas -no apreciamos nada sobre hacer amistades, por ejemplo- hay datos que se nos puedan escapar, pero el hecho de que la búsqueda de sexo de una noche puntúe de manera muy inferior por parte de ellas puede llevarnos a ciertas

reflexiones. En la misma línea, el trabajo de Sumter et al. (2017) recoge que, de las diversas motivaciones para utilizar Tinder, la búsqueda de sexo casual puntuaba de manera muy inferior entre las mujeres de su muestra si se comparaba con los hombres, datos que también se repiten en el trabajo de Lopes y Voguel (2019). Si bien las aplicaciones se definen como espacios para la búsqueda de la pareja y prometen la felicidad, muchas personas parecen descontentas con su uso ante la incapacidad de acceder a dichas promesas de estabilidad y relaciones felices y duraderas (Parry et al., 2024), hecho que parecen declarar, en mayor medida, las mujeres (Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021). Esta dificultad declarada de buscar pareja estable en el caso de las mujeres se aprecia también en los discursos de las *coach* del amor y de parejas dirigidas a mujeres, que ayudan mediante técnicas y motivación, y como se verá en un capítulo más delante de este trabajo, a obtener resultados en la búsqueda de la pareja. Los hombres, por su parte, si bien podrían estar interesados también en la búsqueda de la pareja estable, parecen dirigir más sus quejas hacia la búsqueda del éxito sexual, de acuerdo con los discursos que he recopilado especialmente de *coach* de la seducción dirigidos a ellos como en hilos de X y foros. No se trataría pues de que los hombres no estén interesados solo en el éxito sexual y ellas en el amor, pero sus preocupaciones hacia la no obtención de dichas expectativas entran en consonancia con los elementos relativos a los mandatos hegemónicos del género al que pertenecen. Como ya se ha dicho varias veces, el amor y su cuidado se ha relegado hacia las mujeres, y la actividad sexual hacia los hombres, y carecer de ellas, es una manera de perder sus posiciones de masculinidad y feminidad[75].

En el trabajo de Tello-Navarro y Gómez-Urrutia (2021) sobre los contactos online y las dinámicas de género en Chile, se mostraba que algunas usuarias de las páginas online de citas mostrarían estar en ellas para "conocer amigos", de manera genérica, sin referirse a la búsqueda de la pareja, de contactos sexuales o a las citas como tal. La expresión "conocer amigos" sería reflejo, según los autores (Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021) de una menor asertividad sexual y expresión de intereses para evitar señalamientos que tacharan de promiscuas a las mujeres (Bergström, 2012; citada por Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021). Sin embargo, el anonimato y la privacidad que ofrecen las páginas de contacto también posibilitaría en cierta medida el dar la vuelta a los roles y que algunas mujeres se atrevan a dar el primer paso o ser asertivas sobre sus expectativas (Tello-Navarro y Gómez-Urrutia, 2021). Si bien creo que esos prejuicios siguen operando hacia las mujeres, en el caso de

[75] También el hecho de que los modelos de feminidad sean más amplios y la sexualidad se incluya también en la actualidad de manera positiva -aunque siempre por debajo de la actividad sexual masculina- hace que "sentirse mujer" sea una afirmación relacionada con la sexualidad. Como decía una entrevistada, las aplicaciones y el sexo casual la ayudaban a "sentirse más mujer".

España, y por lo que he apreciado a través de mi trabajo de campo, no suele ser común de buenas a primeras indicar en los chateos de las aplicaciones "lo que se está buscando" como tal, o en su defecto, los sistemas de etiquetado de las aplicaciones ya adelantan parte de ese trabajo. Por ejemplo, en el caso de Tinder, las etiquetas disponibles sobre el tipo de relación que se busca -y que no son obligatorias de establecer- son: *Relación estable, Relación pero ya veremos, Rollos, pero ya veremos, Rollos Cortos, Hacer Amigxs, Aún no lo tengo claro*. La mayoría de las opciones que me he encontrado marcadas tanto por los usuarios como por las usuarias al realizar observaciones en las aplicaciones son las que vienen con la coletilla "ya veremos" o "aún no lo tengo claro", recalcando cierta indeterminación y fluidez sobre lo que se busca, aunque también he visto, en muy menor medida, personas que indicaban "Relación estable" o "Hacer Amigxs". La ausencia de diferencias en el género sobre si mujeres u hombres optan más por unas u otras etiquetas en las observaciones que he realizado podría mostrarnos cierto reconocimiento y apertura, especialmente en el caso de ellas, sobre lo que uno busca. Ello sin mencionar, en consonancia con lo recogido por Tyson et al. (2016), que muchas personas utilizan en ocasiones las aplicaciones como vitrina para ver gente, "jugar" con la aplicación y simplemente ver si se hace *match* y apreciarse deseados o chatear un rato para matar el tiempo, independientemente del género. En este sentido, las aplicaciones, tanto para hombres como para mujeres, son un lugar donde conocer personas de manera fluida en muchas ocasiones, del mismo modo que acicalarse para ir a una discoteca y "ver si surge algo o no", sin grandes misterios.

Todos mis entrevistados y entrevistadas, que abarcan edades comprendidas entre los 20 y los 50 años, con ideologías, orientaciones sexuales, y procedencias de clase diversas, no apreciaban como problemática la idea de la sexualidad como algo más bien fluido, tanto en el caso de los hombres como de las mujeres. En el trabajo de Correa et al. (2017) por ejemplo, se destacaba que, frente a los estudios que se hacían en el caso de los Estados Unidos, los jóvenes españoles de sus investigaciones tenían una relación con la sexualidad casual -desde el sexo de una noche a los "rollos"- abierta y no tan mediada por el alcohol[76], ni tampoco relegada exclusivamente a entornos de fiesta. Los investigadores (Correa et al., 2017) planteaban que quizás estos resultados se debieran a que la relación con la sexualidad en España sea más relajada y fluida que en otros contextos geográficos, quizá debido a una mayor aceptación del sexo casual donde no se requirieran en tan gran medida de

[76] En el caso de los Estados Unidos, parecería ser, que la "Hook-up culture" o cultura del sexo casual entre jóvenes y especialmente en los campus universitarios, estaría muy mediada por el alcohol y otras drogas (Orenstein, 2021).

desinhibidores como el alcohol. Puede ser que esa fluidez y apertura también se traslade en muchas ocasiones a las propias aplicaciones de contacto, donde las personas "vayan a ver" de manera abierta lo que puedan encontrar o pueda surgir sin grandes pretensiones ni expectativas claras, donde el sexo casual sea una opción más quizá muchas veces dada incluso por sentado.

Un día haciendo *scroll* en Instagram me encontré el vídeo de una chica estadounidense que vivía en España[77] y que indicaba lo sorprendida que la tenía la ausencia de una "cultura de las citas" en nuestro país, algo que tachaba de "poco romántico" hecho que despertó largos debates en las secciones de comentarios. Según ella, se vio obligada a aprender que la expresión que utilizamos en nuestro contexto es más bien la de "quedar para tomar algo", elemento que chocaba con su imagen ritualizada de las citas, y donde los hombres, a diferencia de su lugar de origen, no mostraban una posición activa a la hora de intentar seducir y "no eran caballerosos". En la misma línea, la ausencia de normas generizadas sobre las citas en España -por ejemplo, no es costumbre, por norma general, que los hombres "inviten" a las mujeres y paguen lo consumido, sino que suele hacerse a medias, o un día lo hace uno y otro día lo hace la otra- también despierta largos debates entre personas extranjeras y autóctonas en las redes sociales. Desde nuestro contexto, la experiencia de la *dating culture* estadounidense, lejos de ser algo "romántico" es percibido en muchas ocasiones como una rareza "estandarizada" que rompe con la expectativa de cierta fluidez espontánea en los primeros contactos. Estos hechos resuenan a su manera en las aplicaciones de citas, donde creo que de manera más o menos general, se atribuye cierta igualdad tanto sobre las expectativas de los usos de estas aplicaciones como sobre lo que pueden ser las quedadas posteriores, donde hay cierta ausencia de normas excesivamente generizadas sobre las citas.

Tal y como indicaba en el epígrafe dedicado a la cuestión de las amistades y su relación con el terreno sexoafectivo en el ámbito digital, puede que las maneras "más fluidas" de relacionarse con el sexo en el contexto español, y el reconocimiento del derecho al sexo de las mujeres, permitan en nuestro contexto, una aproximación a la sexualidad desde cierto "colegueo" y afinidad, donde en muchas ocasiones la barrera entre amigos/ligues resulta más porosa. Esta concepción de la porosidad entre amistades, formación de comunidades y sexualidad en el contexto de las aplicaciones de contacto ha sido apreciada por otros trabajos especialmente en entornos *queer* o no heterosexuales (Filice et al., 2022; Petrychyn et al.,

[77] https://www.instagram.com/reel/DAVoD2Po7Dh/

2020). Sin embargo, lo que yo he podido observar en nuestro contexto es que también está presente en las interacciones entre hombres y mujeres en muchas ocasiones.

En dicho sentido, en el contexto de las aplicaciones de contacto el género opera más bien en la autoprotección frente a potenciales riesgos ante la posibilidad de la violencia sexual por parte de desconocidos hacia las mujeres, solventándolo ellas mediante el análisis de perfiles y accediendo a información de contexto por diferentes medios -conversaciones largas, redes sociales, etc.-. Sin embargo, la ausencia de explicitación de lo que se busca, o la indeterminación, puede resultar en muchas ocasiones, más que de un claro miedo a ser tachadas de promiscuas de manera exclusiva, de la fluidez en la que se enmarca la sexualidad fuera del entorno de la pareja en nuestro contexto, y que también afecta a varones de igual manera. No se trataría pues de que las mujeres utilicen las aplicaciones en mayor medida para buscar pareja, una situación más casual o hacer amigos, y que oculten deliberadamente sus intenciones, sino que las fórmulas para explicitar lo que se busca -también en el caso de ellos- suelen venir dadas en muchas ocasiones por un lenguaje tácito o sugerente que recurre a otras fórmulas como decir que se busca "pasarlo bien", tal y como indicaba una entrevistada, o el tan repetido "lo que surja".

La indeterminación de los intereses en el caso de los hombres, sin embargo, también puede ocultar otros elementos. Si, como en algunos trabajos se indica, ellos muestran mayor interés en la búsqueda de sexo casual que ellas a través de las aplicaciones (Tyson et al., 2016; Sumter et al., 2017; Lopes y Vogel, 2019), en algunas ocasiones la experiencia declarada de las mujeres expresa que los hombres parecen interesarse intensamente por las mujeres antes de tener sexo, y las actitudes cambian en muchas ocasiones después de practicarlo. La expresión "prometer hasta meter" del refranero español, nos muestra parte de esa actitud que parecerían tener algunos hombres: la idea de dar a entender que se busca algo "más que solo sexo" -mediante la propuesta de planes, una gran atención dedicada por chat y mensajes, etc.-, y posteriormente, desaparecer o dejar de dar señales de vida tras haberlo obtenido. Esta experiencia, por ejemplo, ha sido común para tres entrevistadas, tanto dentro como fuera de las aplicaciones, y la señalan como problemática ante una construcción de expectativas iniciales que no se acoplan con la realidad. Avistando foros como Forocoches y Weloversize, donde hay gran cantidad de experiencias al respecto, y hablándolo con amigas y amigos, intuyo que probablemente esta dinámica ejercida por parte de algunos varones tenga que ver con la idea errónea de que las mujeres no están nunca interesadas en el sexo casual y "en

realidad" lo que buscan únicamente son relaciones estables[78]. En dicho sentido, el sistema de etiquetado de las aplicaciones en la que se indica a priori lo que se busca -aunque sea de manera más abierta o indeterminada como "rollos pero ya veremos"-, puede ser una forma de adelantarse a saber lo que en principio la otra persona busca.

3.4.2.3 Tensiones en torno a la mononormatividad y la heteronormatividad en las aplicaciones

Tal y como se ha mencionado en un epígrafe anterior, definir a las aplicaciones como "incentivadoras" de la promiscuidad o del "amor líquido" es un terreno delicado (Albury, 2017; Hobbs et al., 2017), dado que no cabe ignorar las agencias compartidas que se dan entre los usos de las personas de las aplicaciones, los contextos concretos en los que se dan y los propios diseños de las aplicaciones y las *affordances* técnicas que ofrecen (Latour, 2008).

En este apartado, intentaré analizar precisamente los modos en que las aplicaciones de contacto examinadas pueden, por un lado, reproducir elementos relativos a la mononormatividad, así como a la heteronormatividad[79] del mismo modo que el contestarlos, siempre teniendo en cuenta que no es el mero diseño de las aplicaciones las que pueden reforzar ciertas direcciones y donde los usos de los sujetos también tienen mucho que decir al respecto. También cabe tener en cuenta que los usos que las personas hacen de las aplicaciones modulan el propio diseño de estas, tanto por la actualización o no de las posibilidades ofrecidas y por el desarrollo de usos no previstos por diseñadores y comercializadores, como las transformaciones que estos últimos hacen de las apps en función de la información que van recolectando de las personas usuarias, sea para fomentar ciertos usos, especialmente el tiempo, dedicación y atención al uso, o para dificultar otros (Johnson et al., 2023; Light et al., 2018).

El trabajo realizado por Parry et al. (2024) precisamente analiza las características que tienden a la mononormatividad y la heteronormatividad en las aplicaciones de contacto geolocalizadas, denominando *heteronormatividad algorítmica* a la perpetuación de las estructuras

[78] Otra expresión repetida y que muestra actitudes generizadas hacia lo sexoafectivo de manera asimétrica es aquella de "las mujeres dan sexo para conseguir amor, los hombres dan amor para conseguir sexo".
[79] Aprecio importante entrelazar las cuestiones de la mononormatividad y la heteronormatividad en tanto que ambas son parte del mismo sistema que jerarquiza a la relación de pareja monógama por sobre el resto de las vinculaciones de la realidad social, y donde la aceptación de los modelos que difieren de la heterosexualidad se ha producido, en gran parte, gracias a un proceso de asimilación que genera una semejanza de las mismas con el modelo heterosexual monógamo.

sociales que privilegian la monogamia heterosexual en estas plataformas digitales (pag. 3). En primer lugar, esta heteronormatividad viene recalcada en las aplicaciones de contacto por la obligatoriedad misma de tener que escoger nuestro género y el de las personas que nos interesan, pues en ninguna de ellas es posible utilizar la aplicación sin marcar una opción de género (Parry et al., 2024). El hecho de que la orientación sexual se vea definida por la idea misma de género es quizá uno de los mayores rasgos de la heteronormatividad, no solo en las aplicaciones, sino en la concepción que de la sexualidad y del deseo tenemos en nuestras sociedades. Esta obligatoriedad de definir nuestro género -aunque sea en sus versiones más actualizadas mediante un largo etiquetado como el que ofrece OkCupid donde es posible escoger hasta cinco opciones- y el de las personas que nos interesan, en vez de mezclar todo tipo de perfiles y que los propios usuarios hagan *swipe* a la izquierda o a la derecha, reproduce las normas sobre género y sexualidad. La ausencia de etiquetas sobre el género quizá podría ampliar los horizontes -y gustos- sexuales de partida de muchas personas ante la mera posibilidad de encontrarse con personas diferentes. Es verdad que las personas pueden escoger más de un género que les atraiga en las aplicaciones, pero la idea misma de tener que escoger puede volverse cierta barrera en algunas ocasiones. Por otro lado, también cabría pensar que el poder escoger el género de las personas que nos interesan puede ayudar a generar lugares "más seguros" para las minorías sexuales dentro de la arquitectura de las aplicaciones. En cualquier caso, resulta una reflexión interesante el replantearse la obligatoriedad de un filtro por género, elemento por ejemplo no disponible -para la búsqueda, aunque sí para la autodefinición- en el caso de las redes sociales.

Otro aspecto también mencionado por Parry et al. (2024) es el relativo a la conexión uno-a-uno en las aplicaciones de contacto, también apreciado por Light et al. (2018). Como ya se ha dicho en el apartado dedicado al diseño de las aplicaciones, OkCupid, Tinder y Bumble exigen -y obligan- a que los perfiles sean individuales en sus propias políticas y términos de uso. Si bien mi experiencia con Tinder me ha enseñado que en muchas ocasiones es fácil burlar ese filtro y es común encontrarse parejas que comparten perfil buscando sexo grupal o intercambio de parejas[80] -hecho que trataré más adelante-, esta norma relativa a la obligatoriedad de perfiles individuales refuerza la idea de que la sexualidad correcta es aquella

[80] Hace unos años no había problema en el uso de cuentas conjuntas en Tinder -desconozco si los términos y políticas de entonces lo prohibían o no-, pero a partir de 2023 estas políticas se volvieron más estrictas. Hoy en día sigue siendo posible encontrar perfiles conjuntos, aunque se muestren perfiles en su mayoría individualizados y posteriormente en las descripciones de las personas se indique que se trata de una pareja o incluyen alguna fotografía conjunta. La mayor restricción de las políticas en el caso de Tinder no ha hecho desaparecer una práctica, pero la ha "ocultado" de alguna manera y los usuarios han desarrollado sus propias estrategias para burlar dicha norma.

que se da exclusivamente entre dos personas (Rubin, 1984/1989). Si bien hoy en día es posible añadir etiquetas como "no-monógamo", etc. La lógica de la conexión exclusiva entre dos personas refuerza la dinámica mononormativa. Por ejemplo, en la aplicación Grindr dirigida al público principalmente gay -o a hombres que tienen sexo con hombres de manera amplia-, además de la inexistencia del *match* existe la posibilidad de crear grupos para chatear entre varios usuarios, elemento que posibilita no solo el sexo grupal o las dinámicas fuera de la heteronorma y la mononorma, sino que incluso puede posibilitar la construcción de comunidades alrededor de la sexualidad.

Sobre el sistema de etiquetado que indica si se es monógamo o no, este se ha añadido de manera progresiva a las aplicaciones, a medida que la visibilidad de las vinculaciones no-monógamas consensuadas se ha acrecentado en los últimos tiempos. Cuando inicié este trabajo de investigación, no existía un sistema de etiquetado relativo a la no-monogamia ni en Bumble ni en Tinder, y obligaba a los usuarios que se vinculaban de dicha manera a ponerlo en sus propias biografías -por ejemplo, indicando "en una relación abierta"- o guardándolo para las conversaciones privadas con los *match.* A pesar de ello, mi experiencia de Tinder al respecto es que el propio algoritmo "aprendía" de alguna manera -de tu descripción, de tus conversaciones, etc.- que tenías una relación abierta, y era fácil encontrar perfiles afines, con el mismo estatus de vinculación o con objetivos de vincularse de maneras no-monógamas. Posteriormente, los sistemas de etiquetado "facilitaron" este elemento. En las versiones más actualizadas, los filtros de búsqueda de las versiones de pago en el caso de Bumble -*filtros avanzados*- y de Tinder -*Discovery Premium*-, al igual que con otros elementos -nivel educativo, trabajo, altura, etc.- permiten filtrar a personas que tienen etiquetas relativas a la monogamia. En las últimas versiones de Tinder -finales de 2024- por ejemplo, hay una sala dentro del modo "Explorar" dedicada a la no-monogamia y donde puedes encontrar personas afines dentro sin tener que recurrir a versiones de pago. De igual manera, en el modo "Explorar" hay otras salas en las que uno puede entrar según lo que esté buscando – *"Relación Estable", "Libre esta noche", "Rollos cortos", "Hacer amigxs", "Foodies", "Deportista",* etc.-. Estos cambios en las aplicaciones son muestra también de los intereses de los usuarios y de las maneras en que las empresas que las diseñan van adaptándose y creando de manera continua nuevos elementos (Jonhson et al., 2023).

En el caso de OkCupid, en vez de realizar la búsqueda de personas no-monógamas a través de filtros solo obtenibles mediante el pago, o mediante el sistema de etiquetado opcional, es obligatorio establecer una etiqueta que informe si somos monógamos o no, o si estamos abiertos a ambas opciones. En caso de marcar la opción de "no-monogamia" OkCupid solo

nos filtrará personas que busquen dichas experiencias, y no nos mostrará al resto. Por otro lado, si bien nos obliga a tener una cuenta individual, existe la opción de poner un enlace a la cuenta de una pareja -si en efecto tiene cuenta y si también desea ser mostrada-, pero tampoco permite las conversaciones grupales.

Estos nuevos elementos que de cierta manera "rompen" con la lógica heteronormativa mediante un sistema de etiquetado y filtros, siguen siendo ambivalentes en la idea del refuerzo o contestación de la heteronormatividad y la mononormatividad. Si bien por un lado facilitan de alguna manera las búsquedas afines fuera de las normas monógamas, la obligatoriedad de las cuentas individuales, así como de los chats uno-a-uno, vuelven sobre la idea de que la sexualidad se da exclusivamente entre dos personas. Aunque sea de manera seriada -incluso en el caso del sexo casual-, los vínculos siempre son de dos, algo que no se da de manera obligatoria en Grindr.

Sin embargo, algo que vuelve a reforzar la idea de mononorma y heteronorma en las aplicaciones analizadas es la gran censura que se da de la sexualidad considerada fuera de los parámetros de la "normatividad". De nuevo, siguiendo el sistema de estratificación sexual de Gayle Rubin (1984/1989) se establecen una serie de comportamientos "adecuados" e "inadecuados" dentro de las aplicaciones que hacen posibles unos hechos y no otros, que permiten ciertos elementos y censuran otros. Por ejemplo, no existen filtros para la búsqueda de personas a las que les guste el sexo kink o BDSM, o personas que busquen prácticas grupales -como el caso de los tríos, extendidos, aunque ocultos, en el caso de Tinder- ni tampoco etiquetas al respecto, ni en Tinder, ni en Bumble, ni en OkCupid. Estas etiquetas se relegan a otras aplicaciones como Feeld, dedicada a "sexualidad no-normativa" y originalmente una aplicación nicho[81]. En las aplicaciones analizadas están prohibidos los desnudos, los comentarios explícitos respecto de la búsqueda de sexo en los perfiles, o el contenido "vulgar" -expresión utilizada en las propias normas de uso de Bumble-. Estos elementos vuelven a reforzar la idea de que hay una sexualidad "buena" y otra "mala", no apta para el público general. Tratándose de espacios donde los usuarios son mayores de edad, la idea de sentirse violentado ante ciertas imágenes y expresiones sexuales da qué pensar,

[81] Digo nicho porque los usuarios de Feeld, por lo que comentan en redes sociales, indican que cada vez más personas "vainilla" -término para definir a personas fuera del mundo de la sexualidad no-normativa- están usando esta aplicación. Probablemente este hecho venga dado porque también hay un interés en este tipo de prácticas por amplios sectores de la población y aplicaciones como Feeld facilitan su acceso al mundo de la sexualidad alternativa. Por supuesto, esto tiene implicaciones, como la reducción de la sensación de un "espacio seguro" para personas que llevan tiempo dentro del mundo kink y BDSM, por ejemplo.

cuando otros elementos no se aprecian problemáticos y excluyentes, como el uso de filtros para descartar a personas que no tienen ciertos niveles educativos, su altura o su religión.

Volviendo sobre lo dicho en el apartado dedicado a la homogamia en las aplicaciones de citas, el funcionamiento de filtros para la búsqueda de parejas "afines" es otro de los elementos clave de la reproducción de clase y estatus y que está directamente relacionado con la heteronormatividad y la mononormatividad (Parry et al., 2024). De este modo, podemos apreciar cómo el "juego" de la búsqueda sexoafectiva en las aplicaciones es un modo más, dentro de una larga trayectoria histórica, de asociar el juego y el azar al amor, cuando en realidad se trata de un velo que oculta de fondo la reproducción de las desigualdades (Mackinnon, 2022).

Al comparar estas aplicaciones generalistas -Bumble, Tinder, OkCupid- con Grindr, se ha podido apreciar cómo las diferentes arquitecturas digitales que las sostienen posibilitan diferentes sociabilidades. Es común, dentro del mundo gay por ejemplo, hacer la distinción -aunque sea como mero comentario gracioso- entre Grindr y Tinder, declarando que la primera sirve para tener sexo y la segunda para buscar pareja. Si Tinder -y las otras aplicaciones- se apreciaban como lugares que incentivaban la promiscuidad, y el sexo casual consumista según algunas visiones (Sales, 2015; Lerdellier, 2014; Illouz, 2020), las visiones desde perspectivas diferentes que asocian a estas aplicaciones como "lugares para encontrar pareja" frente a otros lugares "más sexuales" rompen con dicha visión. Depende, en cualquier caso, de las experiencias y la cultura sexual en las que estemos inmersos en primer lugar, y, en segundo lugar, de los usos que hagamos de las aplicaciones.

La reproducción de la normatividad sexual en las aplicaciones generalistas no solo está incentivada por los propios diseños de la aplicación, sino también por los propios usuarios que se encuentran en ellas en muchas ocasiones. La heteronormatividad no afecta exclusivamente a las personas heterosexuales, tal y como se ha dicho, y dichos elementos también son buscados como modos deseables de lo que una relación debe ser por parte de personas que se salen del espectro de la heterosexualidad en muchas ocasiones, si bien siempre hay ciertas diferencias. Al mismo tiempo, los prejuicios sociales que se tienen sobre ciertas identidades sexuales -como en el caso de la bisexualidad- también operan en otros sentidos, como por ejemplo asociándoseles la promiscuidad (Coll, 2021; Klesse, 2007), que reafirman las ideas de heteronormatividad y mononormatividad en torno a la sexualidad correcta.

Si bien los perfiles conjuntos en las aplicaciones analizadas no están permitidos, como ya he indicado anteriormente, son un hecho común al menos en Tinder. Estos perfiles conjuntos, generalmente, suelen pertenecer a parejas formadas por un hombre y una mujer, donde se busca una tercera mujer con el objetivo de realizar tríos, parte de las fantasías sexuales de muchas parejas. La bisexualidad femenina, asociándola a ese mito que la conecta con la promiscuidad (Coll, 2021; Klesse, 2007) y la complacencia masculina, es carne para perfiles de parejas que buscan tríos, pues rara vez -a excepción de los vínculos formados por hombres que buscan un tercer hombre- la búsqueda de los tríos trasciende de este esquema mujer-hombre-mujer (MMH). Gran parte del imaginario fantasioso que se reproduce sobre los tríos está altamente generizado a favor de los tríos MMH (Schippers, 2016 citado por Scoats, 2018; Frank, 2008), y dichas dinámicas se reproducen también en las aplicaciones de contacto. Esto nos muestra un ejemplo de la homofobia masculina como rasgo de masculinidad moderna, el límite de lo que debe ser la masculinidad correcta, que aparece en el modelo de trío sexual hombre-hombre-mujer.

Si bien la idea del sexo grupal en sí no debiera ser problemática, esta repetición del tropo de la pareja formada por un hombre y una mujer que busca una mujer bisexual, "la caza del unicornio", se vuelve molesta en muchas ocasiones tanto para muchas mujeres bisexuales como para lesbianas (Filice et al., 2022; Ferrys y Duguay, 2020), en tanto que son a ellas las que les aparecen estos perfiles de manera repetitiva, especialmente a aquellas que han marcado mediante la etiqueta "bisexual" su orientación en las aplicaciones:

> "hubo una época que también yo estuve como muy de experimentar este momento de golfería a muerte que dije voy a buscar perfiles de chicos y de chicas y me puse como bisexual para que me aparecieran de todo y era como solo tríos. Es como automáticamente es poner una mujer bisexual y solamente recibes solicitudes de parejas o de chicas que te sientes así porque tiene pareja y no sé, me llamó la atención también bastante, porque claro, si pongo, que no sería real, que solo busco mujeres o que soy lesbiana, no tiene nada que ver el tipo de perfil de chicas que te salen"
>
> Alicia, 30-34, bisexual, soltera

Si bien algunas de estas mujeres bisexuales podrían no tener problema alguno a priori en la idea de realizar tríos, lo problemático, parece ser, es la especie de "invasión" sobre el deseo de la mujer bisexual, a la que se le atribuye una predisposición sexual concreta -promiscua, insaciable, deseosa de hacer tríos-. Por otro lado, muchas mujeres lesbianas y bisexuales asocian esta búsqueda de tríos MMH como una "heterosexualización" de los espacios *queer*

diseñados para ellas, donde una pareja mixta[82] busca mujeres, y rara vez -por no decir nunca- ocurre con parejas formadas por mujeres. Esta "heterosexualización" de los espacios *queer* se aprecia también en otros lugares, como ocurre con la lógica gentrificadora en el espacio urbano de los lugares clásicamente LGTBIQ+ (Ghaziani, 2014), donde en nuestro contexto cercano tenemos ejemplos como el barrio de Chueca de Madrid. En las aplicaciones, muchas chicas *queer* optan por mostrar rechazo a este tipo de parejas escribiendo en sus descripciones "tríos no gracias" y otro tipo de fórmulas para remarcar sus posturas al respecto. Puede ser que estas quejas repetidas por parte de estas mujeres sean, en parte, las que han hecho que las aplicaciones refuercen la prohibición de perfiles conjuntos.

Sin embargo, no es solo la búsqueda de tríos la que se aprecia problemática por parte de mujeres en las aplicaciones de contacto. La propia bisexualidad femenina, todavía estigmatizada en muchas ocasiones, se ve señalada por algunas lesbianas en forma de bifobia, y aunque cada vez menos común, en ocasiones se ven mensajes en las descripciones del tipo "heterocuriosas no". Esta bifobia (Coll, 2021), aprecia la bisexualidad como algo inestable (Ferrys y Duguay, 2020), una visión que asocia a ciertas mujeres el estar "infiltradas" con el simple objetivo de "probar" con mujeres *queer*. La cuestión de los modos en los que se performa la identidad sexual, desde la vestimenta, las poses, el tipo de fotografías o el contenido que se escribe en las descripciones de los perfiles, se puede ver reforzada para parecer "más lesbianas" o "menos heterosexuales/bisexuales" en el caso de algunas mujeres debido a este motivo y pasar por el filtro de la aceptación (Pond y Farvid, 2017). De todos modos, quizá resulte interesante el hecho de que, en España, según datos de la "Encuesta sobre relaciones sociales y afectivas pospandemia (III)" (CIS, 2023), el 4,9% de la población femenina se declara bisexual, frente a un 2,4% de la masculina. De acuerdo con los datos del "Barómetro de juventud y género 2023" de FAD (Sanmartín et al. 2023), en los grupos de edad de 15 a 29 años, el 17% de mujeres se declaran bisexuales en España, frente a un 7,1% de los hombres. Estos destacables volúmenes de mujeres que se declaran bisexuales implican su presencia también en las aplicaciones de citas, y el aumento de su presencia, otorga una mayor visibilidad, también acrecentada recientemente por el activismo bisexual (Coll, 2021) que puede hacer cambiar el imaginario sobre las personas bisexuales (Filice et al. 2022).

Si bien hay cambios en la apreciación de la bisexualidad femenina, este elemento relativo a la visión inestable de la bisexualidad como si "realmente" se tratara de mujeres heterocuriosas

[82] Tengo cuidado de no referirme a estas parejas como "heterosexuales" porque a pesar de estar compuestas por un hombre y una mujer, el caso de buscar tríos MMH nos muestra que las mujeres de esas parejas no tendrían por qué ser, a priori, heterosexuales de manera necesaria.

(Ferrys y Duguay, 2020) que "solo" desean "probar" con mujeres, ocurre de maneras diferentes en el mundo de las aplicaciones para hombres. El término "heterocurioso" también existe dentro del mundo del sexo que se da entre hombres, si bien en ocasiones es referido al hecho de que estos hombres "en realidad" son gays armariados que ocultan su "verdadera" identidad. Esto es, los prejuicios sobre la bisexualidad (Klesse, 2007; Coll, 2021) harían que las mujeres bisexuales se vieran como "esencialmente heterosexuales" y los hombres como "esencialmente gays". De nuevo, esto está relacionado con la concepción moderna de la masculinidad por oposición a lo femenino, y la concepción de la homosexualidad masculina como afeminamiento, que dificultaría que varones que se identifican con dicha masculinidad, o que son juzgados por ese modelo, puedan reconocerse como gays o bisexuales en algunos casos o que, debido a cómo dicho modelo condiciona el deseo homosexual masculino, algunos varones gays consideren a los bisexuales como gays encubiertos. La bifobia, además, aplicada tanto a hombres como a mujeres -y puede que más a ellas-, puede funcionar como respuesta a una suerte de sensación de "traición" vista desde algunas personas homosexuales, en tanto que las personas bisexuales tenderían en último lugar a conformar relaciones con personas del género contrario según esta visión estereotipada (Welzer-Lang, 2008; Coll, 2021)[83]. Estas visiones sobre la bisexualidad, además, también son parte del imaginario heterosexual -y heteronormativo-, y responden en última instancia a los modos en los que se configuran la masculinidad y la feminidad hegemónicas.

En cualquier caso, la normativización de las conductas sexuales en las aplicaciones para ligar depende de los propios diseños de las aplicaciones y de sus algoritmos al igual que de las valoraciones que de la sexualidad y del género hacen sus usuarios. Como se ha podido ver, a pesar de que se plantee una mayor apertura hacia un rango de identidades de género más diversas mediante un sistema de etiquetado -que trasciende la idea de hombre/mujer de manera dicotómica-, la propia obligatoriedad de establecer el género -propio y el de los contactos de búsqueda- hace, en primer lugar, que se reproduzca la idea del género como vector de lo que es la atracción sexual (Parry et al., 2024). Del mismo modo, la obligatoriedad de establecer cuentas individuales, así como de chats uno-a-uno en las aplicaciones analizadas (OkCupid, Bumble, Tinder), refuerzan la idea de la sexualidad como elemento que ocurre exclusivamente entre dos personas, a pesar de que hay otras aplicaciones -como en el caso de Grindr- que demuestran, mediante el permiso de cuentas conjuntas, así como de chats

[83] Este es el caso, por ejemplo, de la actriz Anna Castillo, abiertamente bisexual, que tras la ruptura con su expareja mujer comenzó una relación con un hombre, por lo que fue señalada y criticada en redes sociales tachándola de traidora y tildándola de heterosexual encubierta, motivo que hizo que la actriz respondiera abiertamente desde su Instagram a estos ataques tachándolos de bifóbicos (Forés Català, 2023).

grupales, que eso no tiene por qué ser así. Si bien OkCupid, por ejemplo, permite establecer un enlace a la cuenta de una pareja, en los casos donde los usuarios escogen opciones no-monógamas, dando visibilidad a terceros sujetos, y si bien todas las aplicaciones generalistas en la actualidad cuentan con etiquetas y filtros "no-monógamos", estos hechos ocurren dentro de cierta "normatividad ordenada" que se aleja de la idea negativa hacia el sexo grupal. Esto es, la no-monogamia consensuada se aprecia únicamente como un hecho donde una pareja ya formada -o una persona con interés hacia la construcción de este tipo de vínculos- explicita, de manera abierta, que esa es su modalidad de relación[84] y que busca personas afines, pero no hay filtros o etiquetas para la búsqueda del sexo grupal o el intercambio de parejas, cuando estas también pueden ser parte de la no-monogamia.

La negatividad sexual asociada a prácticas que se vinculan con la vergüenza o se tildan de extravagantes o promiscuas, por ejemplo, extendidas dentro del mundo gay y que son posibles de encontrar en Grindr (Parry et al., 2024) o en aplicaciones "nicho" como Feeld, hace que las aplicaciones generalistas analizadas intenten distanciarse de ellas. La prohibición de desnudos, de la sexualidad no normativa -kink, BDSM, sexo grupal, etc.-, o de comentarios explícitamente sexuales en las descripciones, así como la ausencia de filtros o etiquetas para estas prácticas, son muestra de esa negatividad sexual de la que intentan alejarse las aplicaciones generalistas, reproduciendo la heteronormatividad y mononormatividad. Los prejuicios de los usuarios de estas aplicaciones también refuerzan la idea de la inadmisibilidad de elementos que disturben una sexualidad de alguna manera "ordenada" -mediante el rechazo de la bisexualidad, del sexo grupal, usuarios que se sienten violentados ante la explicitación de ciertas sexualidades, etc.- en consonancia con los valores sociales ampliamente arraigados sobre la sexualidad correcta (Rubin 1984/1989).

Las arquitecturas de las aplicaciones de contacto que se han analizado, al igual que las sociedades en las que están inmersas, por tanto, reproducen la estratificación del valor de la sexualidad, donde los cambios sociales pueden hacer que ciertos elementos pasen "la barrera de la aceptabilidad" que mencionaba Rubin (1984/1989) pero otros queden fuera de esta aceptación. En este caso, vemos que las identidades de género plurales están tomando espacio, al igual que fórmulas como las no-monogamias, pero siempre interpretadas desde una lógica que pasa bajo la apisonadora de lo adecuado y asimilable por las normas. Esta heteronormativización y mononormativización se aprecia también en la extensión de filtros de búsqueda que reproducen la homogamia y la hipergamia, y que muestran las supuestas

[84] Esto conlleva ciertas problemáticas que se analizarán en el último capítulo de este trabajo.

"fórmulas de la afinidad" para conseguir "relaciones felices". Ante las preocupaciones sobre el sexo casual y un aumento de la promiscuidad en el contexto de las aplicaciones que vendrían a cambiar los modos en los que las relaciones sexoafectivas se configuran (Sales, 2015; Lerdellier, 2014; Illouz, 2020) cabría indicar que estas aplicaciones, en realidad, no hacen más que reproducir dinámicas sociales previas, sin embargo, insertas en una lógica de aceleración y ubicuidad que internet y la geolocalización posibilitan.

3.5 Síntesis del capítulo

A lo largo de este extenso capítulo he intentado aproximarme a la realidad de las relaciones sexoafectivas contemporáneas donde estas intersectan con el mundo digital. Por un lado, en un inicio, se ha realizado una aproximación a algunas de las aportaciones teóricas actuales sobre el ámbito sexoafectivo que se han realizado desde la sociología. De este modo, se ha podido apreciar que algunas posturas parecen mostrar, a partir de los cambios sociales acaecidos en el ámbito sexoafectivo y en el género analizados en el capítulo anterior, que lo sexoafectivo en la actualidad se asienta sobre una base de elementos: la individualización y la autonomía, la privatización, las lógicas de consumo, la sexualidad lúdica y la racionalización. También se ha apreciado que parte de estas posturas parecen señalar como problemático el uso de las tecnologías digitales para la búsqueda y contacto sexoafectivo, una serie de miradas hacia lo tecnológico y digital -especialmente hacia las aplicaciones de citas-, que parecerían mostrar que éstas incentivan los contactos descontextualizados, las lógicas de consumo y la sexualidad promiscua, dificultando o imposibilitando el desarrollo del amor y de las relaciones estables.

Basándome en trabajos empíricos recientes y en mi propio trabajo de campo, he intentado problematizar esta visión de lo digital como medio que privatiza, hipersexualiza, comercializa y descontextualiza lo sexoafectivo. Desde una perspectiva interseccional, he intentado aproximarme a las redes sociales y a las aplicaciones de citas para atender los cambios y continuidades que estas permiten en la sexualidad y los afectos, atendiendo a las agencias mediadas entre sujetos y tecnologías. De este modo, los diseños de redes sociales y aplicaciones, las funcionalidades que ofrecen, los usos de las personas -esperados y no esperados-, los cambios adaptativos de estas tecnologías y los contextos sociales y culturales en los que se insertan conforman un conglomerado.

Se ha podido apreciar que las redes sociales, en una interacción continuada entre usuarios dotada de toda una serie de ritualidades, permiten la construcción de la intimidad. En este aspecto, dinámicas sociales previas, como las coreografías de género a la hora del cortejo, se reproducen, al igual que otras como la posibilidad de acoso y señalamiento hacia las mujeres. Del mismo modo, los diseños de estas redes sociales, la posibilidad de tener chats y las interacciones privadas a través de las publicaciones, o el establecimiento de públicos restringidos, permiten en algunos casos escapar del control del entorno y dar la vuelta a las dinámicas generizadas en el cortejo, el poder mostrarse sensual y autopornificarse, así como generar comunidades. Las interacciones entre usuarios, de este modo, tampoco son completamente privadas: la posibilidad de construir públicos íntimos, el compartir información con amistades, o la visibilidad de algunas inscripciones de manera pública son elementos que también toman parte. Por otro lado, se generan nuevas formas de sociabilidad que se dotan de toda una serie de experiencias, y se aprenden mediante el uso, la puesta en común, las correcciones, los ensayos y errores, la posibilidad de nuevos riesgos y el (auto)cuidado frente a estos, donde los diseños y utilidades de las redes sociales también toman parte y se adaptan y crean nuevas posibilidades en su propio cambio tecnológico.

Las aplicaciones de citas, al igual que las redes sociales, participan de agencias mediadas entre diseños y arquitecturas algorítmicas, usos de las personas y contextos sociales en los que se insertan. Cabe mencionar, como rasgo importante, las grandes diferencias de género en el volumen de usuarios que hay y las problemáticas que se derivan de ello, a lo que hay que sumar otra serie de dinámicas generizadas en el cortejo -también propias del "mundo analógico"-, en no pocas ocasiones aprovechadas por las propias aplicaciones para aumentar el volumen de usuarios que utilizan planes de pago y suscripción. Los rasgos sociotécnicos de las aplicaciones de citas, a partir de su diseño, reproducen en gran medida la homogamia, las asimetrías y coreografías de género y la heteronormatividad y la mononormatividad. Las aplicaciones analizadas, a partir de sus términos y políticas de uso y sus diseños, además, muestran un señalamiento claro hacia cierto tipo de comportamientos sexuales socialmente considerados no adecuados o no aceptables, y obligan a los contactos uno-a-uno, muestra de esta mononormatividad y heteronormatividad. Sin embargo, cabe mencionar que los usos y algunos diseños también posibilitan la contestación de algunas dinámicas sociales respecto de la sexualidad y del género: el escapar del control del entorno a la hora de ligar -especialmente en el caso de las mujeres-, permite ahorrarse señalamientos por comportamientos socialmente considerados inadecuados, como la muestra de asertividad sexual; posibilitan la generación de comunidades y amistades -en gran medida porosas con el

terreno sexoafectivo-, donde destacan las experiencias de personas LGTBIQ+; los usos grupales y las conversaciones sobre sus usos plantean la generación de públicos íntimos; a pesar de los diseños algorítmicos, la voluntad de los usuarios permite conocer gente de entornos y estratos diferentes. Las aplicaciones, al mismo tiempo, intentan adaptarse a las realidades sociales de sus usuarios y sus peticiones, también teniendo en cuenta que son productos comerciales que compiten por aumentar su clientela y el tiempo de uso: desde cambios en sistemas de etiquetado y posibilidades en su diseño -etiquetas de género no cis-sexuales, la inclusión de realidades no-monógamas, búsquedas mediante filtros, etc.-; readaptaciones como la del caso de Bumble que, tras la obligatoriedad de que las mujeres dieran el primer paso en las interacciones -para romper con las dinámicas generizadas del cortejo y las molestias de las mujeres al recibir muchos mensajes-, siguiendo las peticiones de usuarias, ahora permite que los hombres den el primer paso; o un aumento en la gamificación y nuevos diseños de interfaces para mejorar la experiencia de usuario. Por último, también cabe destacar que las motivaciones de uso de estas aplicaciones no se circunscriben exclusivamente al sexo casual -motivación más expresa en el caso de los hombres-; ver, hablar y conocer personas, y cierta fluidez y apertura en el desarrollo de estas interacciones, que pueden llevar a meras conversaciones, observación de perfiles, citas, sexo casual, rollos, amistades sexuales o el establecimiento de la pareja, son parte de estas motivaciones.

Podemos apreciar, de este modo, que hay toda una serie de agencias mediadas entre las tecnologías que permiten el cortejo, las personas y las realidades en las que estas están insertas. De este modo, las aplicaciones de citas y las redes sociales remedian dinámicas que se daban también fuera de sus muros, caracterizadas ahora por la inscripción de estas experiencias en los dispositivos conectados a la Red, así como por la ubicuidad y la aceleración que les caracterizan.

4. Individualización y desinstitucionalización: nuevas tensiones y recetas en la configuración de los vínculos sexoafectivos

En las actuales sociedades occidentales, encontramos un proceso de desinstitucionalización (Dubet, 2006) y una "secularización" de las estrictas normas previas respecto del cortejo y de la conducta sexual, a la par que un cambio en los modelos de encarnación de género, más amplios y diversos para ellas que para ellos (García, 2010; Casado, 2003). En este nuevo contexto, los individuos adquieren una mayor importancia a la hora de establecer sus deseos y preferencias en lo que respecta a los contactos sexoafectivos y, además, las cotas de mayor libertad sexual que se extienden a las mujeres han permitido la autonomización de la sexualidad respecto de la pareja[85] de manera amplia y reconocida (Castrillo Bustamante, 2016). Esta nueva valoración de la sexualidad como elemento lúdico que se extiende también a las mujeres a raíz de la revolución sexual y de la segunda ola del feminismo (Illouz, 2020) plantea su creciente importancia en el ámbito personal. En la actualidad, el sexo casual o el sexo de manera ociosa, puede ser en muchas ocasiones la manera en la que comienza un vínculo que luego podría volverse estable (Castrillo Bustamante, 2016). Esto es, a pesar de que esté legitimado el sexo como esfera independiente del amor, muchas veces las maneras de acceder al amor pasan en primer lugar por una sexualidad fuera del ámbito romántico.

Esta legitimidad del sexo casual, pero también el reconocimiento de que, de alguna manera, es el paso previo en muchas ocasiones al amor o la relación de pareja, plantea nuevas realidades, choques y conflictos, que además en muchas ocasiones están dotados de componentes generizados. A la hora de formar nuevas vinculaciones, puede haber expectativas que divergen para unas y otros: puede haber quienes deseen solo una -o varias- relaciones sexuales sin desear construir una relación de pareja; puede que algunos se enamoren en el proceso; puede que no haya encuentro entre expectativas, o que una persona acceda a las modalidades que el otro plantea sin desearlo.

Estos elementos, en la actualidad, se situarían en un contexto de desinstitucionalización, esto es,

[85] De manera extendida a ellas, pues previamente los varones podían gozar sin censura de dicha sexualidad de manera ociosa fuera del terreno de la pareja. Y siempre teniendo en cuenta que los estrictos modelos de sexualidad dirigidos hacia las mujeres son también una cuestión que se extienden a las clases obreras de manera más reciente a partir de las ideologías burguesas en el siglo XIX, tal y como se ha podido ver en el capítulo 2.

> el proceso de desinstitucionalización, que no debe entenderse como la pérdida de importancia de las instituciones en tanto que organizaciones, sino como la pérdida de su capacidad de "instituir", es decir, de transmitir unos valores y normas que se reflejen en roles a partir de los que se conforman las personalidades individuales
>
> (Dubet, 2006, citado por Turnbough y Santiago, 2024: pag. 3).

En un contexto en parte desinstitucionalizado, en este caso de ausencia de estrictas -y coercitivas- normas sobre los modos de cortejo, la formación de la pareja, los roles de género, matrimonio y familia, lo cual no quiere decir que instituciones como la pareja o la familia pierdan importancia, los vínculos "fluyen" de alguna manera. Fluyen hacia lo que los individuos de un vínculo concreto -más o menos casual- desean, o hacia los deseos de quien marque las pautas del devenir de dicho vínculo, donde también entran en juego las relaciones de poder, asimetrías de género u otras variables que pueden modular hacia donde se dirigen. En ocasiones las vinculaciones pueden quedarse en la mera experiencia anecdótica, tomar la forma de un "rollo" pasajero, derivar en una amistad con derechos, una *situationship* -a medio camino entre la pareja y la amistad con derechos-, o formalizarse en una pareja estable.

Las situaciones más casuales, de manera general, suelen estar caracterizadas por una ausencia de normas sobre la exclusividad sexual (Langlais et al., 2024), elemento que en ocasiones puede ser problemático para algunas personas, o para otras una manera de expandir sus prácticas sexuales en otras direcciones con otras personas, sin problema alguno. Estas realidades que se sitúan fuera de la monogamia son interesantes para el carácter de este trabajo precisamente porque modulan los deseos, las conversaciones -o su ausencia- y las expectativas hacia la exclusividad sexual, y plantean nuevas maneras estar y situarse en el terreno sexoafectivo.

Sin embargo, los mandatos del amor romántico, los contextos mononormativizados y heteronormativizados y su configuración en los mandatos de género, también generan choques y problemáticas, en ocasiones divergentes de acuerdo con el género, en no pocos momentos. Las demandas de comunicación femeninas (Casado, 2014) así como de transparencia como expectativa dentro de la intimidad de pareja (Lasén, 2014), la demarcación de la autonomía típicamente masculina (Castrillo Bustamante, 2018), el trabajo emocional (Hochschild, 1979), las lógicas de intercambiabilidad (Lerdellier, 2014; Bauman, 2005; Illouz, 2020), las asimetrías de género y las relaciones de poder, plantean una serie de

tensiones para las que no hay normas o prescripciones para su solución. En dicho sentido, la individualización de los contextos amorosos (Beck y Beck-Gernsheim, 2001) llevan en ocasiones hacia soluciones que se resuelven desde cierta lógica propia del individualismo. De esta manera, los procesos desinstitucionalización que llevan a la falta de prescripciones claras y estrictas sobre las conductas, dejan abiertos espacios que ocupan terrenos como la psicología, la autoayuda y el *coaching* (Turnbough y Santiago, 2024; Giddens, 1995; Hochschild, 2008; Illouz, 2014; Illouz, 2020) en no pocas ocasiones.

De esta manera, en este capítulo analizaré, por un lado, una serie de (no tan) nuevas problemáticas que surgen de las nuevas formas de vincularse de manera casual, y que chocan precisamente con las asimetrías de género en el terreno sexoafectivo. En segundo lugar, me centraré en el análisis que varios discursos de terapia y *coaching* realizan a la hora de identificar problemáticas y "recetar" soluciones en el terreno sexoafectivo de acuerdo con el género.

4.1 *Ghosting*, *situationship*, responsabilidad afectiva. Un nuevo lenguaje para definir (no tan) nuevas realidades.

En la lógica del sexo casual o de los contactos con diferentes personas, surgen nuevos términos para definir situaciones que, si bien no son nuevas, adquieren relevancia y repercusión, y que se vuelven problemáticas para muchas personas. Desde el g*hosting* que podríamos definir como la "desaparición" -de golpe o paulatinamente- de una persona con la que se tenía una vinculación previa; las *situationships* o relaciones entre amigos con "derechos" -también definidas como "no-relaciones" por algunas personas; o la demanda de "responsabilidad afectiva" como contestación y señalamiento a lógicas individualistas que establecen la falta de comunicación y transparencia en los vínculos sexoafectivos. Tal y como nos relata la siguiente entrevistada sobre su experiencia con el *ghosting:*

> "Yo también lo he hecho. Pero yo he mandado un mensaje o he hablado con la persona para decirle el porqué. Pero a mí lo que me han hecho ha sido *ghosting*. Sigo sin saber de muchas personas. No sé yo pensaba que te importaba. Que te cuesta decir 'oye mira que no quiero seguir conociéndote'. 'Mira esto no encaja, podemos ser amigos…' o yo qué sé.

(…)

[Entrevistada] Sí que creo que ahora hay más *ghosting*.

[Entrevistadora] ¿Por qué crees que hay *ghosting*?

[Entrevistada] Creo que es algo así chulería que tienen los hombres, en plan 'esta me ha dejado de gustar porque me ha gustado otra más', no sé, porque sí que me llegó a pasar que un chico me hizo *ghosting* y estaba en el gimnasio y me aparece por el cristal con otra tía. Cabrón, haberme dicho algo"

Leire, sin definir/bisexual, 30-34 años, relación cerrada

Esta entrevistada comenta que ella sí ha hecho *ghosting*, pero que, sin embargo, en vez de "desaparecer" como tal, ha explicado el motivo a la otra persona -hecho que muchos dejarían de catalogar como *ghosting*-. Posteriormente, insiste en el hecho de que ella cree que "los hombres lo hacen más por chulería", más bien como una idea de que los otros no quieren "mojarse" y les sería más fácil desaparecer que dar una explicación para justificar los motivos por los que quieren dejar de hablar con una persona o dejar de verla.

En términos de género, la figura del hombre que "deja de dar señales y mostrar interés", como sujeto autónomo que no requiere "dar explicaciones" no es nueva en el contexto occidental, sino un tropo (Turner, 2006) repetido de manera regular en la cultura popular a modo de alerta, y que condensa la idea del hombre que "promete" y "desaparece" sin necesidad de dar explicaciones, y que "utiliza" a las mujeres. Me remito al cuento de Dorothy Parker titulado *Una llamada telefónica* y que data del año 1928, donde la protagonista espera ansiosa la llamada de un hombre que "Dijo que llamaría a las cinco" pero que nunca llega, y donde reza a Dios insistentemente prometiendo ser una buena chica si la ansiada llamada llega (Parker, 1928). Puede resultar interesante lo que nos cuenta el siguiente entrevistado respecto de su experiencia de juventud y la ausencia de comunicación y la no necesidad de dar explicaciones como parte de su autonomía cuando ligaba con mujeres:

"creo que había un patrón bastante común y que muchos tíos, por lo menos en la época en la que yo estaba haciendo esas cosas, ligoteando y olisqueando y todo eso (…) Si alguien te gustaba, pues ligar con esa persona, lo cual siempre es agradable y cuando ya hubieses conseguido ligártela, pues a la primera de cambio, pues pasar a otra cosa sin darle a la otra persona ninguna explicación ni ningún. Además, yo creo

> que había incluso cierta, o sea una. Una cláusula tácita de eso era que tú ibas a que tú dejabas las cosas, así como si no hubiese pasado nada y la otra persona lo iba a entender perfectamente.
> (…) No iba a decir 'ay, mira, bueno, nos volveremos a encontrar' si no me interesaba la chica, a veces era al revés (…) A veces es mejor no decir nada. No, el silencio. No. No decir nada. Veremos si nos volvemos a encontrar. Pero no. No estropearlo con un WhatsApp o con un no sé qué (…) Ahora, con los ojos de ahora, no me gusta ahora, una especie de bohemia ahí ¿no? (…) De ese tío misterioso que aparece y desaparece."
>
> Miguel, 30-34, heterosexual, relación cerrada

En este ejemplo observamos el relato de un hombre para el que ligar y posteriormente no dar explicaciones y de alguna manera "desaparecer" era parte de la dinámica y el patrón de su entorno masculino cuando estaba soltero. Lo que el entrevistado define como "misterio", y la necesidad de "no estropearlo con un *Whatsapp*", era una manera de marcar su autonomía, cuando no había más deseo que el sexo mismo del momento.

De esta manera, el marcaje del "yo-autónomo" de los varones (Castrillo Bustamante, 2018), se realizaría mediante la ausencia de explicaciones y justificaciones. Como se verá más adelante, dentro del *coaching* dirigido a mujeres, las problemáticas sobre cómo afrontar el *ghosting* son muy repetidas como malestar femenino, donde en ocasiones ellas llegan a sentirse engañadas al enfrentarse al silencio o sentirse utilizadas.

También hay mujeres que realizan *ghosting* por diferentes causas. En ocasiones, por ejemplo, esta práctica por parte de las mujeres puede venir motivada por un modo de eludir señalamientos o intentos de disciplinamiento por parte de hombres cuando se considera que su comportamiento sexual parece no ajustarse a lo considerado adecuado de acuerdo con las prescripciones de género o cuando no se muestra interés hacia ellos (Gómez-Urrutia y Tello-Navarro, 2024). Esto es, las mujeres a veces recurren al *ghosting* para evitar reprimendas o cuestionamientos ante sus decisiones y prácticas, o para evitar la insistencia, lo cual también nos puede hacer apreciar los intentos de control sobre las situaciones de algunos varones, parte también de sus prescripciones de género. Tal y como indica una usuaria del foro Reddit en un hilo sobre *ghosting* femenino:

> "Puedo entender por qué algunas mujeres hacen *ghosting*, porque algunos hombres no pueden manejar el rechazo en absoluto. Cuando estaba saliendo y usando Tinder, y decía "Oye, creo que eres una persona maravillosa, pero no creo que encajemos tan bien como esperaba", afortunadamente solo hubo unas pocas veces, pero aun así memorables, en las que los chicos se volvían locos y he visto que les pasa a otras mujeres también. Inmediatamente se vuelven agresivos y comienzan a insultarte de todas las maneras posibles, primero intentan obligarte a decir exactamente POR QUÉ no funciona y luego discuten por qué la forma en que ves las cosas no es correcta o inmediatamente insultan tu apariencia (incluso cuando te ves perfectamente bien y antes estaban muy atraídos por ti físicamente)".
>
> Usuaria de Reddit, hilo sobre *ghosting* femenino[86]

Del mismo modo, puede que muchas de ellas lo hagan desde un establecimiento de la autonomía -en el mismo sentido masculino- para "ahorrarse" conversaciones que pueden apreciar innecesarias: de esta manera, hay personas para las cuales, una ausencia de explicaciones y el desaparecer, está más que justificada dado que el vínculo "muere" por sí solo:

> "También te digo, igual yo digo que ha sido mutuo y simplemente he sido yo, que he tenido un hábito de esto no funciona, como tampoco nos conocemos mucho y no tenemos como mucha intimidad, ni somos muy amigas ni nada, pues no te digo nada y me piro y sigo con mi vida, ¿sabes? Y yo presupongo que ha sido mutuo porque yo no he notado como ese *feeling* pero igual la otra persona se ha quedado como esperando algo (…) en reverso no me he quedado nunca con una sensación de repente 'me dejó de contestar' (…) y yo te diría que yo tampoco he hecho eso, en plan, así a alguien con quien he llegado como a tener una relación más, no sé, de hablar más o de más tangible, no sé cómo decirte, más que han pasado más cosas, tampoco me he ido aunque es verdad que por ejemplo me está la situación (…) tanto con [chica 1] como con [chica 2] el año pasado (…) que me agobié y me piré [largué] de la situación. Pero habíamos tenido, pues no sé, imagínate, te digo, tres citas, no hablábamos mucho y no volvimos a quedar. A ver, con una de ellas por el barrio y así sí me encontraba y le he visto y así con la otra no, hasta que quedamos pues en

[86] *https://www.reddit.com/r/dating_advice/comments/15xxbcy/why_do_girls_ghost_instead_of_saying_sorry_but/?tl=es-es*

primavera o así [de nuevo, meses después], eso supongo que también cuenta como *ghosting*, ¿no?"

Maialen, 30-34, lesbiana, soltera

Esta mujer relata precisamente situaciones de sexo y citas casuales donde no aprecia necesarias las explicaciones en caso de no desear seguir viendo a alguien, "fluyendo" con las dinámicas y leyendo las situaciones entre líneas. Puede que, si bien los preceptos de la feminidad hegemónica establezcan sobre la figura de las mujeres cierta "contención sexual" o el ánimo a "no ser utilizadas"[87], y las mujeres en muchas ocasiones realicen demandas de comunicación (Casado, 2014), este no es el caso para todas ellas. La apertura de modelos de feminidad posibilita de esta manera la apertura hacia cierta autonomía antes relegada exclusivamente a los hombres.

Otra realidad que en ocasiones parece afectar de manera diferente a hombres y a mujeres, y que tiene que ver con las dinámicas que se establecen dentro de los cambios en las relaciones sexoafectivas, son los sentimientos relativos a las situaciones casuales, como lo que se ha denominado como s*ituationships* o "no-relaciones". De acuerdo con el trabajo de Langlais et al. (2024: p. 1842) una *situationship* podría definirse como "a relationship with someone in which there is a romantic connection, often involving time spent together, affection, and sexual behaviors, but no clarity or label. (…) may be one-sidad, where one participant wants more from the relationship" [una relación con alguien en la que existe una conexión romántica, que a menudo implica tiempo juntos, afecto y comportamientos sexuales, pero sin claridad ni etiquetas. (…) puede ser unilateral, donde un participante desearía más de la relación]. Las *situationships* estarían, de este modo, a medio camino entre el estatus de una relación de amigos con derechos y una vinculación de pareja estable: una situación indeterminada donde puede llegar a darse cierta dinámica de pareja e incluso un componente romántico sin llegar a ser nombrada como tal, y donde no hay un "compromiso", en la acepción tradicional de la palabra, hacia la formalización de la pareja como tal. El trabajo de Langlais et al. (2024) no recoge diferencias en la valoración de las *situationships* o las "no-relaciones" desde una perspectiva de género, aunque en redes sociales son comunes los

[87] Si bien en la actualidad hay un reconocimiento a la actividad sexual femenina, esta sigue supeditada en su valoración a la masculina. Las ideas de que a las mujeres "se las puede utilizar", o que "solo dan sexo a cambio de amor", así como los preceptos del amor romántico, pueden generar situaciones en las que nosotras mismas podamos sentirnos mal por no haber sido "escogidas". Si bien, ello no quita que la demanda de comunicación de ellas (Casado, 2014) no esté justificada en muchas ocasiones.

comentarios de mujeres que alertan sobre "huir" de estas vinculaciones, y son parte de las cuestiones más comentadas y ampliamente tratadas en el ámbito del *coaching* femenino como parte de las problemáticas a las que algunas mujeres se enfrentarían en el ámbito sexoafectivo.

El trabajo de Concepción Castrillo (2018) recoge también testimonios en los que se constata la dificultad para pedir explicaciones en vínculos sexoafectivos no definidos por parte de algunas mujeres, donde ellas realizan un trabajo emocional (Hochschild, 1979) y de cuidados, y donde, en muchas ocasiones, son las mujeres las que tienen que estar callándose o no atreviéndose a reclamar ciertas explicaciones, mientras que los hombres se situarían más cómodos en la indefinición, y por lo tanto, en una supuesta ausencia de responsabilidad y cuidado del vínculo y del otro.

> La posición ambivalente masculina tiende a establecer una serie de límites que generan una definición tácita del vínculo y de lo que se puede esperar del mismo. (…) la ambigüedad es propiciada por la indefinición de la relación, pero esta indefinición se experimenta con comodidad, ya que permite mantener la propia autonomía en diferentes ámbitos. Se está marcando un espacio propio a defender, sin embargo, ese marcaje no se hace manifiesto. Por el contrario, se "huye un poco" porque hacer explícitos los límites puede implicar entrar en un espacio de conflicto y poner en peligro un vínculo que, por otro lado, otorga reconocimiento y satisfacciones. (…)
>
> Lo que no es explícito, sino ambiguo, no adquiere un reconocimiento tal como para marcar guías a la conducta., al menos desde la posición masculina del 'yo autónomo'. Precisamente porque no hay roles perfectamente asignados a los géneros -es decir cuando las conductas están menos codificadas en términos tradicionales-, la comunicación adquiere centralidad. Pero las prácticas de comunicación (y su ausencia) no son neutras, sino que están marcadas por resistencias y juegos de poder. (…) La posición ambivalente masculina pasa precisamente por resistirse a la implicación afectiva o al abrirse emocionalmente que viene de la posición femenina
>
> (Castrillo Bustamante, 2018: 383)

Por tanto, las dinámicas de poder asociadas a las asimetrías de género y que se dan en vínculos como las *situationships*, hacen precisamente que las mujeres se sientan frustradas ante la imposibilidad de petición de explicaciones y la comodidad de muchos varones en situaciones ambiguas porque es una manera de cercar su propia autonomía. Ello no quiere decir que

estas posiciones típicamente masculinas y femeninas se encarnen exclusivamente por hombres, en el primer caso, y por mujeres en el segundo pues también podemos asistir a un reordenamiento de dichas posiciones (Lasén y Casado, 2012).

En el trabajo de Marie-Carmen García (2021), dedicado a investigar las relaciones de género que se producen en relaciones extramaritales -adulterio- formadas entre hombres y mujeres, la autora destaca que, al tratarse de relaciones que quedan fuera de las normas de instituciones reconocidas como la pareja donde, en la época contemporánea, el deseo heterosexual debe combinarse con la prescripción del amor compañero (Kaufmann, 1993 citado por García, 2021: pag. 60), este espacio fuera de reconocimiento como son las relaciones extramaritales haría que las desigualdades de género aumenten en tanto que se escapan del control social y de las prescripciones de igualdad, resultando en que los hombres tiendan a tomar posiciones de dominación y control sobre la situación y las dinámicas del vínculo. Puede que, en las *situationships*, al tratarse también de situaciones que escapan de la forma institucional reconocida de la pareja, en ocasiones las ambivalencias tiendan a jugar a favor de las posiciones masculinas. Esto es, la ausencia de reconocimiento externo de estos vínculos puede generar una suerte de ausencia de control social sobre lo adecuado, pudiendo desembocar en comportamientos desconsiderados, el saltarse normas de etiqueta sin miedo a un señalamiento externo o el realizar acciones que puedan estar mal vistas por el entorno. Si bien estos comportamientos no supeditados al control social pueden darse tanto por parte de hombres como de mujeres, las asimetrías de género en los vínculos formados entre hombres y mujeres también toman parte en estas dinámicas. De todos modos, siempre teniendo en cuenta que las formas adúlteras son altamente censuradas y estas relaciones "secretas" pueden tener ese componente de asimetría de género más remarcado que en otras como las *situationships* o los amigos con derechos. Y, por otro lado, también teniendo en cuenta que estas asimetrías de género que se dan en lo respectivo al marcaje de la autonomía y control sobre las situaciones masculina, sin embargo, no son elemento exclusivo de los vínculos fuera de la pareja clásica. Como se ha visto en el segundo capítulo de este trabajo, dichas asimetrías también afectan a las parejas formalizadas (Lasén y Casado, 2012) y en ellas se inscriben realidades como las desigualdades en el ámbito del trabajo reproductivo y del mercado de trabajo (Prieto y Pérez de Guzmán, 2013; MITES, 2024) o diversas violencias (Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género, 2019), muestra de la desigualdad de género.

Puede que como resultado de la relectura realizada sobre las dinámicas de género en el terreno sexoafectivo en el contexto de la cuarta ola feminista (Day y Wray, 2018) uno de los

conceptos que ha aflorado en los últimos años es el de "responsabilidad afectiva". Este concepto, usualmente utilizado para referirse a comportarse con honestidad y comunicación en el ámbito sexoafectivo -tanto en vinculaciones sexoafectivas casuales como en aquellas relaciones de pareja reconocidas-, señala precisamente esas ambigüedades que pueden generar malestares.

Figura 5

Responsabilidad afectiva también con tu follamiga

Nota. Captura de la obra de Lucía Naval (2022). Fuente: @nunilobiloba https://www.instagram.com/p/CidXuhKDydb/?img_index=1

La responsabilidad afectiva es un reclamo para solicitar cuidado mutuo, especialmente a los hombres, aunque no necesariamente circunscrito únicamente a ellos, en prácticas de horizontalidad y comunicación en el terreno sexoafectivo. Pongo como ejemplo las bragas diseñadas por la artista e ilustradora Lucía Naval -Figura 5-, con el mensaje "responsabilidad afectiva también con tu follamiga". Las bragas, como señal de intimidad en la progresiva desnudez del cuerpo en el contexto sexual, pretenden llamar la atención sobre un hecho parecería ocurrir en la intimidad y en la privacidad de muchos vínculos: la asimetría, las

relaciones de poder y la falta de comunicación. Las bragas recuerdan, en ese proceso del sexo, que ser follamiga no implica ausencia de responsabilidad y honestidad en el cuidado mutuo. Desde esta perspectiva, hay que señalar al "desentendimiento" que algunas pudieran hacer de otras con las que se vinculan, simplemente porque "no son nada". Frente a la imposibilidad de poder reclamar situaciones que generan malestares en contextos que no se aprecian legítimos para ello (Castrillo Bustamante, 2016), la noción de la responsabilidad afectiva y su difusión viene a señalar, de manera amplia, que existe una legitimidad para el enfado o el reclamo ante la falta de honestidad y cuidado mutuo.

Aun así, los elementos relativos a las peticiones y demandas de "responsabilidad afectiva" también han encontrado grandes detractores. El valor que se le da a este elemento es causa de rechazo en algunos sectores de internet, muy ligados también a lo que podemos definir como manosfera (García-Mingo et al., 2022). Aquí, hay un componente ideológico que, frente a la conexión que se establece entre el concepto "responsabilidad afectiva" y los feminismos -pues es una frase muy repetida en ciertos entornos feministas, en redes sociales en cuentas asociadas a creadores y creadoras de contenido feministas, y en cuentas relacionadas con la terapia y el *coaching* más dirigido a mujeres-, desde los sectores antifeministas se genera un discurso como reacción (Gill, 2016). Mientras que en hilos de foros como Weloversize[88] podemos encontrar reflexiones respecto de la falta de "responsabilidad afectiva" buscando espacios de consejo y desahogo y apoyo, en otros foros más masculinizados como Forocoches[89] es común encontrar hilos haciendo sorna de estas peticiones. El rechazo por parte de algunos hombres a esta demanda de responsabilidad afectiva presente en discursos de la manosfera -como los del hilo de Forocoches citado-, vendría en este caso ligado a una sensación de amenaza sobre su autonomía o, más bien, a una reafirmación de esa autonomía mediante su exhibición y demostración al desoír dichas demandas y despreocuparse de deseos y peticiones ajenas; y también se podría añadir, a un rechazo directo de las connotaciones feministas de estas demandas. En cualquier caso, más allá de estos discursos misóginos, la parte relativa a la honestidad y comunicación en el ámbito sexoafectivo parece ser un tema que ocupa las preocupaciones de hombres y de

[88] Dedicado al público femenino, y con usuarias que en general presentan valores igualitarios o feministas y donde se habla de sexualidad, cuerpos, cuestiones sociales, entorno laboral, etc.
https://weloversize.com/topic/sentirse-vacia-y-mal-despues-de-sexo-casual-alguien-mas-tocho-inside/
[89] El foro más grande de España y conocido por su carácter masculinizado y en ocasiones con un lenguaje misógino.
https://forocoches.com/foro/showthread.php?t=9405437

mujeres en muchos casos y que genera debates y reflexiones[90] como se ha podido apreciar en hilos de otros foros como Reddit.

4. 2 Terapia, *coaching* y el trabajo sobre el individuo en el terreno sexoafectivo

Los procesos de individualización, el aumento de la libertad sexual, la progresiva igualdad de género y la caída de la idea de una única pareja como destino, a la vez que el menor efecto que en épocas anteriores la regulación por parte instituciones como el Estado y la Iglesia sobre la formación de parejas han tenido, generan nuevos "huecos". En la actualidad, por ejemplo, las problemáticas sobre la búsqueda y el mantenimiento de la pareja se han relegado, en gran medida, y en consonancia con la creciente individualización, a las áreas de la psicología, la autoayuda y el *coaching* (Illouz, 2020; Hochschild 2008; Giddens, 1995; Ahmed, 2019; Turnbough y Santiago, 2024).

En las siguientes páginas analizaré varios de estos discursos de (parte de) la psicología, el *coaching* y la autoayuda en lo respectivo a las problemáticas relacionadas con la búsqueda de la pareja, a las tensiones entre la búsqueda de la pareja y el desarrollo de la individualidad, los choques y problemáticas asociados a la búsqueda de la pareja y la monogamia, la declarada imposibilidad de algunas personas para conseguir algo "estable" más allá de situaciones casuales o la expectativa constante a que "algo mejor" pueda estar esperando. Para ello, haré un análisis de tres casos, de cuentas que se dedican a difundir ideas, ayuda y productos en el terreno sexoafectivo.

Además, desde una perspectiva de género, resulta interesante también el apreciar qué problemáticas surgen desde las audiencias de unos y otros *coach*, a la vez que el tipo de resoluciones que estos *coach* ofrecen, entendiendo de este modo las maneras en las que las asimetrías de género siguen operando. Como se verá más adelante, los servicios de *coaching* y psicología que aconsejan y guían sobre el terreno sexoafectivo y que están presentes en redes sociales y medios de comunicación, no en pocas ocasiones difieren en las problemáticas planteadas, en tanto que sus servicios tienden a estar dirigidos o segmentados de acuerdo con el género de sus públicos, y ello también supone recetas y estrategias de acción diferentes en cada caso.

[90] https://www.reddit.com/r/AskArgentina/comments/1639e68/que_es_responsabilidad_afectiva/

"Cultivar" el mundo interior, "sanar", y "estar preparado" para afrontar una relación de pareja, y la búsqueda de ayuda terapéutica para ello, son parte de la realidad actual para algunas personas, tal y como nos muestra este entrevistado:

> "Solo nunca estás. En el sentido de que siempre estás en constante conversación o comunicación con gente. O amigos o el tipo de amistad que sea o, en fin. Pero solo en el sentido de pues no mantener, no tener vínculos lo suficientemente fuertes como para que lleguen al punto de de que se quiera establecer una una relación [de pareja estable]. No sé, no sé. No es una cuestión de soltería por hacer lo que quiera en todo momento, sino una cuestión de, de de, de pensar y de y de saber realmente. ¿Pues eso, qué quieres buscar? Y luego tratar de encontrarlo cuando lo tienes más claro, sobre todo cuando sientes que no, que necesitas parar y lavarte la cara y salir otra vez al mundo a ver qué te encuentras. Claro, en ese sentido, pues cuando no te pasa y enchufas una relación con otra, pues te sientes atropellado.
>
> (…)
>
> Porque para mí siempre estaba muy compartimentado lo de me voy con la novia, me voy con la novia y luego ya el domingo veo a mis amigos. No. Pero no los juntaba nunca. No sé tampoco. No te sabría decir por qué lo hacía (…) Pero también es un poco por la idea previa que yo tenía de todo esto, que hacía que esto fuera así, que yo tuviera este tipo de pensamiento, ¿no? Y luego pues reflexionando, claro estas cosas, me di cuenta de que esto había que cambiarlo, igual que había que cambiar otras cosas y. Y bueno, pues. Vinieron mis amigos también a [ciudad en la que reside] y por supuesto me llevé a [actual novia], les presenté a todos. O sea que son pasos que, o incluso lo de que viniera a casa estas semanas atrás o de que yo fuera a visitar, a visitarla a [casa de los padres de ella], son cosas que probablemente yo antes no hubiera hecho y de las que creo que me siento bien orgulloso de poder hacerlas hoy en día, pero que me ha costado pasar por el psicólogo para para poder hacerlo y eso pues no pasa nada, pero joder, que era un problema que tenía y que y que está bien solucionarlo ya, claro. A mi forma de ver creo que sí era un problema"
>
> Gabriel, 25-29, heterosexual, en relación cerrada.

Este entrevistado habla de la importancia de la soltería -tras una larga relación- como un periodo de autorreflexión, precisamente, antes de querer buscar otro vínculo. La mayor reflexividad en el terreno sexoafectivo (Giddens, 1995) y la manera de aproximarnos a las

relaciones en el mundo actual, implicaría la necesidad de un mayor autoconocimiento, saber qué es lo que se quiere buscar y la necesidad de "estar bien" para poder estar en pareja. De hecho, es una idea que se repite regularmente tanto en parte de la psicología como en la nueva cultura de la autoayuda y el *coaching* en el terreno sexoafectivo: la idea de sanar de unas heridas antes de establecer vínculos con otras personas. En este caso, el entrevistado, tras una mala experiencia amorosa, en la que ve como problemática parte de su propia actitud y su estado anímico, decide acudir a una consulta de psicología y trabajar sobre parte de sus problemas. Los aprendizajes extraídos de acudir a psicoterapia le permitirían, posteriormente, cambiar parte de sus actitudes no deseadas a la hora de relacionarse sexoafectivamente, elemento que haría cambiar la manera de relacionarse con su nueva pareja, trabajo del que está "orgulloso" según sus propias palabras. Este aprendizaje declarado por el entrevistado habría pasado por dejar de compartimentar diferentes áreas de su vida, incluir a su pareja en su red de amigos, y hacer un acercamiento familiar. Podemos apreciar que, en este caso concreto, el modelo de la autonomía masculina que genera un marcaje de independencia y acotamiento (Castrillo Bustamante, 2018; Ilouz, 2020), concretando áreas separadas -amigos, familia, pareja-, se pone en cuestión a través del proceso de terapia, y el trabajo en uno mismo resulta en una mejora a la hora de establecer vínculos, mejorando la comunicación y la disponibilidad emocional.

El hecho de no tener la obligatoriedad de vincularnos de manera permanente y la perspectiva de tener varias parejas sexuales y afectivas a lo largo de la vida, implica a su vez, más aprendizajes sobre uno mismo, más rupturas y más duelos, más malestares que, desde una perspectiva psicológica, han de ser sanados. El entrevistado pone como contraparte la idea de "sentirse atropellado" en caso de encadenar varios vínculos de pareja estable. Pero al mismo tiempo, delimita y separa los vínculos formales -los cuales no habría que encadenar- de los informales -insuficientemente fuertes como para querer establecer una relación-. Aquí parecería no haber conflicto y se establecería una separación de tipos de vínculos -los más casuales frente a los más formales- para los que se requerirían elementos diferentes. El trabajo emocional para que uno mismo mejore, en dicho sentido, sería adecuado para construir vínculos de pareja estables, "formales", pero no para vínculos más o menos casuales.

Para los vínculos "formales" o "serios", esto es, para los vínculos que llevarían a noviazgo, la situación psicológica de cada cual debería ser adecuada, conocernos lo suficiente, y haber "trabajado" en nosotros. La idea de trabajar en uno mismo, muy extendida en el lenguaje común actual, y asociada precisamente a la psicologización de la vida cotidiana (Ahmed, 2019), así como a la idea de "crecimiento" personal, son parte de un lenguaje que también

bebe de una realidad inmersa en un proceso de desinstitucionalización e individualización contemporánea (Turnbough y Santiago, 2024).

> Es por tanto en este proceso de desinstitucionalización donde se debe rastrear la creciente importancia del trabajo sobre sí mismos que deben realizar los individuos. Dicho proceso tiene como corolario otro proceso, el de individualización, por el cual los individuos adquieren un mayor protagonismo en la vida
>
> (Turnbough y Santiago, 2024: pag. 3).

Hoy en día, rara vez he escuchado a gente joven la idea de que la pareja, el noviazgo o el matrimonio sean un "trabajo" como tal, esto es, el reconocimiento explícito de que la pareja requiere de trabajo emocional (Hochschild, 1979) o la importancia y reconocimiento del trabajo reproductivo en el marco de la pareja y la familia. Esta mirada sobre el trabajo en el ámbito de la pareja y la familia, sin embargo, sí que se explicita, además atendiéndola desde la perspectiva del sacrificio en no pocas ocasiones, desde la experiencia de mujeres de mayor edad (Actis et al., 2018). En el trabajo de Ana Vicente Olmo (2017) algunos jóvenes -en mayor medida en las chicas- parecían concordar con la idea de la entrega en el terreno amoroso -que podríamos situar como similar a la idea de sacrificio mencionada-, sin embargo, también había jóvenes que parecían distanciarse en gran medida de este sentido

> Ante la pregunta de si existen obligaciones o responsabilidades hacia la pareja la reacción más común fue el desconcierto o la incomodidad. Aunque se desean tener relaciones duraderas, que los vínculos puedan incluir deberes más allá de los deseos personales es una idea que despierta resistencias
>
> (Vicente Olmo, 2017: pag. 475)

Sin embargo, la idea de trabajar *en uno mismo para* una relación, o trabajar *en* una relación, persiguiendo la idea de la *mejora* son de uso común a nivel coloquial. El trabajo en el terreno sexoafectivo, de este modo, no se entiende como lugar de explotación, de trabajo reproductivo -no pagado-, de sacrificio, de trabajo emocional (Hochschild, 1979) o de responsabilidades *hacia el otro*. El trabajo de mejora -sobre uno mismo o sobre la relación- es posible identificarlo en la extensión de algunos discursos terapéuticos en el discurso amoroso (Cervantes González y Rodríguez Salazar, 2022). Mejorarnos a nosotros, para construir una relación o para mejorar una relación que ya tenemos, requerirían hacer un esfuerzo más allá, que parte de nosotros mismos, un trabajo que implica el desarrollo de herramientas adecuadas psicológicas o "mentales", habilidades de comunicación y de entendimiento -de

uno mismo y del entorno-, de atender a los deseos propios y de aprender a establecer límites. Una vez fuera la explícita obligatoriedad de la pareja o del matrimonio como trayectoria vital, pero sí como precepto y aspiración social, el trabajo sobre el individuo se vuelve importante a la hora de la configuración de las relaciones sexoafectivas.

Hay sin embargo una tensión en las líneas referidas al tipo de trabajo individual que podríamos hacer -en el terreno sexoafectivo o en otros ámbitos de la vida-, que se diferenciarían, por ejemplo, entre los recursos que daría en principio la psicología y la psicoterapia, y los que darían el *coaching* y la cultura de la autoayuda. En el caso de la primera, habría una lógica asociada a heridas previas a sanar, el *wounded self*, y en el segundo caso, un *celebrated self,* que buscaría la potencia de los individuos distanciándose de la imagen de alguien herido y vulnerable (Western, 2012, citado por Turnbough y Santiago, 2024). Si bien estos autores nos presentan una separación entre el *coaching* y los servicios de psicología, a lo largo de mis observaciones he visto que también hay cierta convergencia entre los mismos, donde hay personas con estudios de psicología y que ofrecen servicios de psicoterapia, se dedican también al *coaching*, y donde la convergencia de ambos se da, de manera general en mayor medida, en los servicios dirigidos principalmente a mujeres en las redes sociales. El caso del entrevistado muestra un ejemplo de un hombre que ha asistido a terapia a "sanar sus heridas" y realizar una mejor "gestión emocional", sin embargo, como se verá más adelante, los productos dirigidos a varones que destacan en las redes sociales tienden de manera especial a enfatizar una masculinidad que huye de la idea de vulnerabilidad y se centra en el crecimiento personal.

4.2.1 *Coaching* y terapia dirigida a mujeres en redes sociales: ¿una mirada posfeminista?

Para analizar los discursos en el terreno sexoafectivo que se encuentran en el ámbito de la terapia y el *coaching* dirigido a mujeres, he escogido a dos terapeutas españolas de amplia repercusión en redes sociales: Silvia Llop *"Psicóloga del amor"* y Sandra Ferrer, principal cara visible y una de las creadoras de *"Programa Mía",* junto a su hermano Albert Ferrer. Ambas comparten ciertos elementos y trayectorias: formadas en psicología, han adquirido importancia a través de las redes sociales y de crear contenido exclusivamente por ellas mismas, han pasado a crear empresas con más trabajadores y productos diversificados que ofrecen terapia -individual y grupal-, contenido de autoayuda -libros, podcast, contenido

producido para redes sociales, etc.- y una progresiva presencia mediática en medios de comunicación. Silvia Llop presenta su contenido como dirigido a conseguir "relaciones sanas y duraderas"[91], y los servicios que ofrecen desde Programa Mía estarían especializados en "heridas de apego y trauma relacional (…) [para] revolucionar las relaciones en la era del amor líquido"[92]. En ambos servicios de psicología y *coaching* encontramos, por el contenido que comparten a través de redes sociales y sus *newsletters,* productos dirigidos a mujeres que se enfrentan a problemáticas contemporáneas tales como la dificultad para encontrar parejas "significativas", la "ruptura de patrones" relacionada con relacionarse con hombres "emocionalmente poco disponibles" o con "bloqueos" personales, el desarrollo personal y el miedo a la soledad, entre otros. De manera general, por el contenido que comparten y las problemáticas que tratan estas terapeutas y *coach*, la dificultad para conseguir parejas estables y adecuadas por parte de mujeres es una problemática repetida por parte de sus audiencias y por parte de quienes contratan sus servicios, donde muchas de ellas parecen encontrarse en "no-relaciones" o *situationships* (Langlais et al., 2024) más de lo que les gustaría: mujeres que establecen relaciones sexoafectivas con personas -hombres por lo general- que no desean "sentar la cabeza", al menos con ellas, y que se sienten frustradas y utilizadas por el trabajo emocional[93] (Hochschild, 1979) que realizan a cambio de "migajas". Esta realidad, declarada también por varias entrevistadas mías y que ocupa largos hilos en foros y en redes sociales, y que también se representa regularmente en productos culturales feminizados como las comedias románticas o la *chick lit*[94] (Gill y Herdieckerhoff, 2006), mostraría lo supuestamente dificultoso de encontrar personas -hombres- que quieren comprometerse en una relación estable. El mandato del amor romántico dirigido a las mujeres con la pareja estable como fuente de su felicidad (Herrera, 2011, 2015), de este modo, parecería generar una serie de frustraciones ante su no consecución para algunas de ellas; y por otro lado, los cambios en las normas respecto de una mayor libertad sexual y donde la pareja estable no es obligatoria, genera una suerte de situaciones "indeterminadas", donde los ritmos y las dinámicas suelen jugar a favor de ellos, fruto de las asimetrías de género, más cómodos en la ambivalencia, frente a las demandas de implicación afectiva de algunas mujeres (Castrillo Bustamante, 2018).

[91] https://silviallop.com/
[92] https://programamia.com/sobre-nosotras/
[93] Yo recurro al término trabajo emocional, pero muchas de estas usuarias suelen utilizar términos como "invertir": *Yo he invertido mucho en esta relación y él siempre me da migajas*, por ejemplo.
[94] Literatura de corte romántico dirigida a mujeres

De manera general, en los discursos de estas terapeutas y *coach* resuenan ciertas ideas (pos)feministas relacionadas con el hecho de la importancia de "hacerse valer" como mujeres y la necesidad de empoderarse, el rechazo a los hombres machistas y el cómo conocer hombres que las traten como iguales, las experiencias relativas al malestar de la soltería como cuestión denostada socialmente –"sola también se puede estar muy bien"- (Taylor, 2012), o la mejora de la comunicación en el ámbito de la pareja.

La *coach* y "psicóloga del amor" Silvia LLop, cuenta con casi 130000 seguidores en Instagram en 2024. Los servicios que esta *coach* ofrece son de una gran variedad. Partiendo del contenido "gratuito" que genera en Instagram -infografías, vídeos y *reels*, preguntas y respuestas en *stories*- y un canal de WhatsApp con 8500 seguidores donde comparte audios con reflexiones; se pueden encontrar también cursos de pago -sobre autoestima, sobre cómo establecer estándares en la pareja ideal, sobre cómo usar Tinder para encontrar pareja estable, sobre cómo romper con patrones a la hora de encontrar pareja, sobre rupturas, apegos, etc.- que oscilan entre los 19 y los 170 euros, siendo el más caro el de cómo usar Tinder para aprender a buscar una pareja estable. Por otro lado, también tiene sus propios libros de autoayuda, y un servicio de suscripción a "Psicoamor" -su servicio de *coaching* y terapia-, con diferentes tarifas -de entre 12 y 50 euros según el nivel de individualización o exclusividad del curso- para recibir episodios informativos, participación en grupos de Telegram privados y episodios en audio donde responde consultas de seguidoras, entre otros. Su manera de trabajo en redes sociales es muy interactiva con sus seguidoras: a modo de consultorio, regularmente utiliza mensajes de seguidoras o clientas que contesta públicamente mediante *stories,* infografías en publicaciones de Instagram o mediante el consultorio de su web; en ocasiones, las respuestas de ella a las consultas en la web solo pueden verse mediante la suscripción a sus productos. La comunidad de "Maricármenes" -nombre con el que se refiere a sus seguidoras- que ha creado, a partir de su gran interacción pública con seguidoras en *stories*, los grandes debates que genera entre usuarias en las secciones de comentarios de Instagram y de su consultorio en la web, y los grupos de Telegram grupales entre suscriptoras, funcionan a modo de comunidad y grupo de apoyo online. De este modo, se genera una suerte de público íntimo (Berlant, 2008) de mujeres que comparten diferentes problemáticas relacionadas con el amor y la búsqueda de la pareja.

En el caso de "Programa Mía", no encontramos un servicio de *coaching* ni cursos ofertados como tal, aunque sí *masterclasses* gratuitas – "Adiós relaciones que no duran. Cómo encontrar personas maduras" y "Qué hacer cuando esa persona no te prioriza en su vida"- y servicio de psicoterapia online –"Terapia relacional" para tratar "heridas de apego", "Terapia de

integración" para reintegrar elementos trabajados previamente en terapia, y una terapia dirigida a hombres promocionada para "aprender a escoger pareja"-. Además de su cuenta de Instagram con casi 400000 seguidores, donde comparte infografías y *reels* y *stories*, cuenta con una *newsletter* regular y un canal de Youtube -143000 suscriptores- especialmente activo donde produce contenido en formato *videopodcast* con entrevistas -a psicólogos, comunicadores, creadores de contenido de redes sociales, personas dedicadas al "crecimiento personal" y *coach*, etc.-sobre experiencias amorosas y psicología así como vídeos en primera persona protagonizados por Sandra Ferrer -fundadora y cara visible de Programa Mía- con pequeñas píldoras reflexivas sobre estas temáticas desde una perspectiva que sí podríamos situar dentro de la cultura del *coaching* y la autoayuda. Al contrario que con el caso de Silvia Llop, las interacciones con el público son inferiores desde Programa Mía, si bien los modos de dirigirse a las seguidoras -cercano, especialmente en las cartas de la *newsletter* o en los vídeos reflexivos de Sandra Ferrer, utilizando la segunda persona singular- también puede hacer sentir a sus seguidoras parte de una comunidad.

4.2.1.1 Trabajar en una misma y sanar heridas

Tanto por parte de Programa Mía como por parte de Silvia LLop, la idea de "trabajar en una misma" o "desarrollar el potencial interno" -terreno del *coaching*- y "sanar heridas" -terreno de la psicología- son ideas recurrentes a la hora de afrontar las problemáticas de sus seguidoras y clientas en el terreno sexoafectivo. Por las ideas que se extraen, hay mujeres heridas que no dejan de tomar malas elecciones con respecto a los hombres con los que se vinculan -repetición de *patrones*, hombres que ofrecen *migajas*, mujeres que *ruegan* por amor, etc., perfiles *narcisistas* que se acercan-, y por tanto deben "sanar sus heridas", y aprender a "buscar lo que realmente necesitan". La idea de trabajar las formas de apego, también, son elemento recurrente para comprender los modos en los que las personas se vinculan, parte de la historia personal de cada una, y manera de afrontar las relaciones interpersonales. Al parecer muchas de las seguidoras y clientas -y en muy inferior medida, hombres- se sienten frustradas por la dificultad para encontrar parejas que las "traten como se merecen", que quieran construir una relación estable y sean comunicativas, no se "escondan" ni "desaparezcan". Por otro lado, también se hace referencia a la urgencia que algunas mujeres muestran por encontrar pareja, hecho que según las terapeutas hace que, en ocasiones, las mujeres se "enganchen" a hombres que, en realidad, no "les aporten" o no sean compatibles con ellas, por el simple hecho de desear vincularse con alguien.

Situaciones como el *ghosting,* la fluidez de las relaciones, el encontrarse en vínculos como "*situationships*" cuando en realidad se desea una relación más estable, enfrentarse a personas que hacen *love bombing*[95] y luego desaparecen, etc. son elementos que podrían trabajarse a partir de una misma, aprendiendo a identificar perfiles adecuados con los que vincularse, identificar los motivos y patrones por los que una mujer puede interesarse en perfiles que "no le hacen bien", y aprender a establecer límites y una comunicación asertiva sobre los deseos y expectativas propias. "Trabajar en una misma" -mediante terapia, contratación de cursos y talleres, etc.- y "sanar las heridas", de este modo, mejoraría los modos de vincularse y la elección de personas. Tal y como respondía en público[96] a una clienta que había realizado un curso suyo la *coach* y terapeuta Silvia LLop: "lo normal es que cuando te trabajas ya no conectes con cualquiera (…) Bueno, pues conforme vas fortaleciéndote y trabajándote, cuesta más conectar de verdad con alguien porque no te enganchas a lo primero que pasa, sino que evalúas mejor lo que se te ofrece". De esta manera, el trabajo sobre una misma vuelve a una más exigente con las decisiones sexoafectivas que toma, a pesar de que ello dificulte encontrar a alguien precisamente como resultado de dichas mayores exigencias.

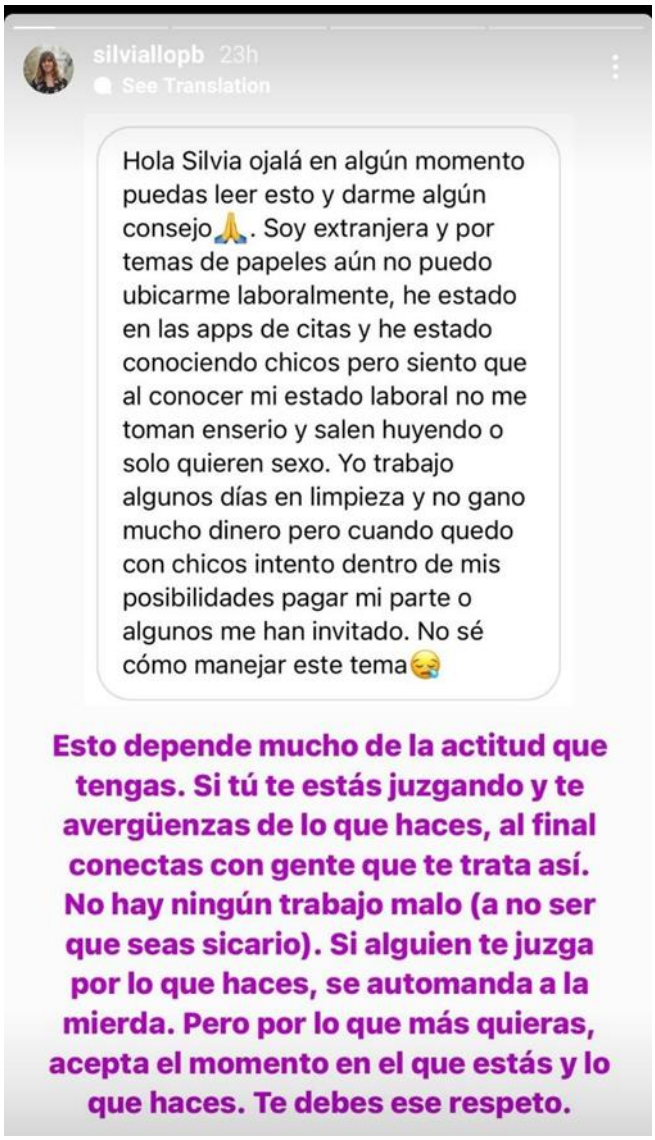
Otro elemento que podría dificultar la consecución de relaciones estables y que trabajan ambas terapeutas es la idea del "bloqueo". No encontrar pareja porque se está "bloqueado" -no estar preparado, tener "traumas" o "mochilas emocionales", "heridas sin sanar", miedos heredados de fracasos amorosos previos- es una de las nuevas explicaciones que se pueden dar. La solución al bloqueo vuelve a ser la idea de "sanar heridas" y "trabajar en una misma". De este modo, si cultivamos nuestro mundo interior y trabajamos sobre él, podremos librarnos de bloqueos o creencias limitantes (Turnbough y Santiago, 2024), y ello podrá hacernos conectar con otras personas afines. Al final, este trabajo personal serviría para una supuesta mejora y un crecimiento, y poder librarnos de creencias -esto es, librarnos de parte de una supuesta serie de límites mentales- que solo nos entorpecen en "nuestro camino".

[95] *Love bombing* es un término en boga para definir situaciones en las que una persona "bombardea" con mensajes y promesas de amor "enganchando" a otra y posteriormente desaparecer paulatinamente o dejar de dar tal atención dejando a la segunda persona "herida". A veces las psicólogas lo asocian a una dinámica de abuso por parte de perfiles narcisistas.

[96] [96] https://www.instagram.com/p/CoM-v9aIKOF/

Figura 6

Renspuesta de @silviallop en stories de Instagram a seguidora



Nota. Tomado de @silviallop, octubre de 2021.

La idea de la individualidad en el trabajo de una misma también se aprecia para afrontar elementos que parten de dinámicas sociales: en la imagen X, encontramos la captura de pantalla de una respuesta que Silvia Llop daba en abierto -octubre de 2021- a la preocupación de una seguidora que le había escrito por privado. La seguidora le comunica su frustración para encontrar pareja en aplicaciones de citas, pero aprecia que tiene una dificultad añadida por ser una extranjera sin papeles que trabaja en limpieza, lo cual, según cree la seguidora, hace que los hombres solo deseen tener sexo con ella o que no la tomen en serio, pero no la

quieran como pareja. Además, añade, intenta pagar a medias cuando tiene citas, a pesar de la escasa renta con la que cuenta. Aquí, nos encontramos ante una situación donde las condiciones sociales de una persona chocan con una mirada individualista en el terreno sexoafectivo. La propia seguidora es consciente de su situación desigual -una migrante indocumentada, en precariedad económica y legal-, y a pesar de ello, esta mujer intenta solventar esas diferencias como puede, como, por ejemplo, pagando a medias a veces, quizá como manera de no parecer "una interesada". La *coach*, sin embargo, responde que eso depende de la *actitud* que tenga hacia los hombres, y que, si ella piensa de manera negativa hacia sí misma, las personas que atraiga pensarán lo mismo. Es verdad que también añade que, si alguien piensa mal de ella por el tipo de trabajo que tiene, esta persona debe "automandarse a la mierda". Esto es, si bien la *coach* piensa que es injusto que una persona pueda juzgar a otra por su trabajo, sitúa la problemática en la mentalidad de la seguidora. Esta idea de la mentalidad de uno mismo como fuente de problemas, en vez de reconocer los componentes sociales que estratifican, jerarquizan y generan "dentros" y "fueras" y también participan del terreno sexoafectivo, entra en consonancia con las lógicas individualistas del *coaching* y la autoayuda. Al igual que en otras áreas de la vida social, como la situación económica o laboral, el *coaching* y la autoayuda dirigen sobre la propia responsabilidad de los sujetos (Turnbough y Santiago, 2024) la acción sobre los cambios en diferentes áreas de la vida frente a situaciones de desventaja. Las acciones se dirigen hacia el interior de una, para cambiar los hechos del exterior (Ahmed, 2019), pero no se denuncia ni se señala la situación exterior como problemática; tampoco tiene en cuenta la falsedad limitante que implica esta separación entre lo interior y lo exterior, en tanto que las subjetividades también están atravesadas por factores sociales, y estos, a su vez, son mantenidos por nuestras interioridades (Lauretis, 1996).

Al igual que el resto de las condiciones sociales, la mención al género también es un gran ausente en estos discursos de las *coach* y terapeutas, tanto en sus diagnósticos como en sus consejos. Esto es, no se hace, por norma general, una alusión específica a los estereotipos, expectativas y desigualdades que pueden derivar del género. Sí que cabe indicar que Silvia Llop suele mencionar, con cierta regularidad, la cuestión relativa al "machismo" en el entorno de la pareja, y a la importancia de cortar la relación -o no iniciarla- con hombres machistas. En 2024 Llop realizó una publicación[97] a partir de la participación y experiencias de varias seguidoras, sobre señales de alarma o "banderas rojas" en el ámbito de la pareja, esto es, una

[97] https://www.instagram.com/silviallopb/p/DBqljY3Pf_2/?img_index=1

serie de actitudes machistas que debían tenerse en cuenta para no construir -o dejar- una relación con un hombre: el reparto desigual del trabajo doméstico; las referencias y preocupaciones relativas al *bodycount*[98]; el sexo desigual -la obligación de que las mujeres complazcan a los hombres en la cama sin ser ellas complacidas o actitudes relativas a no desear utilizar preservativo por por parte de ellos-; el control sobre el tipo de ropa que se ha de utilizar -no parecer provocativas-; el *mansplaining*[99]*;* el prohibir y limitar salir de fiesta, especialmente con amigas solteras; la prohibición y celos hacia amigos varones de ellas y la actitud de desprecio hacia la expresión de malestares, son parte de estas "banderas rojas". En la misma publicación de Instagram, la autora anima a sus seguidoras a que propongan en la sección de comentarios "otras banderas rojas" que estén "íntimamente ligadas al machismo". En este contenido sí que se puede apreciar el reconocimiento de que puede haber actitudes machistas por parte de hombres que deberían ser claras líneas rojas en las relaciones, donde además la perspectiva de las usuarias se vuelve importante, genera comunidad[100] y públicos íntimos (Berlant, 2008). Sin embargo, esta referencia al machismo vuelve sobre una cuestión de las actitudes, pero no se hace referencia a las dinámicas desiguales y asimétricas del género que operan estructuralmente; y tampoco hace referencia a otras realidades como la violencia de género en sus distintas manifestaciones.

4.2.1.2 Una cuestión de energías

Otro elemento que llama la atención de estas terapeutas y *coach* y que también se puede encontrar en otros -como en el caso del *coach* de masculinidad y seducción Álvaro Reyes, cuyo caso se analizará más adelante-, es la idea de la compatibilidad en base a "las energías" de las personas. La idea de la "energía" es una manera de nombrar rasgos de género, esencializándolos en base a actitudes propiamente masculinas o femeninas, que funcionan a su vez haciendo género (West y Zimmerman, 1987). De esta manera, "tener una energía masculina o alfa" o "femenina o beta", hará que una persona pueda tener una mayor o menor compatibilidad con otra persona: siempre entre opuestos -reproduciendo una mirada heteronormativa- la compatibilidad será mayor, y se aprecia como problemática la

[98] *Bodycount* –"cuenta de cuerpos"-, expresión utilizada regularmente tanto en la manosfera como en discursos misóginos fuera de las redes, para referirse a la valía de una mujer de acuerdo a la cantidad de personas con las que ha tenido experiencias sexuales de manera previa.
[99] Acción mediante la cual los hombres explican cosas de manera paternalista a las mujeres.
[100] También cabe hacer una alusión al *engagement,* donde la visibilidad de las publicaciones en redes sociales aumenta a medida que los públicos interactúan más con ellas-dan "me gusta", comentan y comparten las publicaciones-, repercutiendo esto en el crecimiento de las cuentas.

compaginación de energías similares. Si bien desde estas miradas, tanto hombres como mujeres pudieran tener un tipo de energía u otra, o diferentes niveles de una y otra, lo común sería, de manera general, identificar la energía alfa o masculina en mayor medida en hombres y la beta o femenina en mujeres.

En un vídeo[101] de 2020, Silvia Llop declaraba que muchas mujeres le indicaban que "apabullaban" a los hombres, quizá asustados por las personalidades de ellas, por sus trabajos exitosos, o por su belleza e inteligencia. La terapeuta respondía que, en realidad, eso dependía de las energías: al parecer lo que a estas mujeres les pasaría es que "emanaban mucha energía masculina" -tomar iniciativa, tomar el control, etc.-, y que eso hacía "que los hombres huyeran", puesto que a un hombre con energía masculina no le interesaría juntarse con una mujer que también cuente con dicha energía. "Eso genera un choque de trenes, y, además, siente que no le necesitas, eso es lo peor que le puede pasar a un hombre (…) no quiere estar con alguien que le haga sentir un inútil". La identificación entre la no necesidad y la inutilidad que realiza la *coach* resulta, además, de interés, en tanto que es posible reconocer otra suerte de relaciones útiles basadas en aspectos *no necesarios* -goce, deseo, placer-; desde esta mirada, los hombres, para sentirse útiles en la formulación de la pareja, requerirían que haya una *necesidad* hacia ellos. Esto, a partir de los preceptos de la masculinidad hegemónica, vuelve sobre la idea del hombre al que se le necesita porque es quien provee, quien toma acción, quien protege.

En la sección de consultorio de la web de Silvia Lloop, en muchas ocasiones se repiten los mensajes de usuarias sobre "cómo atraer a alfas si se es una mujer alfa" para lo que se recomienda, "si realmente merece la pena", "modular la energía propia hacía la beta" y dejar que el otro tenga una actitud más activa. De esta manera, aprender a "modular energías" sería una técnica para conocer mejor a un hombre, sin tomar una excesiva iniciativa y saber si hay un real interés por parte del otro. Por otro lado, también cabría la posibilidad, si se tiene una energía alfa, de relacionarse con hombres con energía beta, si bien a veces, según la *coach*, "se pueden confundir la energía beta con la falta de interés".

El recurso a las energías, de este modo, suena a cierto eufemismo para referirse a las relaciones de poder, performadas desde posiciones alfa (dominante) y beta (subordinada), y caracterizadas como una suerte de esencia o forma de ser propia, que en muchas ocasiones se corresponde con el género.

[101] https://www.facebook.com/watch/?v=626857184819816

En Programa Mía también se hace referencia a las energías masculinas y femeninas, aunque desde otra perspectiva todavía más generizada. Por un lado, varias de las publicaciones, vídeos y cartas de la *newsletter* tratan el tema de un "exceso de energía masculina"[102] en algunas mujeres: un exceso de autonomía y poca apertura a la vulnerabilidad, donde algunas mujeres estarían demasiado centradas en hacerlo "todo perfecto" -trabajo, vida social, belleza, sexualidad, etc.- y acabarían cansadas y estresadas, fruto del "discurso del empoderamiento" que "se ha interpretado mal". El exceso de energía masculina crearía "mujeres de hierro", menos interdependientes y dispuestas a ser cuidadas. En un *reels*[103] de Instagram, titulado "No insistas a un hombre", se hacía referencia al hecho de que tomar una actitud activa era negativo: "no insistas a un hombre, no tomes tú la dirección y la iniciativa" indicaba la terapeuta, "cuando eres tú quien propone, quien tira del carro, quien insiste, estás generando una dinámica en la que tú no puedes descansar ni fluir (…) tu energía femenina relajada, sensual, despreocupada va a quedar aniquilada (…) vas a atraer a hombres con una energía masculina empobrecida y esa falta de empaque, de estructura y determinación las vas a tener que aportar tú (…) Aprende a no hacer, a recibir, a que te busquen y te ofrezcan. No quiere decir que tú no puedas buscarle, si él no lo hace no lo hagas tú por él". Por otro lado, encontramos una serie de contenido también dedicado a "elevar la energía femenina"[104] en mujeres, para "conectar con lo amorosa que eres", "sentirte segura en tu sitio". Al parecer, según Ferrer, muchas mujeres intentan renegar de la energía femenina porque "nos hace sentir inseguras" en tanto que se trataría de una energía "más voluble, más cíclica, a la par que nuestro ciclo". En el caso de los hombres, "la falta de energía masculina"[105] los haría ambiguos, indecisos, faltos de acción, y los haría huir de la toma de decisiones y de iniciativa, serían "infantiles" e "incapaces de sostener a una mujer", faltos de "fuego, pasión y perseverancia" y escurridizos ante conversaciones o situaciones complejas.

Tal y como se aprecia en el caso de ambas terapeutas y *coach*, si bien se indica la necesidad de cierto equilibrio entre energías, el remarcar el hecho de que impera una energía sobre y otra, y la compatibilidad de energías nos muestra una mirada que refuerza en gran manera las dinámicas de género. Al mismo tiempo, el exceso de un tipo de energía "contradictoria" con el género de una persona -por ejemplo, una mujer "con mucha" energía alfa o masculina, o un hombre "con poca" energía masculina, o "energía beta"- se vuelve problemática, poco deseable o infantil, y disonante. Llama la atención la gran alerta que se pone sobre las mujeres

[102] https://www.youtube.com/watch?v=YNaubF0mkuU
[103] https://www.instagram.com/p/DBwROXvgG7C/
[104] https://www.youtube.com/watch?v=vZSXgjtyN6Y
[105] https://www.instagram.com/p/DDkRe0Kg_RI/

con energía supuestamente masculina o alfa, las mujeres activas, que proponen, que cortejan, como si de alguna manera estuvieran traicionando a una suerte de esencia femenina y la justificación que se hace de los miedos o rechazos de los hombres hacia ellas: el problema, desde esta mirada, sería el "no asustarlos a ellos".

Desde una mirada sociológica y feminista, estas visiones sobre las energías las podemos interpretar como argumentos que recomiendan seguir los preceptos de la masculinidad y feminidad hegemónicas como técnica para solventar las problemáticas y conflictos derivados del terreno sexoafectivo, sin precisamente señalar esas supuestas esencias, que en realidad son mandatos de género, como parte de las muchas problemáticas y asimetrías que se dan entre hombres y mujeres. En un contexto de progresiva igualdad en el ámbito sexual y en las relaciones entre géneros, se apunta hacia la reafirmación de unos mandatos de masculinidad y feminidad asimétricos y donde los hombres ocupan una posición de privilegio como una de las maneras de acabar con los conflictos y tensiones en el terreno sexoafectivo.

4.2.1.3 ¿Es el adecuado? La búsqueda de la pareja estable

Tras el trabajo que las *coach* y terapeutas recomiendan realizar sobre una misma, también ofrecen una serie de técnicas o trucos y recomendaciones para poder conseguir pareja estable. Si bien este tipo de técnicas son amplias, en general resumiré una suerte de recomendaciones que realizan para evitar "situaciones fluidas"[106] o *situationships* y poder "escoger a las personas correctas" a la hora de ligar, si lo que se desea es buscar una pareja estable.

Silvia Llop, recomienda de manera recurrente, tras el trabajo de "sanación", el establecimiento de una serie de estándares para la búsqueda de la pareja. Estos estándares, recogidos en forma de lista, son criterios que las potenciales parejas puedan cumplir, según las necesidades que las personas hayan identificado que necesitan en una pareja tras realizar el trabajo "sobre una misma". Además del curso sobre estándares que la *coach* oferta, ofrece de manera gratuita en su página web una breve guía sobre el establecimiento de estos. Según la guía (Llop, s.f.), estos estándares vendrían agrupados en torno a cinco categorías: personalidad, planes de futuro, estilo de vida, creencias y día a día; la *coach* explicita que es necesario formularlos "en positivo" para "dar a tu cerebro el concepto de lo que sí quieres

[106] Llama la atención el recurso hacia "lo fluido" desde diferentes valoraciones: en algunos casos es bueno que una "fluya" en consonancia con la feminidad, como algo propio a lo femenino; sin embargo, es malo que una situación sexoafectiva "fluya" hacia situaciones no determinadas.

en tu vida"[107] (Llop, s.f.: pag. 1). Por ejemplo, "que sea familiar", "que emocionalmente esté siempre", "que quiera casarse", "que quiera verme regularmente", etc. De este modo, el establecimiento de estándares vendría a ser una guía propia, con varios *checks,* para elegir a una persona que los cumpla, y que "emanen" de las verdaderas necesidades que uno tiene después de "autoconocerse bien" y "saber realmente qué es lo que una persona necesita" (Llop, s.f.: pag. 1). Al contrario, desde Programa Mía se habla de la necesidad de tomarse el ligar y el conocer gente de manera fluida, "sin seguir una serie de *checklists*"[108] y como un juego, donde sería importante "escucharse a una misma" y "seguir las necesidades de cada una" en cada momento. En dicho sentido, tener sexo casual o utilizar aplicaciones para ligar de manera casual no tendría que ser problemático, lo que sí sería negativo sería el obligarse a dichas situaciones si una no lo desea, o mantener un vínculo casual simplemente con la esperanza de que pase a ser serio, dejando pasar tiempo.

Otro aspecto que resulta interesante a la hora de buscar relaciones estables sería la importancia que atribuyen ambas terapeutas a no tener un exceso de contactos sexoafectivos para la consecución de tales objetivos. En el caso de LLop, otra recomendación que hace la *coach* en la línea de las estrategias para encontrar pareja es la de intentar reconocer si uno tiene una amplia disponibilidad emocional o no, en lo que ella llama el "juego de las sillas"[109]. Según esta visión, es difícil encontrar pareja si se está invirtiendo tiempo y emociones en tener contactos con varias personas, sean de carácter sexual, o "hablando y ligando" por redes sociales, o sin haber olvidado del todo a una expareja, dado que la "disponibilidad emocional" sería inferior. Según la *coach*, hay una minoría de personas que son "multisilla", esto es, que son capaces de tener contactos sexoafectivos de diferente índole con más de una persona, y que serían capaces aun así de conocer a alguien "significativo" y enamorarse. Sin embargo, la mayoría de las personas solo tendrían "una única silla" disponible, y necesitarían dejar "ese espacio libre"[110] -no tener contacto con otras personas- para poder conocer a alguien "significativo" y poder enamorarse. Esto es, no sería compatible la idea de estar conociendo a dos personas a la vez en la mayoría de los casos, porque ello generaría "distorsiones" sobre lo que podemos sentir. Estas ideas están en gran sintonía con las repetidas por la antropóloga superventas Helen Fisher, cuyas teorías sobre el amor dictan que el amor romántico es un

[107] Formular deseos o peticiones "en positivo" es una idea repetida en parte de la psicología de autoayuda referida a la importancia de "proyectar": habría de hacerse en positivo, para "programar" al cerebro -o como petición al universo- de manera que se cumpla la petición. Las peticiones en negativo, de acuerdo con estas visiones, por ejemplo "no quiero estar en paro" -en vez de "voy a tener un trabajo"-, serían contraproducentes.
[108] https://www.youtube.com/watch?v=KT7vfqTUoqs
[109]https://www.instagram.com/silviallopb/p/CllnEimo2TI/
https://www.instagram.com/silviallopb/p/CvFPMPcIgEH/?img_index=2
[110] https://www.instagram.com/silviallopb/p/CevxJ0rArxt/

mecanismo evolutivo que solo permitiría estar enamorado "realmente" de una única persona (Fisher, 2007), mediante un discurso que naturaliza y mononormativiza el amor romántico y la formulación de la pareja dándole tintes biológicos. Si bien la *coach* Silvia LLop no censura el sexo sin amor, sí que recalca que, si lo que se busca es "una conexión", es mejor no tener relaciones esporádicas y esperar a tener "sexo con amor", tal y como indicaba en una entrevista (Lakunza, 2021). De esta manera, las personas que deseen buscar una pareja estable deberían ceñirse a practicar sexo exclusivamente con aquellas personas que tuvieran el potencial de convertirse en sus parejas. El sexo casual, visto desde esta perspectiva, "emborrona" la posibilidad de amor, debido a que "ocupa" espacios que deberían estar "libres".

Un elemento que puede resultar de interés es la mención que se hace del "amor líquido" (Bauman, 2005) como paradigma de las relaciones actuales e imposibilidad de buscar "amores estables y sólidos" de manera recurrente en Programa Mía. El recurso al término sociológico para definir el contexto de las relaciones actuales como "líquidas" muestra un cambio en la apreciación de los vínculos sexoafectivos respecto de otros productos y servicios de terapia y *coaching* que suelen volverse virales en redes sociales. De este modo, al hablar de amor líquido se supera la idea de los individuos como las únicas personas responsables de la consecución de un determinado tipo de relación de pareja y se habla en términos de lógicas sociales. De este modo, Sandra Ferrer realiza variadas reflexiones sobre los modos en los que la época contemporánea y las tecnologías impedirían o dificultarían el establecimiento de relaciones estables "clásicas" en favor de una lógica del consumo, de la sustitución y la intercambiabilidad, así como un distanciamiento de los sentimientos románticos (Bauman, 2005; Lerdellier, 2014; Illouz, 2020). En un vídeo[111] ofrecía "cinco *tips* o técnicas" que pueden llevar a cabo los individuos para afrontar y romper con la dinámica de las relaciones líquidas y "la sociedad postmoderna", siempre recalcando que, a pesar de ser dinámicas sociales, las personas "pueden hacer algo al respecto" y poder encontrar así "relaciones significativas". Entre las técnicas ofrecidas, estarían, en primer lugar, el "concentrarse en un único candidato o candidata" a la hora de buscar pareja. De acuerdo a lo que dice la terapeuta, no se podría encontrar un vínculo duradero si se está conociendo, hablando o quedando con fines sexoafectivos con más personas, y lo compara con supuestas "situaciones anteriores" donde la gente conocía a una única persona y "la conocía de verdad", sin distracciones de terceros; a ello añade, que si bien a veces es placentero el sexo, quizá

[111] https://www.youtube.com/watch?v=OL6YymJDIwY

fuera conveniente "esperar a tener sexo más tiempo" antes de "entregar" nuestro cuerpo –"un templo"- demasiado rápido y generar una "conexión" previa. En segundo lugar, "ser responsable y explícito cuando no se desea más", esto es, no hacer *ghosting* ni desaparecer paulatinamente, dado que "las relaciones hoy en día se dejan morir sin anestesia", y habría que ser honesto cuando no se desea seguir quedando o conociendo a alguien. En tercer lugar, "mostrarse vulnerable y quitarse la coraza": comentar cómo una relación hace sentir, mostrar cuándo no se está de acuerdo o a gusto con algo y cuándo sí, aludiendo al hecho de que "cuanto más te escondas te juntarás más con personas acorazadas", síntoma al parecer de la poca vulnerabilidad que se tiende a mostrar hoy en día. Como estrategia número cuatro, recomienda "buscar a alguien que quiera lo mismo que tú, sin intentar cambiar la mentalidad de alguien que quiere otra cosa"; y por último, "dejar de objetificar al otro y dejar de instrumentalizarlo": "dejar de convertir a las personas en objetos narcisistas para satisfacernos", esto es, no habría que esperar a que las otras personas cumplieran todos los requisitos y altos estándares que se tienen en lo relativo al amor, ser flexible "sin por ello ser sumiso", y admitir que las relaciones y las personas no son perfectas siempre.

Esta serie de estrategias "para hacer frente al amor líquido", muestran una guía de comportamiento y una serie de recomendaciones que, por un lado, reconocen una parte sustancial del trato de igualdad -la honestidad, con el otro y con uno mismo, por ejemplo-, la ruptura respecto de alguno de los mitos del amor romántico -no se puede intentar "convencer" a alguien o "cambiarlo" a base de amor- o el reconocimiento a la interdependencia humana y la vulnerabilidad, alejándonos de la idea del individuo "completamente autónomo". Sin embargo, no hace alusión alguna a las desigualdades de género o de otro tipo que pueden darse en el seno de las relaciones sexoafectivas hoy en día. Por otro lado, otra serie de estrategias parecen mostrar cierta idealización de momentos pretéritos de la historia reciente donde las relaciones parecerían ser "más felices" o "solidas" y duraderas, en una suerte de nostalgia (Castrillo Bustamante, 2016; Vicente Olmo, 2017) sin tener en cuenta, por ejemplo, las dinámicas de gran desigualdad de género en la valoración y el derecho a poder llevar una vida propia, la sexualidad o las expectativas vitales fuera del matrimonio en el caso de las mujeres. Al mismo tiempo, el planteamiento de necesitar una "menor cantidad" de contactos sexoafectivos o no tener sexo "demasiado rápido", en aquellos casos en los que se desea buscar pareja, muestran una valoración de la sexualidad que, si bien no está exclusivamente circunscrita de manera necesaria a darse dentro del amor romántico o de la relación estable, se aprecia como necesaria la limitación de la sexualidad para la consecución del amor romántico. Esto nos muestra un reconocimiento del sentido

de la sexualidad para las mujeres que se sitúa dentro de las concepciones de género modernas y dicotómicas: el deseo sexual como algo más bien propio de lo masculino, no necesariamente interesante para las mujeres o igualmente propio de ellas, como sí lo sería el amor.

De esta manera, los binomios monogamia/promiscuidad que aluden al sexo bueno y al sexo malo de la estratificación definida por Gayle Rubin (1984/1989) se reproducen: si se busca pareja, el sexo debe ser "con amor" o con una "conexión especial". Esto es, la fórmula para conseguir el amor y la pareja sería limitar los contactos sexoafectivos, no encontrar "distorsiones" con varias personas que pudieran alejarle a uno de "su verdadero objetivo" que sería la búsqueda de una única pareja, compatible, durable y "sólida".

5.2.1.4 Sexo casual y no-monogamias en el discurso de las *coach* y terapeutas

Si bien las problemáticas tratadas por las terapeutas y *coach* giran en mayor medida hacia la "sanación de heridas" y "trabajo sobre una misma" para buscar parejas estables y monógamas significativas, también se realizan ciertas menciones desde sus redes sociales hacia otras situaciones sexoafectivas, como el caso de las no-monogamias o el sexo casual.

La aproximación al sexo casual desde Silvia Llop y Programa Mía difieren en pocos puntos. Ambas recomendaban no tener varios contactos sexoafectivos -aunque fuera simplemente "chateando" o ligando- a la hora de buscar pareja estable; en Programa Mía insistían en "retrasar" el sexo a la hora de querer establecer conexiones significativas, sin embargo, según la opinión de Silvia Llop, tal y como respondía a la carta de una usuaria, el motivo para no formalizar una relación de pareja es que al menos una de las dos personas implicadas no desee formalizarla[112], independientemente de si se tiene sexo o no. En lo que respecta a tener simplemente sexo casual, no recomiendan técnicas ni trucos -elemento que sí se encuentra en el *coaching* dirigido a varones en muchas ocasiones-, probablemente porque sea una cuestión poco preguntada por parte de sus audiencias: la búsqueda de sexo casual como tal no sería, por lo que parece, un elemento necesariamente difícil o preocupante.

En lo relativo al sexo casual, sin embargo, sí que llama la atención dentro de Programa Mía la gran cantidad de contenido en vídeos y publicaciones donde se hace referencia al vacío[113]

[112] https://silviallop.com/incumplimos-nuestro-contrato-y-tuvimos-sexo/
[113] https://www.youtube.com/watch?v=rNl-0R729kg

que pueden sentir muchas mujeres tras tener sexo casual, aludiendo al hecho de que parte de los discursos sobre separar sexualidad y afectos de manera radical es problemático, y donde sería importante reconocer la vulnerabilidad y la necesidad de conexión de las personas, sin atosigarse u obligarse a "no sentir nada" o culparse por sentirse vacío. En dicho sentido, según Sandra Ferrer, el cuerpo es un "templo" y carecer de conexión o la frialdad de algunos encuentros sexuales cuyo único objetivo es el sexo mismo se volverían problemáticos para muchas. Algunas de mis entrevistadas y entrevistados también han declarado cuestiones similares, pero siempre en base al tipo de persona con quien se tiene sexo. Esa "frialdad" de algunos encuentros sexuales se daría en algunos casos, sin embargo, también hay experiencias positivas al respecto, donde hay "buen rollo" y "conexión" y se disfruta del momento sin más problemas.

En cualquier caso, tampoco podemos separar la vivencia subjetiva de estas experiencias de los mandatos de género que marcan como lo inapropiado para las mujeres. Los mandatos de género y sus sentidos también juegan en la manera en la que somos reconocidas (o no) y tratadas por aquellos con quienes se tienen relaciones, al mismo tiempo que también participan en cómo percibimos e interpretamos estas experiencias. Y, por otro lado, también cabe mencionar lo problemático de la radical separación entre afectos y sexo, dado que lo sexual siempre implica algún tipo de afecto, en tanto que relación que afecta al cuerpo y a las emociones. Otro aspecto sería que el precepto masculino relativo a la autonomía puede marcar los ritmos y vivencias relativas al sexo casual, esto es, que la aproximación al sexo casual sea desde una demarcación de la autonomía que parece promulgar como necesario el no afectarse. Este precepto de masculinidad relativo a la autonomía y al distanciamiento respecto de lo afectuoso en el ámbito del sexo, si bien también da forma a las subjetividades masculinas, de igual modo se vuelve problemática para ellos en no pocas ocasiones: en redes sociales también es común encontrarse mensajes anónimos de varones que se sienten mal o vacíos frente a experiencias casuales que parece que tienen que hacerles no sentir nada o no afectarse.

De manera general, las recomendaciones respecto del sexo casual giran en torno a "saber realmente lo que se desea" y "creer en ti", sin acceder a situaciones que en realidad no serían deseadas, y comprender la propia vulnerabilidad o las emociones que se sienten al respecto. El trabajo introspectivo y reflexivo debería valer, de esta manera, para identificar cuáles son esos verdaderos deseos y saber reconocerse a una misma. Por ejemplo, en caso de personas que "se enganchan" fácilmente, estas terapeutas recomiendan no tener sexo casual, para "no herirse".

Respecto de las prácticas relativas a las no-monogamias consensuadas, también encontramos discursos que, en parte, reconocen su existencia, pero que las aprecian como "difíciles" o una extrañeza general, desde una mirada heteronormativa y mononormativa. En su consultorio web, la *coach*[114] Silvia Llop respondía de la siguiente manera a una usuaria: "En mi opinión, una relación abierta siempre tiene fecha de caducidad. Ya sea por insatisfacción de uno de los componentes (o de ambos) o porque los sentimientos empiezan a dirigirse hacia una tercera persona". A ello, añadía que los motivos para desear una relación abierta solo podrían ser dos: "En mi opinión, el deseo de tener una relación abierta puede surgir de: 1-Insatisfacción en la cama tu pareja. 2-Necesidad de experimentar el sexo con distintas personas, sin renunciar al afecto y la seguridad que una pareja brinda.". Al parecer, las ideas que se relacionan con las relaciones abiertas y las no-monogamias "a nivel filosofía suena fantástico, pero cuando lo bajas a tierra (…) [es] complicado llevarlo a buen puerto"[115].

Sandra Ferrer, sin embargo, respecto de las relaciones abiertas, al igual que con el sexo casual, indicaba en un vídeo[116] que: "lo importante es estar a favor de ti (…) no te puedes forzar", aludiendo al hecho de que, si se desea construir una relación abierta, lo importante primero sería "conocerse de verdad" para no "forzarse" a tales situaciones en caso de "realmente no quererlo". A la respuesta del vídeo, en la sección de comentarios, nos encontramos con una mayoría de mensajes en la que se indica que proponer una relación abierta es "una falta de respeto", motivo que justificaría una separación.

Por lo que podemos extraer de los discursos de las terapeutas, se vuelve a señalar un interior, el saber "lo que realmente se desea", "conocerse" y "estar segura" a la hora de enfrentar situaciones que escapan del modelo clásico de la monogamia, como sería el caso del sexo casual o de la construcción de no-monogamias consensuadas. Sí que se aprecia, en el discurso de Silvia Llop, una general desconfianza a los modelos de no-monogamia consensuada, que resultarían exclusivamente de una insatisfacción sexual, o del deseo de tener sexo con más personas "sin renunciar a la seguridad de una pareja". Si bien los motivos para la construcción de una relación no-monógama pueden ser variados, desde la visión de esta *coach* se puede leer entre líneas que las no-monogamias son modelos en los que la gente "se aprovecha" de la seguridad de la pareja a la par que disfruta de vinculaciones con terceras personas, como si de algo sospechoso se tratara, y dando por hecho que es "difícil" que acabe bien. Esta mirada hacia las relaciones no-monógamas como relaciones con fecha de caducidad por

[114] https://silviallop.com/relacion-abierta/
[115] https://www.youtube.com/watch?v=mpdhvGOS6tc
[116] https://www.youtube.com/watch?v=ArWyZMMF5jc

insatisfacción o por dirigir sentimientos hacia terceras personas, parten de prejuicios instaurados socialmente que definen este tipo de vinculaciones como inferiores o poco maduras y que entran en contradicción con los mandatos de la mononormatividad y el amor romántico (Vasallo, 2018). Sin embargo, estos motivos también pueden estar detrás de la mayoría de las rupturas de pareja (Gravningen et al. 2017), independientemente de su carácter monógamo o no. Además, los discursos sobre lo dificultoso de las relaciones no-monógamas y su potencial caducidad entra en contradicción, justamente, con la razón de ser de estos servicios de *coaching* y terapia, que se basan en la dificultad y caducidad de las relaciones monógamas entre hombres y mujeres.

A la hora de las recomendaciones de las terapeutas para construir "relaciones estables" -y monógamas-, no se hace referencia a saber "si realmente se desea" una pareja estable: se habla de la importancia de sanar heridas y conocerse -para saber qué perfiles se buscan y lo que se necesita de otra persona-, pero no de plantearse o poner en cuestión la pertinencia de una relación estable y monógama. Sin embargo, tanto para una relación no-monógama como para tener sexo casual habría que realizar un trabajo de introspección más allá, y "estar realmente seguro". Desde esta mirada mononormativa, la sexualidad buena, normal, y sobre todo, natural (Rubin, 1984/1989), de esta manera, vendría dada por el deseo de querer una relación monógama clásica, y el resto serían una serie de "turbulencias" o situaciones que diferirían de dicha situación de normalidad.

4.2.1.5 En resumen

De este modo, podemos ver cómo una serie de elementos sociales como los cambios dados en las últimas décadas en lo que a las normas sobre la sexualidad, sobre la familia y sobre el género se refieren, generan una serie de resultados sobre la formación de parejas: un aumento de las experiencias de vinculación sexoafectivas -más o menos serias, más o menos estables-, que traen nuevas libertades y nuevos conflictos y malestares. De un modelo dotado de toda una serie de coerciones sociales e institucionales, que hacían del matrimonio monógamo y heterosexual un paso obligatorio, especialmente en el caso de las mujeres, para obtener reconocimiento social y subsistencia, a uno de mayor libertad, margen de decisión y mayores cotas de igualdad, que sigue sin ser plena ni horizontal. En este cambio se genera un traslado de una serie de guiones estrictos -resultado de la coerción- a una suerte de falta de guiones culturales claros -el proceso de desinstitucionalización (Dubet, 2006)- en lo respectivo a las dinámicas sexoafectivas y a la formación de parejas; así como una mayor apertura de los

modelos de masculinidad y feminidad, donde en los nuevos "huecos" y problemáticas que surgen, en un contexto de individualización y neoliberal, entran en juego la psicología, el *coaching* y la autoayuda en materia sexoafectiva (Illouz, 2014; Illouz, 2020; Giddens, 1995; Hochschild, 2008; Ahmed, 2019; Turnbough y Santiago, 2024).

Las nuevas problemáticas que muestran las *coach* y terapeutas analizadas giran precisamente en torno a los cambios en los roles de hombres y mujeres, una mayor individualización y capacidad de decisión de los sujetos en el terreno sexoafectivo, a la vez que una aparente dificultad para la consecución de relaciones estables "clásicas" -monógamas, "sólidas", duraderas- que siguen siendo deseadas, aunque sin los perjuicios y las asimetrías de género de antaño. Si la pareja depende, en mayor medida que antaño, de los individuos que la compongan (Beck y Beck-Gernsehim, 2001; Giddens, 1995), de los deseos y expectativas propias, lo que se gusten y "conecten", de su propio amor e intenciones, es normal la visión de que sea exclusivamente responsabilidad de los propios individuos el éxito o fracaso de estas. A la par, la comunicación se vuelve importante en estas vinculaciones (Casado, 2014), y "conocerse realmente", "saber lo que se desea" se convierte en parte de dicho acto comunicativo.

Estos servicios de terapia y *coaching* dirigidos a mujeres, como se ha visto en los ejemplos, en parte redirigen ese esfuerzo hacia una serie de estrategias que tienen que ver con el trabajo sobre uno mismo -el estado mental, los "bloqueos", el trabajo personal- y, por otro lado, con la reafirmación de conductas sexuales mononormativas -no tener sexo "demasiado rápido", no estar contactando con varias personas a la vez, etc.-, y cierta reestabilización de expectativas y mandatos de género, como en el caso de las referencias a las energías masculinas/alfa y femeninas/beta. De esta manera, los mandatos del amor romántico que sitúan en la consecución de la pareja estable y monógama la promesa de la felicidad femenina (Herrera, 2015) siguen operando, y para su obtención las nuevas recetas parecen ser el trabajo individual y cierta reformulación de las dinámicas clásicas de género. Esto nos muestra un ejemplo de mascarada posfeminista (McRobbie, 2010), donde las fórmulas para que las mujeres tengan éxito -sea en el ámbito sexoafectivo, en el laboral, académico, familiar o el social-, implican su posicionamiento en una suerte de subordinación de género disfrazada de decisión individual. El ejemplo relativo a "modular" las energías -reducir la energía masculina y desarrollar la femenina- o la contención sexual, son ejemplo de esta mascarada. De esta manera, las asimetrías entre hombres y mujeres siguen reproduciéndose en el terreno sexoafectivo. Tal y como indican McRobbie (2010) y Gill y Herdieckerhoff (2006), si bien las expectativas de las mujeres se amplían hacia el desarrollo individual y la libertad sexual en

un contexto posfeminista, ello no quiere decir que la figura de la pareja y el amor romántico pierdan importancia. Los relatos en productos culturales sobre mujeres liberadas, modernas y que se desarrollan en el ámbito laboral seguirían mostrando que el amor romántico, heterosexual y monógamo sigue siendo la punta de lanza de la felicidad plena para las mujeres actuales (Gill y Herdieckerhoff, 2006), el último escalón de un recorrido hacia el éxito.

Si bien en el contenido de estas terapeutas sí se hace cierta referencia a la actitud de los varones en tanto que "machistas" en algunos de sus comportamientos, esto es, a la idea de que hay "algunos" hombres que no se comportan con las mujeres de manera adecuada -algunos "marean" a las mujeres, otros las ponen "en el banquillo" con la única idea de recurrir a ellas para tener sexo, otros pueden ser maltratadores, o narcisistas etc.-, estos comportamientos se señalan de manera individualizada –"algunos" hacen tales cosas-. Esta visión del machismo como elemento individual de algunos varones (Casado, 2012), entra en consonancia con los valores posfeministas que tratan la desigualdad o asimetría de género como elemento relativo al pasado, generalmente ya superado (Casado, 2012; McRobbie, 2010; Gill, 2016). Sin embargo, muchas de las problemáticas que plantean las audiencias y las propias *coach*, podrían tener una lectura en clave de asimetrías de género que siguen reproduciéndose en el terreno sexoafectivo desde una perspectiva feminista y de género: desde la poca disposición a la comunicación masculina y el establecimiento de su autonomía frente a la demanda de implicación afectiva femenina (Castrillo Bustamante, 2018), hasta las recetas que recomiendan "modular" la energía masculina a mujeres o limitar los contactos sexoafectivos, en vez de reconocer que se plantean nuevas problemáticas a raíz de una mayor apertura de los mandatos y modelos de masculinidad y feminidad. Al tiempo que se despliega el posfeminismo, desde una visión en la que las desigualdades de género ya están superadas, se refuerza la concepción de género moderna y sus desigualdades "haciendo género" (West y Zimmerman, 1987), reforzando y naturalizando los sentidos de género, masculinos y femeninos, y las relaciones asimétricas entre varones y mujeres.

Por último, y en consonancia con las lógicas individualistas del *coaching* y de parte de la psicología, el trabajo sobre uno mismo se aprecia como único elemento para superar diferentes problemáticas. A saber, los bloqueos, barreras mentales y creencias limitantes (Turnbough y Santiago, 2024) son las últimas responsables de las problemáticas que uno pueda sufrir. Del mismo modo que ocurría con situaciones estructurales como las ya mencionadas asimetrías de género, tampoco se hacen referencia hacia dificultades que se derivan de otras situaciones sociales, como la racialización o la clase social, como ocurría en

el caso de la trabajadora de limpieza sin residencia legal, a la que se le recomendaba la necesidad de un cambio de "mentalidad" y de "actitud" para atraer personas adecuadas.

4.2.2 *Coaching* dirigido a hombres: ¿recuperar la masculinidad?

Frente al contenido que, en redes sociales, internet, y estanterías de autoayuda se centra en la sanación, el cultivar el mundo interior y el conectar con una misma dirigido a mujeres; en el caso de los productos de esta índole dirigidos a hombres, hay algunas diferencias marcadas y que beben de las concepciones hegemónicas del género, en este caso de la masculinidad. Turnbough y Santiago (2024), citando a Western (2012), diferenciaban un yo herido que trataría la psicología, y un yo celebrado, que se situaría en el *coaching*. En los ejemplos mostrados de *coaching* y terapia dirigidas a mujeres, la idea de sanar heridas y de encontrar respuestas en una misma y celebrarse se aúnan en muchas ocasiones. Sin embargo, en el *coaching* dirigido al público masculino en materia sexoafectiva, he podido observar que en general, sí hay una distinción. El motivo para que el *coaching* se refiera a un yo celebrado vendría también ligado a un componente de género que busca desvincularse de la idea de vulnerabilidad en los hombres (Turnbough y Santiago, 2024: pag. 7), y que habla en muchas ocasiones de "recuperar" la masculinidad, y de incentivar aquellos elementos asociados a la masculinidad hegemónica: la actividad, la sexualidad, el éxito, la dirección, la acumulación y el control (Connell 1995/2015; García, 2010).

Dentro del mundo del *coaching* dirigido al público masculino en materia sexoafectiva, se aprecia cierta reafirmación de la masculinidad hegemónica, en su vertiente orgullosa, de la que nos hablaba Antonio García (2010): una masculinidad desbordada, que atiende al éxito, que identifica enemigos -en el sistema, en algunas mujeres- que entorpecen su camino. Las "problemáticas" o las cuestiones que atañen la atención de los hombres son precisamente las mismas ligadas a las problemáticas que presentaban muchos hombres a la hora de ligar en redes sociales y en aplicaciones de citas y que muestran en foros o en las redes sociales mismas: la idea de cómo conseguir "enganchar" o hacer que una mujer se interese por uno, el aprender a seducir y poder obtener cierto "éxito" sexoafectivo. Si en el *coaching* dirigido a mujeres las problemáticas giraban más bien en torno a cómo construir relaciones sexoafectivas "estables, sanas y duraderas", y poder escapar de situaciones "ambiguas" -*situationships*, follamigos, etc.-, en el dirigido a los hombres es común encontrar problemáticas o apoyo en torno a cómo seducir y aumentar el éxito sexual, sin distinguir entre la búsqueda de relaciones estables o sexo casual.

En un contexto actual de cambios en los roles de género y en las normas sobre sexualidad y cortejo, encontramos a algunos hombres que se sentirían "perdidos" respecto de las normas de cortejo y de cómo ligar. Para muchos, en las secciones de comentarios de los *coach* de seducción dirigidos a hombres -o en hilos de X y Reddit, por ejemplo-, la frustración respecto a sus vidas sexoafectivas y la imposibilidad de conocer mujeres o "engancharlas" es latente: sienten miedo o se sienten torpes, o no saben cómo hablar a las mujeres, de acuerdo con los mensajes de muchos. Estas frustraciones, sin embargo, en ocasiones se plantean desde una perspectiva altamente misógina por parte de algunas voces de la manosfera y que adquieren relevancia en las redes sociales: las mujeres, desde la mirada de algunos de estos hombres, serían interesadas y promiscuas, no servirían "en realidad" para formar una familia y no estarían interesadas en ellos, y la culpa se asocia en muchas ocasiones al feminismo y a la igualdad "que meten ideas erróneas" a las mujeres. En más de una ocasión yo misma me he encontrado frente a discursos de hombres más o menos cercanos que, siguiendo estas ideas, hablaban de algunas mujeres de "ahora" que acabarán "solteras, enganchadas al Prozac y con gatos"[117], y que en parte podrían revelar un enfado masculino por no ser ellos el objeto de deseo de algunas mujeres o no saber adaptarse a un cambio en los modelos de feminidad y su mayor libertad de decisión.

Parte de las frustraciones masculinas ante el cambio de normas de cortejo y la sexualidad en un contexto de cambios sociales sobre el sexo, el amor y la pareja, han sido capitalizadas de manera especial por sectores de la extrema derecha y discursos machistas. Ante el auge de la extrema derecha en sectores juveniles y especialmente masculinos, personificada en España de manera especial en el partido político VOX (CIS, 2025) y en sus discursos contrarios a lo denominado como "ideología de género" y antifeministas (Álvarez-Benavides y Jiménez Aguilar, 2021), nos encontramos con que parte de las problemáticas en el terreno sexoafectivo son analizadas y resueltas desde estos sectores con una serie de estrategias dirigidas a la reestabilización de las asimetrías de género y a cierta añoranza por un pasado donde los hombres no se enfrentarían a las problemáticas actuales. Estos discursos generalmente no hablan en términos de reinstituir desigualdades, sino de "diferencias" en el género que las mujeres en la actualidad se "negarían" a ver, pero que en una supuesta esencia interior "sabrían" que son así. Del mismo modo, el *coaching* dirigido a hombres en el terreno sexoafectivo, personificado en muchas ocasiones en "gurús de la seducción" hablan en

[117] Esta frase, que me dijo un hombre en una actividad de ocio, parece ser un comentario repetido en las redes sociales: "*satisfyer, vino tinto, Prozac y gatos"* como epítome del futuro al que auguran desde la manosfera para las mujeres que no tienen relaciones de pareja.

términos de "recuperar" la masculinidad, otra "esencia previa" que los hombres estarían perdiendo también en contextos igualitarios. Estas dinámicas también las apreciábamos en los consejos del *coaching* dirigido a mujeres, si bien desde una mirada posfeminista: identificar energías masculinas y femeninas, modularlas, o la recomendación hacia no atosigar a los hombres o no involucrarse demasiado rápido en el sexo, sin abogar por una vuelta explícita a valores previos que censuraban la libertad femenina.

No todos los hombres que se sienten de alguna manera perdidos en la reformulación de las normas de cortejo tienen por qué abrazar esas ideas de vuelta a valores previos y de señalar la igualdad y el feminismo, pero sí que buscan "técnicas" -consejos prácticos- para saber cómo relacionarse con las mujeres y "aprender" a seducirlas. Sin embargo, el auge de los discursos machistas y misóginos en redes sociales (García Mingo et al., 2022) y la extensión de ideologías de extrema derecha en la población joven, especialmente en el caso de ellos (CIS, 2025), capitalizan parte de dichos recursos e información, puede que también como resultado de las dinámicas algorítmicas de las redes sociales y los filtros burbuja (Pariser, 2011/2017). El *coaching* dirigido al público masculino, más allá del terreno sexoafectivo, es conocido por reafirmarse en la idea de crecimiento personal, exaltación de la autonomía e independencia, y genera gran atención hacia el éxito en las finanzas y el ámbito laboral, centrándose en la idea del "alto valor", todos ellos elementos propios de la figura del individuo moderno capitalista hecho a sí mismo (Connell, 1995/2015).

4.2.2.1 Álvaro Reyes, la ruta hacia el éxito social

Uno de los mayores representantes de los *coach* dirigidos al público masculino actual es Álvaro Reyes[118], @Alvarodaygame, autopromocionado como "*coach* de masculinidad", y creador de contenido en redes sociales que hace años se hizo famoso con una serie de vídeos abordando a mujeres en la calle para conseguir citas y besos de manera rápida, con el objetivo de mostrar lo fácil que sería conseguir tal cosa "si se sabe cómo". Reyes cuenta con más de 420000 seguidores en Instagram y más de 1,2 millones de suscriptores en su canal de Youtube, desde donde difunde técnicas para el desarrollo personal y técnicas de seducción dirigidas a hombres que quieren ligar con mujeres: "enfocado en potenciar la masculinidad y dotar a los hombres de habilidades sociales para escapar del sistema y atraer a su vida a contactos de alto valor y mujeres atractivas" reza la descripción de su canal. En línea con otros gurús y *coach*

[118] Si bien se presenta como Álvaro Reyes en redes sociales, no es su nombre real.

dirigidos a público masculino, el éxito personal de estos productos no va solo ligado a la idea de seducir y atraer a mujeres -atractivas- y acumular hazañas sexuales, sino también al éxito laboral y financiero (Kompatsiaris, 2024). En este sentido, se puede apreciar un servicio para "potenciar" todos los elementos que la masculinidad hegemónica, en su vertiente "orgullosa", (García, 2010) implica, una serie de aprendizajes para reafirmar la asimetría de género.

En cierta parte, el contenido de Reyes se ha hecho viral en redes sociales, también, debido a haberse convertido en un objeto de parodia masculina: más allá de aquellos seguidores y audiencias que siguen sus consejos, muchos hombres en redes sociales y en medios de comunicación -del mismo modo que ocurre con el también conocido *coach* Llados- se dedican exclusivamente a difundir su contenido con intención de ridiculizarlo activamente. Esta insistencia en ridiculizar estos discursos del *coaching* dirigido a hombres -ridiculización no identificada en los discursos del *coaching* dirigido a mujeres-, nos puede dar una muestra también de la competitividad masculina por el estatus, mostrando activamente y mediante insultos cuáles sí y cuáles no son las formas adecuadas de masculinidad.

Dentro de su contenido en redes sociales, destacan los "Day game", los días en los que liga a cámara, abordando mujeres en lugares públicos y mostrando sus técnicas y tácticas para mantener conversaciones con mujeres desconocidas. Por otro lado, también produce diferente contenido audiovisual en formato de publicaciones y *reels* para Instagram y en su canal de Youtube comparte vídeos con sus técnicas y reflexiones, así como parte de sus sesiones de mentoría en directo -cara a cara u online- en las que habla de diferentes temáticas relacionadas con el desarrollo de la masculinidad, las "habilidades sociales", y la seducción. Su relación con su público, al igual que ocurría con la *coach* y terapeuta Silvia Llop, se presenta como cercana, y regularmente comparte en las secciones de *stories* historias de éxito de clientes suyos, que le escriben con sus hazañas de seducción o sus logros en su proceso de convertirse "hombres de valor".

El trabajo de este *coach* se presenta como una manera de crecer individualmente, librarse de complejos y creencias limitantes -al igual que toda la lógica *coaching* (Turnbough y Santiago, 2024)-, en relación con la capacidad que los hombres tendrían para seducir. Esto, en muchas ocasiones, viene ligado a una idea de cantidad: cuanto más se liga, cuanto más rápido, más hombre se es, dentro del precepto de la masculinidad hegemónica actual, en una idea de hipermasculinidad (Butler, 1990/2007) que "puede con" -o contra- el mundo y el sistema (Kompatsiaris, 2024).

Sus videos sobre seducción y las mentorías de pago que ofrece, conectan precisamente con una noción de "hombre alfa", u "hombre de valor" -términos que utiliza él- que combate la idea compartida por algunos varones -de manera destacada en las secciones de comentarios de su contenido en redes- que "ahora solo las mujeres deciden". De acuerdo con Álvaro Reyes, si los hombres no tienen éxito, es porque no han trabajado en sí mismos y "no han desarrollado su energía alfa", y están inseguros ante la vida. Librarse del miedo y de la vulnerabilidad, y "hacer frente" a la vida, tomando acción, sería el camino para lograrlo. Desde su mirada, la única energía válida para ser un hombre de éxito y valor sería el desarrollo de la energía alfa o masculina, la energía que hace atraer a mujeres y a otros hombres de valor. En muchas ocasiones, la noción de éxito en su cuenta se asocia a una cuestión de cantidad, acumulación y rapidez: cuantas más mujeres se seduzcan, cuantos más contactos de valor se realizan, cuantas más personas quieran estar cerca, es muestra de cuan "hombre de valor alfa" se es.

Su empresa "Juegatujuego" ofrece cursos y mentorías que en su página web se presentan de la siguiente manera: "Imagina tener la habilidad para poder estar constantemente con mujeres hermosas, negociar con personas de alto valor y tener la vida que estás buscando"[119], promocionados en sus redes sociales. No se muestran los nombres de los cursos ni sus precios, tampoco el de las mentorías. Como vemos en la Figura 8, una captura de pantalla de la información sobre sus mentorías en *stories* de Instagram, la decisión de no mostrar los precios es algo deliberado: una técnica comercial diseñada para generar un producto de élite - "*Elite Mentoring Program*"- y que, según Reyes, al que solo unos pocos podrían acceder, por mucho que puedan pagarlo.

El objetivo de las mentorías, con tareas, cursos, y sesiones 1 a 1, es la de ofrecer un programa completo durante los siete días de la semana -Figura 7-, para alcanzar "éxito social" y "habilidades comunicativas y de seducción" -Figura 20-. En la figura 9, podemos apreciar los mensajes de algunos de los clientes con resultados como conseguir números de teléfono, citas o besos de mujeres desconocidas. Las promesas de fondo que estas publicaciones denotan son la rapidez y la cantidad de éxito en términos cuantificables, para poder ser un hombre que se "enfrenta" al sistema, y que es deseado por mujeres y que atrae a otros hombres de valor.

Además, en la sección de los *stories* de Instagram dedicada a las mentorías, también comparte vídeos de algunos de sus clientes, con las caras pixeladas, en los que estos cuentan sus éxitos

[119] https://www.juegatujuego.com/

tras contratar los servicios de mentoría. Destaca la gran atención que se le pone al sexo por parte de sus clientes a la hora de relatar sus experiencias. El éxito no sería solo el conseguir citas -que también- sino el relatar en cuántas ocasiones han conseguido acostarse con mujeres o cómo de cerca están de ello, así como lo rápido que lo han podido hacer. De este modo, un cliente cuenta cómo en un fin de semana consiguió acabar en casa con una mujer –"pasó de todo, aunque al final no hubo sexo, de todos modos, estaba casada"-, al día siguiente se acostó con otra mujer con la que tuvo una cita, y el domingo fue a hacer "*Daygame*" y consiguió una cita con otra mujer para el siguiente jueves "con un culo hermoso". Otro hombre relata cómo, en una reunión de un evento, consiguió codearse con personajes importantes de la política colombiana -gobernadores departamentales, embajadores, etc.- que se "abalanzaban para hacer preguntas" y que, tras eso, muchas "chicas atractivas empezaron a rodearme también".

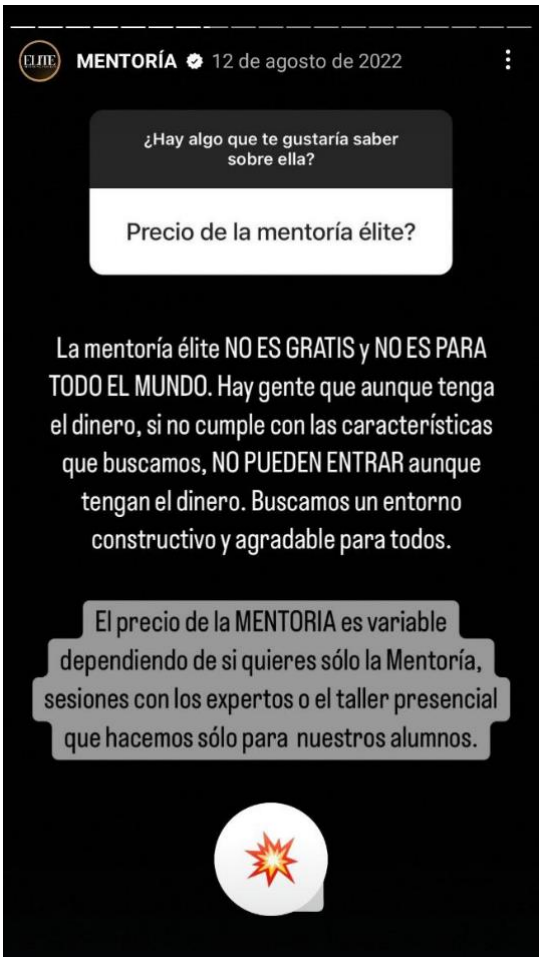
Figura 7

Actividades diarias mentorías de Álvaro Reyes

Nota. Instagram *Stories* destacado @alvarodaygame. Captura de pantalla realizada en abril de 2023.

Figura 8

Explicaciones precio mentorías de Álvaro Reyes



Nota. Instagram *Stories* destacado @alvarodaygame. Captura de pantalla realizada en abril de 2023.

Figura 9

Respuestas de clientes de Álvaro Reyes

Nota. Instagram *Stories* destacado @alvarodaygame. Captura de pantalla realizada en abril de 2023.

Figura 10

Resultados propuestos de mentorías de Álvaro Reyes

Nota. Instagram *Stories* destacado @alvarodaygame. Captura de pantalla realizada en abril de 2023.

Vemos que el objetivo de las mentorías gira en torno a la búsqueda de una suerte de masculinidad dominante, atractiva e irresistible, en la que las habilidades sociales puedan llevar a uno a la cúspide de la jerarquía social, y donde la rapidez y la acumulación son la medida del éxito (Kompatsiaris, 2024). Según el contenido compartido por el *coach*, las mujeres estarían únicamente interesadas en "hombres alfa", motivo por el cual muchos hombres no conseguirían ligar o cortejarlas en la actualidad. La idea que se repite de nuevo es que la masculinidad está en crisis en las sociedades contemporáneas por culpa del

"sistema", y que los hombres que acceden a sus cursos simplemente "son hombres increíbles que quieren ser mejores"[120], y poder atraer mujeres.

En la época más reciente, Reyes ha comenzado a generar contenido de redes sociales y a dar charlas y cursos con su pareja, algo que también ha hecho que parte de su producción cambie en ciertos sentidos. Al enseñar técnicas de seducción, su pareja ha adquirido una importancia desde la que muestra la supuesta "perspectiva femenina" -siempre en sintonía con la idea de una feminidad normativa y hegemónica-, que pueden resultar interesantes. Los temas que tratan de manera conjunta giran en torno a la idea de hacer sentirse cómodas a las mujeres en citas y en la intimidad, la importancia de no centrarse en uno mismo únicamente, estableciendo conversaciones con las mujeres -en citas o ya en pareja- que muestren que "ellas también son importantes", la necesidad de ser equilibrados en el sexo y atenderlas a ellas, o la importancia de mostrar cierta madurez en el trato con ellas.

Al igual que en otros servicios de *coaching*, las problemáticas y preocupaciones que presentan los hombres -al menos en las secciones de comentarios, en los vídeos de Youtube, y aquellas preguntas de sus clientes que el *coach* comenta-, se plantean desde una perspectiva individualista y centrada en uno. La idea de convertirse "en un hombre de valor", implica ajustar ciertos elementos individuales que hagan extraer un verdadero "yo" superado y sin miedos, en línea con la lógica del *coaching* (Turnbough y Santiago, 2024). Uno mismo tendría la tarea y la obligación de trabajar sobre sí mismo para poder ser una persona atractiva. Por otro lado, los límites son, en todo caso, los que uno mismo se imponga -las "creencias limitantes"-, aunque exista la posibilidad de que algunos límites -por ejemplo, el rechazo- vengan de fuera. En cualquier caso, en estas técnicas de seducción, se parte de la lógica de "el no ya lo tienes", como manera de incentivar el atrevimiento a dar el primer paso, e incluso la insistencia. En 2016 el *coach* sufrió una campaña de petición para cerrar sus redes sociales, así como un escrache por parte de activistas feministas en Barcelona, entre otros motivos, por un vídeo en el que dictaba que "un no es un sí encubierto", y su contenido en el que animaba a mostrar una actitud activa "sin pedir permiso" (García, 2016). De este modo, la insistencia e incluso el acoso se suman como una de las estrategias para superar "el no" y las "creencias limitantes", aunque como se verá en este análisis, en su discurso recalca la importancia de "no ser un acosador".

[120] https://www.youtube.com/watch?v=56LcaaeyPZ0

4.2.2.2 Dar el primer paso: *ser el abridor*

Hay un término que se repite en el trabajo de este *coach* -y que otros productos dirigidos a consejos sobre seducción masculinos también utilizan -, que es la idea de convertirse en un "abridor", manera de denominar a quien comienza una conversación -quien abre un chat es quien tiene la primera palabra-. Cuando atendíamos las dinámicas sobre conversaciones de chat en las aplicaciones para ligar, apreciábamos que gran parte de la frustración de los varones tenía que ver con una sensación de invisibilidad, una indefensión asociada a ser ignorados y no poder competir con otros hombres por la atención de las mujeres. Mensajes sin respuesta, saludos, sensación de que el poder mantener una interacción se les "escurría" de las manos. De aquí viene el término "abridor", si bien no se refiere exclusivamente a interacciones por chat, pues también se puede ser un abridor, el que da el primer paso, en el cara a cara. Si en las dinámicas de cortejo clásicas y generizadas, en interacciones entre hombres y mujeres, eran ellos quienes deben dar el primer paso, la incapacidad para dar ese primer paso, o la frustración ante la ausencia de respuesta, se volvería problemática para algunos hombres en la actualidad. Aprender a "abrir", de este modo, se vuelve una manera de reafirmar la masculinidad y las dinámicas de género en el cortejo.

En cualquier caso, las estrategias que Reyes ha ido planteando a lo largo de los años son un mosaico de técnicas muy racionalizadas que sus seguidores deberían seguir para conseguir mantener conversaciones con mujeres y llamar su atención. Esta serie de aperturas[121], por ejemplo, pueden ser, según su propia terminología, "*de intriga*" con frases para llamar la atención y generar curiosidad, *"situacionales"* adaptándose al contexto concreto o *"de confort"* explicando el interés y el objetivo desde el principio. Para cada caso de apertura, habría una serie de frases adecuadas y estrategias que muestra en sus redes sociales. Por ejemplo, de entre las técnicas para "abrir" que ofrece, la mayoría son similares a las técnicas propias de los comerciales: recurrir a pequeñas triquiñuelas para dejar con curiosidad al interlocutor y que se "quede" en la conversación. De ahí, plantea que hay una serie de elementos, como el paso del tiempo –"hito de los 30 segundos", "hito del minuto hablando", etc.-, que hacen que una persona quiera seguir interactuando. Por ejemplo, el uso de lo que denomina la utilización de "mensajes polarizadores", esto es, mensajes con doble dirección del tipo "esto me gusta de ti, sin embargo, esto otro no". El uso de los "mensajes polarizadores", si bien servirían para cualquier situación, lo recomienda especialmente dentro del mundo de las

[121] https://www.youtube.com/watch?v=h8cvM-oj8bM

aplicaciones de citas, donde un simple hola puede parecer desapercibido, y una pregunta excesivamente abierta puede ignorarse. De este modo, la mujer a la que se "le abre" tendría la obligación de responder a esa pregunta para saber qué es aquello que sí y qué aquello que no gusta, si le ha generado curiosidad.

Si bien anteriormente se ha mencionado que Reyes anima a tener una actitud activa, "sin pedir permiso", de cierta insistencia, al mismo tiempo es cuidadoso de explicitar, de manera repetida, la necesidad de "no parecer un acosador": intentar captar la atención de las mujeres en la distancia, respetar su espacio personal al hablar con mujeres –"un brazo de distancia mínima"- y escalar con preguntas sobre ella, de a poco, son técnicas para "evitar que a uno le confundan con un acosador". "Soy consciente de que no sois acosadores, pero a veces algunas chicas pueden pensar que sí, porque no sois empáticos o sois torpes" indica en el vídeo que explica estas técnicas[122].

4.2.2.3 La búsqueda de sexo casual

En otra serie de técnicas, para conseguir tener sexo con una mujer[123], recomienda "programar" la mentalidad para tener claro que: 1- "el sexo es bueno y a las mujeres les gusta", 2- "es importante sentirse atractivo y deseado, y pensar que muchas mujeres te desean", 3- "basta con horas y no días, ir generando espacios de intimidad y tener un lenguaje sexual, que no acosador, hasta que sea la propia mujer la que pida el sexo". "Conecta, avanza". En otro vídeo[124], titulado "Qué Hacer Para Que Una Mujer DESEE S3X0 Casual Contigo (Resuelve Estas 4 OBJECIONES)", plantea 4 posibles objeciones que una mujer puede poner a una invitación a casa con el objetivo de tener sexo, y cómo responder a ellas. Según Reyes, las mujeres pueden tener dudas a la hora de asistir a la casa de alguien: "van a pensar que son unas guarras si les dices de follar, por el condicionamiento social que traen", además "son más selectivas porque pueden pillar más enfermedades, pueden quedarse embarazadas y físicamente tienen mucha menos fuerza que los hombres, y pueden sentirse más utilizadas". Por ello, según el *coach* habría que proponer planes concretos que no expliciten el sexo -jugar a un juego, tomar una copa, etc.-, con una duración determinada –"solo puedo media hora porque mañana tengo que madrugar"-, evitar mencionar que se va

[122] https://www.youtube.com/watch?v=bK9nORKZFps
[123] https://www.youtube.com/watch?v=yVy8G3UXODQ
[124] https://www.youtube.com/watch?v=XjWgDtUPEbQ

a casa "para que no existan bloqueos a la hora de tomar la decisión", y asegurar a las mujeres que "no voy a hacer nada que a ti no te gustaría que hiciese". A partir de ahí, el *coach* recomienda fluir, no dar por hecho que vaya a darse de manera necesaria el sexo, pero que un ambiente concreto puede hacer sentir cómodas a las mujeres y hacer que ellas "se calienten y también quieran".

Esta serie de estrategias para tener sexo, por un lado, reconocen el deseo sexual de las mujeres y lo plantean como elemento positivo, a la vez que se mencionan los condicionamientos sociales que pueden limitar a las mujeres a tomar acción. Pero, por otro lado, parecen una serie de ejercicios para no dejar todas las cartas sobre la mesa, con rodeos y propuestas de planes alternativos -aunque no creíbles en la mayoría de los casos-, desde una perspectiva que plantea que las mujeres se "echarán para atrás" ante peticiones más directas o asertivas, infantilizándolas.

En otro vídeo[125], dirigido a dar técnicas y trucos para poder tener "una amiga con derechos" o "follamistad" y ser "honesto" al mismo tiempo, Reyes plantea que, si se desea tener una amiga con derechos, se han de seguir una serie de técnicas para no acabar en una relación de pareja "sin querer", puesto que "las mujeres siempre quieren ir escalando, por su biología y sus condicionamientos sociales". Desde esta mirada, el control sobre la vinculación -en tanto que cualidad alfa-, se relegaría a los hombres, quienes deberían encargarse de que dicha dinámica pueda mantenerse únicamente en amistad y sexo. Recordar regularmente a las mujeres que no se trata de una relación de pareja, verse no demasiado regularmente, eliminar los actos de cariño en público –"trátala como una amiga, os echáis unas risas, cuando vayáis a casa otro tema, pero cariños en público no porque envía mensajes contraproducentes al cerebro", y hablar con naturalidad sobre terceras personas con las que también se tiene sexo, serían parte de estas "técnicas" para evitar que la relación escale a una vinculación de pareja. "Va a ser una relación honesta, real, porque vas a poder ser realmente quién eres, y se va a convertir en tu colega *bro*. Te va a permitir conocer a las mujeres más, porque conocerás a una mujer sin máscara". Por último, el *coach* recuerda que lo más importante será que habrá que "mantener la masculinidad" en todo el proceso, "vas a tener que ir al gimnasio, te vas a tener que alimentar bien, porque si vas a ser uno entre muchos siempre tienes que saber que

[125] https://www.youtube.com/watch?v=f977vogz1C4

tienes que ser la mejor opción. Vas a tener que ser un hombre alfa para estar con ese tipo de mujeres y eso te hace crecer mucho como hombre".

De nuevo, en el caso de cómo poder mantener una "follamistad" con mujeres, si bien los consejos podrían ser indistintos para cualquier género - "no confundir" la otra persona, ser honesto sobre las expectativas del vínculo y hablar sobre otras partes de la vida íntima con naturalidad-, se vuelven a valorar de manera desigual las expectativas y objetivos de las mujeres: ellas, desde esta mirada, quieren construir relaciones y se encariñan, por tanto, un hombre -alfa- debe dirigir el desarrollo del vínculo, tomar las riendas, recordar constantemente los objetivos iniciales del vínculo. Además, se repite insistentemente la idea de que "hay que practicar el desapego" -parte de la "filosofía" online dirigida al público masculino en redes sociales y muy repetida por diversos *coach*-, y que estas relaciones sirven para "mantener la masculinidad" al estar con "este tipo de mujeres": de nuevo, la masculinidad y el crecimiento personal como objetivo último de vincularse con otras personas.

Llama la atención, en las secciones de los comentarios de este vídeo, cómo algunos seguidores se refieren al hecho de que, "no se atreven" a dejar claro y ser honestos respecto de lo que realmente se busca: "A mí me da miedo decirles tal cual, que seamos amigos con derecho, por miedo a que me digan que si no es algo serio entonces nada" dice un usuario, a lo que otro responde "el macho alfa no tiene miedo a nada (…) las mujeres les gusta un hombre sincero , porque mentir para tener sexo teniendo una relación y luego dejarla , hace que pierdas valor como hombre".

Si en el caso del *coaching* y la terapia dirigida a mujeres se apreciaba como problemática recurrente el caso las *situationships* o "no relaciones" en las que las mujeres se encontraban y "no se formalizaban", este ejemplo nos muestra la otra cara de la moneda. Nos habla de hombres que no desean una relación y las técnicas que se pueden utilizar para que las mujeres "no se encariñen" o "no se hagan ideas falsas". Y resulta llamativo la importancia que se le otorga a ser honesto, "atreverse" a dejar las cosas claras, frente a la ausencia de comunicación en situaciones ambiguas que podrían generar incertidumbres en otras personas. A pesar de las referencias a las mujeres estén cargados de estereotipos sobre ellas -aunque también se reconoce cierto factor de condicionamiento social- y el objetivo último se vuelve la propia masculinidad de uno, proponer ser "honesto" en las expectativas frente a las demandas de comunicación y de implicación emocional femeninas (Castrillo Bustamante, 2018) puede

resultar de alguna manera novedoso en el ámbito de la masculinidad, devolviendo cierta agencia a las mujeres sobre su deseo de continuar o no dichas vinculaciones.

4.2.2.4 Las no-monogamias en el discurso de Álvaro Reyes

Dentro del contenido producido por Álvaro Reyes, también encontramos material que se refiere a los modelos relacionales que se sitúan en las no-monogamias consensuadas. En 2019, entrevistaba[126] en un vídeo a una mujer que había tenido una relación abierta, aprovechando para preguntar sobre sus experiencias y reflexionar ambos sobre los elementos positivos que las relaciones abiertas podrían tener, frente a la monogamia tradicional. Reyes valoraba especialmente el hecho de "ser el arquitecto de tu vida", y la ausencia de necesidad de continuar con modelos de relaciones "de nuestros padres, de otros" que "no nos sirvan". "Las relaciones no son para controlar a otra persona, si quieres controlar a tu pareja, es porque es tu tirita para la gran herida que tienes por falta de cariño. Con una relación abierta puedes aprender a estar en contacto con esa herida, y poder sanarla al 100%", declaraba. En otro de sus vídeos[127], en la que transmitía en directo una sesión de mentoría con un cliente, reflexionaba en primera persona sobre su experiencia en una relación "abierta y honesta" con su pareja: "el desapego es la muerte del ego", justificaba, "ella puede irse con otros, pero sabe que en casa le esperará lo mejor". En dicho sentido, habla de la necesidad de ser honestos y poder afrontar "conversaciones difíciles" sobre lo que a uno realmente le gusta, y recuerda que el deseo sexual hacia terceras personas o el ser promiscuo no es algo que solo incumba a los hombres, "no te has parado a pensar que a la mujer quizá también hay un montón de cosas que le gustaría hacer", le decía a su cliente. "Cuando te abres te das cuenta de que ni la más puta es la más puta ni la más santa es la más santa. Todas las mujeres son exactamente igual que tú". En su experiencia, abrir la relación con su pareja habría sido una buena decisión, donde habría aumentado la confianza en su relación de pareja, así como facilitado el tener conversaciones previamente incómodas sobre deseos sexuales y experiencias, y habría aumentado la confianza sobre uno mismo. "Desde que hemos cambiado nuestra relación, y los dos somos libres, es como una amistad, es brutal como me siento *bro*".

[126] https://www.youtube.com/watch?v=kV-Ws4NX2NY

[127] https://www.youtube.com/watch?v=0ZBqbecyk80

Si bien la visión de las relaciones abiertas se aprecia solo en el ámbito sexual, esto es, se establece una radical separación entre amor y sexo, en este discurso se reconocen por igual los deseos de ambos miembros de la pareja -heterosexual- al derecho a poder desarrollar una sexualidad libre. El discurso sobre las relaciones abiertas, de este modo, se basa por un lado en un reconocimiento a la libertad sexual y, por otro lado, en cierta lógica individualista, que se centra en el "desapego" y el tomar las riendas de la vida de uno mismo. El atreverse a afrontar "conversaciones difíciles", según el *coach*, sería una manera de ser "alfas", y esta apertura mejoraría la comunicación y la confianza de la pareja. A la par, la masculinidad se vería reforzada por esa "muerte del ego", la confianza en uno mismo, y la certeza de que a su pareja "en casa le esperará lo mejor".

Frente a los discursos que las terapeutas y *coach* dirigidas al público femenino analizadas tenían respecto de las relaciones abiertas –"es difícil que lleguen a buen puerto", "son por insatisfacción sexual", "hay que estar muy seguras de que realmente se quiere"-, Álvaro Reyes anima a sus seguidores a probarlo "si nunca te has atrevido a experimentarlo y quieres, no te reprimas". De esta manera, el discurso masculino, hacia donde los preceptos del amor romántico se dirigen en menor medida y la actividad sexual se valora como parte de su propia configuración, se muestra más activo a "probar" sin miedo y sin grandes reflexiones. En las secciones de comentarios, llaman la atención las referencias de varios hombres al hecho de que, si abrieran su relación, sus parejas mujeres practicarían mucho más sexo y ellos no, dado que, desde esta lógica, "ellas lo tienen más fácil", motivo para no desear hacerlo. Otros, sin embargo, les responden que eso es por falta de su desarrollo como alfas y su falta de habilidades sociales. Al mismo tiempo, varios hombres declaran tener una relación abierta con sus parejas y tener buenas experiencias al respecto, aunque otros nombran estas relaciones como "infidelidades consentidas" y "faltas de amor". En los vídeos y publicaciones sobre relaciones abiertas en las cuentas de las *coach* y terapeutas dirigidas a mujeres, sin embargo, los comentarios más repetidos giraban en torno a la "falta de respeto" que suponían las relaciones abiertas, mostrando una mayor distancia hacia estas formulaciones, al menos desde las seguidoras que comentaban el contenido.

4.2.2.5 La pareja de alto valor y las mujeres tóxicas

Si bien hasta ahora se ha visto cierto reconocimiento de las mujeres como "iguales", a pesar de los estereotipos sobre su manera de ser, no todas las mujeres en el universo de Álvaro

Reyes gozan del mismo estatus de aceptabilidad. Él recalca que, en tanto que "hombres de valor" se han de atraer a "mujeres de valor" en el terreno sexoafectivo. ¿Qué es una mujer de valor? No queda claro, pero por el propio lenguaje de sus redes sociales, se intuye que son mujeres que, al igual que los seguidores de Reyes, "se trabajan" a sí mismas, y que cumplen ciertos requisitos de la feminidad hegemónica, en un equilibrio de elementos también contradictorios: hechas a sí mismas, pero no excesivamente independientes, que sean sexuales, pero no promiscuas, que no sean ególatras, pero tampoco inseguras, que no sean infantiles, pero tampoco "sabiondas", y un largo etcétera.

Esta visión sobre la feminidad, también la deja clara en su contenido sobre el tipo de mujeres a evitar[128]. Allí donde el *coaching* dirigido a mujeres suele alertar sobre los hombres narcisistas o los interesados en mantener vínculos "que no llegan a nada" -desde una perspectiva donde las mujeres no deben conformarse con "migajas"-, en este caso, las mujeres a evitar serían las "tóxicas": una amalgama de mujeres que son "inseguras" -porque estarían todo el rato pendientes de lo que los demás opinen-, "las que tienen amigas promiscuas" -y por tanto ellas probablemente también lo sean y busquen el amor a través del sexo, lo cual las definiría como "rotas"-, las que tienen mala relación con sus padres y que rechazarían las figuras masculinas, las "adictas al drama", que buscarían conflictos sin motivos, y otro tipo de estereotipos como "las que tienen muchos *piercings* y tatuajes" o a las que "les gustan las películas de terror y el *gore*", como supuestos síntomas de desequilibrio, toxicidad y promiscuidad.

Estas visiones sobre las mujeres generan una jerarquía -las buenas mujeres de valor frente a las malas mujeres-, que construye un ideal arquetípico imposible de alcanzar para la gran mayoría, porque sus elementos están en constante equilibrio sobre la imagen de lo adecuado y lo inadecuado. Por ejemplo, la referencia a las mujeres como sujetos sexuales que desean en unos ámbitos -como se hablaba en sus vídeos sobre sexo casual, amigas "con derechos" y en las relaciones abiertas-, entra en contradicción con la censura de las mujeres "promiscuas".

Se cristaliza así una visión donde son ellos los "cazadores" y ellas un agente aparentemente pasivo al inicio, aunque luego ambos deban "trabajar" constantemente sobre ellos mismos para demostrar su valía. Si bien hay una gran cantidad de recomendaciones y técnicas respecto de cómo ser exitoso en las relaciones, que bien podrían -y en parte hacen- atender a las dificultades de los hombres a la hora de relacionarse con mujeres en el cortejo en un

[128] https://www.youtube.com/watch?v=-cRrJqhXst8

contexto donde algunos parecen sentirse "perdidos", parece que los objetivos en sí mismos de estas técnicas de seducción, se centran en completar la autoimagen de los hombres, en tanto que "hombres de valor". Esto es, los vínculos sexoafectivos con mujeres, extraigo, son una simple manera de complementar la imagen de éxito de ellos, construyendo una imagen de hombre deseado, que o bien tiene éxito sexual, o que bien decidió asentar la cabeza con una "mujer de valor" en un momento dado. La promiscuidad de ellos -muy recalcada en los éxitos de sus clientes-, se ve como algo altamente positivo frente a las mujeres que son promiscuas, señaladas como inadecuadas, peligrosas y tóxicas.

En el apartado dedicado al *coaching* femenino en el terreno sexoafectivo, los análisis de caso que he realizado se referían a un tipo de producto dirigido a las mujeres, muy replicado en redes sociales, que hablan desde cierta perspectiva posfeminista y que aúnan el discurso del *coaching* con el de la terapia y el del cuidado del mundo interior de una. Sin embargo, realizo un pequeño inciso aquí para explicar que, de manera creciente, también me he encontrado con discursos desde perspectivas femeninas que, precisamente, hacen referencia a la idea de ser "mujeres de valor"; en cierta línea con algunos de los discursos dirigidos al público masculino, aunque con visiones y prescripciones totalmente diferentes, donde los modos adecuados de comportamiento de acuerdo con el género cobran quizá todavía más importancia. En España tenemos el destacado caso de Susana Arcocha[129], con perspectivas más conservadoras en lo que al género se refiere, que hablan de la idea de las mujeres de alto valor, en una amalgama de ejemplos que conectan en general con la idea de una mujer "estable", cuidada y muy contenida: empáticas, asertivas, ni histriónicas ni reactivas a las emociones, que cuidan su imagen, generan un fuerte control sobre el cuerpo -deporte, dieta, sin consumo de alcohol o sustancias-, sin enfermedades mentales, con un fuerte sentido estético, femeninas pero no vulgares, y que no se juntan con hombres que no sirvan para sus objetivos o estándares de la pareja ideal[130]. Por ejemplo, el discurso de Susana Arcocha gira en gran medida alrededor de la hipergamia, de juntarse con hombres acaudalados y caballerosos, e insta a sus seguidoras a que, bajo ningún concepto, den ellas el primer paso -escriban en primer lugar, propongan una cita, etc.- o paguen en las citas. De este modo, las mujeres de alto valor -al igual que los hombres de alto valor-, sin caer en la imagen extrema de la *tradwife* -la "nueva ama de casa"-, son la versión actualizada de los valores conservadores

[129] Susana Arcocha -más de medio millón de seguidores en Instagram y casi 400000 suscriptores en Youtube- no trabaja como *coach* sino como creadora de contenido para redes sociales en las que relata sus citas para buscar a un "hombre de valor" como pareja, y da consejos para "trabajarse a una misma" y ser "una mujer de valor" desde una perspectiva altamente conservadora.
[130] https://www.youtube.com/watch?v=wQDSZm6ZMsY

y hegemónicos de la feminidad. Una imagen clasista y sexista alejada de la vulnerabilidad que se percibe como débil. Y con un discurso de contención de la sexualidad mucho mayor que en el caso de los *coach* dirigidos al público masculino, y aquellas *coach* y terapeutas dirigidas al público femenino que para este trabajo se han analizado.

5.2.2.6 Lenguaje financiero

Además, resultan de interés los usos del lenguaje propios del *coaching* y del mundo financiero, a la vez que el uso de técnicas comerciales a la hora de acercarse a las mujeres y a otros "contactos de valor" (Kompatsiaris, 2024). Por un lado, en cuanto al lenguaje, encontramos el uso de palabras específicas de esta semiosfera (Lotman, 1996): alfa, hombre de valor, creencia limitante, programar/desprogramar, persona que suma/ persona que resta, crecer, trabajar en/para, dominar, ser un recurso limitado -uno mismo-, desafíos, etc. Si bien en el *coaching* dirigido a mujeres hay parte de este lenguaje -sobre todo la noción de trabajar en una misma o la idea de crecer interiormente o la de establecer estándares-, el despliegue del lenguaje también está altamente asociado al mundo de la psicología -patrones, heridas, apegos, etc.- en el caso de los productos dirigidos a ellas. En el caso de estos servicios de *coaching* dirigidos a hombres -no únicamente en los productos de Álvaro Reyes-, las referencias a las "heridas" personales son más bien anecdóticas, en correspondencia con los sentidos de la masculinidad y su definición por oposición a la vulnerabilidad con sus mandatos de fuerza, poder y control.

5.2.2.7 En resumen

En el contenido de Álvaro Reyes, de manera similar al contenido que se puede encontrar en otros gurús de la seducción, se recalcan las ideas de la autonomía masculina y el valor de los hombres se mide en su capacidad para ser "alfas", atraer mujeres, tener éxito laboral y el contacto con otros hombres de valor. En términos de Kompatsiaris (2024: p. 123), el *coaching* masculino funciona a modo de tecnología del yo (Foucault,1981/2008), que formula masculinidades emprendedoras mediante un sistema de valores burgués basado en la competición, la elección y la adscripción por la tecnología, reeditando una nueva versión de los modelos de masculinidad hegemónicos en un contexto neoliberal. La masculinidad, en estos términos, se mide desde una lógica de cuantificación y acumulación, donde "más", es

mejor. Al contrario de lo que se veía en los servicios de *coaching* y psicoterapia dirigido a las mujeres, donde en el terreno sexoafectivo y en el "desarrollo de una misma" se recomendaba siempre cierta contención, cuidado y atención. Esta expresión de exuberancia masculina, propia de la vertiente orgullosa de la masculinidad hegemónica (García, 2010), se ejemplifica bajo la idea de ser un "alfa", el cual se aprecia como objetivo último de cualquier hombre, y solución a cualquier problemática a la que se pudiera enfrentar. Esta idea del "alfa", pasaría por tomar la iniciativa, marcar los ritmos, establecer los límites y seguir los deseos propios en las relaciones interpersonales.

Por otro lado, la gran atención que se aplica a la sexualidad -elemento clave del mandato de la masculinidad hegemónica- nos muestra otra manera de medir el éxito. El disfrute de la sexualidad como carácter lúdico que los hombres han tenido a lo largo de la historia se reconoce y se aprecia como positivo, y a la vez, de cierta manera ambivalente, se reconoce el derecho de las mujeres a dicho disfrute también. Sin embargo, la imagen estereotipada de las mujeres las asocia a ciertas esencias y maneras de ser -más retraídas, enamoradizas, etc.-, aunque en parte también se hace una mención a los condicionamientos sociales a los que las mujeres se someterían y que las harían comportarse de ciertas maneras. En lo que respecta a la valoración de las mujeres, si bien en ocasiones se reconoce su derecho a la sexualidad, también se establece una discriminación y diferenciación entre buenas y malas mujeres, "mujeres de valor" -las que interesarían a los alfas- y "mujeres tóxicas", a las que también se señala por su supuesta promiscuidad, estableciendo criterios contradictorios, y reafirmando las asimetrías de género.

La centralidad que adquiere la figura del alfa, de esta manera, configura en torno a la imagen de un hombre hecho a sí mismo, seguro y con confianza, que da el primer paso y se debe comportar de manera honesta y abierta. La honestidad y la comunicación, más que de una suerte de idea de horizontalidad, parece surgir en muchas ocasiones como una manera de deshacerse de la vulnerabilidad, se saber enfrentarse a "situaciones complejas sin miedo" o "superando miedos". La seguridad en uno mismo, el poder convertirse en "arquitecto de tu vida", y la valoración positiva de la sexualidad, plantea los modelos que se escapan de la monogamia "tradicional" -sexo casual, relaciones abiertas- como elemento positivo, recalcando la necesidad de "ser libres" y establecer autonomía. Esa libertad sexual que se otorgaría también a las mujeres en los modelos no-monógamos, sin embargo, sería muestra de lo "hombre que se es", reforzando la idea de la autonomía y la capacidad de afrontar situaciones difíciles que los hombres deberían tener.

4.2.3 Las nuevas guías de comportamiento y la reestabilización de las asimetrías de género

El hecho de que la autoayuda, el *coaching* y parte de la psicología planteen nuevas guías para vincularnos en un contexto individualizado, y divulguen frente a grandes audiencias y en el espacio público elementos que clásicamente se han relegado al ámbito privado e íntimo de la vida, no quita que las guías de comportamiento sean algo nuevo, pues siempre ha habido modelos que se han intentado estabilizar en lo relativo a lo adecuado e inadecuado de cada momento sociohistórico. Carmen Martín Gaite (1987/2008) ya nos habla en su libro "Usos amorosos de la postguerra española" precisamente de todo el entramado y maquinaria puesta en marcha para adecuar un nuevo arquetipo de feminidad, la del franquismo, en los años de postguerra, y los modos de relacionarse con los hombres, divulgado mediante los medios de comunicación, aunque también mediante la regulación del propio Estado y la Iglesia. Los medios de comunicación y las revistas también han sido los lugares mediante los cuales se han divulgado ideas sobre cómo las mujeres debían comportarse en el terreno sexoafectivo en los contextos posfeministas (McRobbie, 2010; Barker et al., 2018). Las ideas sobre lo adecuado e inadecuado y las formas de proceder se difunden por unos medios u otros, y se sitúan en el centro del espacio público, en la esfera pública íntima (Berlant, 1997).

Las novedades del *coaching* y de ciertas corrientes terapéuticas, sin embargo, plantean, en lo que a la tradición de las guías de comportamiento en el terreno sexoafectivo se refiere, una mirada que apunta sobre el individuo y el trabajo que debe hacer (Turnbough y Santiago, 2024). Conocerse, creer en uno mismo, librarse de creencias limitantes, sanar las propias heridas, etc. son maneras en las que se dirige, hacia el sujeto, la responsabilidad de sus acciones y la solución a sus problemáticas.

En un contexto de aparentes cambios en la consecución de las vinculaciones sexoafectivas, donde la pareja monógama deja de ser exclusivamente el modelo bajo el que se rigen las relaciones, y que se abren a nuevas realidades con cierta aceptación -desde "amigos con derechos" a sexo casual o no-monogamias consensuadas-, surgen nuevas problemáticas y tensiones. Desde una perspectiva de género, además, estas problemáticas en muchas ocasiones difieren o se aprecian en sentidos contrarios, y también nos hablan de ciertos cambios en los roles de género. Los discursos del *coaching*, en este sentido, como se ha podido ver, se vuelven además altamente generizados: los productos, servicios y *coach* más seguidos y virales, son aquellos que se refieren exclusivamente a un público masculino o femenino -a

pesar de que se puedan encontrar servicios de otras índoles-, reproduciendo y haciendo recomendaciones que reestabilizan en muchas ocasiones las asimetrías de género, a pesar de mostrar apertura hacia preceptos de igualdad. Hablar de energías masculinas y femeninas, reclamar acciones diferentes -a ellos se les anima a la sexualidad activa, a ellas a cierta contención-, nos muestra cómo parte de las soluciones se centran precisamente en la reproducción de las asimetrías de género, y en una valoración y estratificación de la sexualidad diferenciada. Sin embargo, constantemente el recurso se vuelve sobre la figura del propio individuo: las prescripciones de género se vuelven hacia la individualidad de cada cual.

5.2.4 Algoritmos y esfera pública íntima

Los productos y servicios analizados sobre *coaching* y terreno sexoafectivo no son los únicos que podemos encontrar en la Red y en los medios de comunicación, sin embargo, son parte de aquellos más exitosos -virales y seguidos- a los que se puede acceder. Como se ha podido apreciar, parten de discursos en gran medida heteronormativos, en consonancia con la lógica heteronormativa de la esfera pública íntima (Berlant, 1997), que reproduce y amplifica unos modelos de intimidad sobre otros. Esta perspectiva diferenciada de acuerdo con el género, además, puede ayudar a conectar con los públicos -varones y mujeres- generando una suerte de "públicos íntimos" (Berlant, 2008) que sienten que tienen, internamente, una serie de realidades y problemáticas en común. Si bien Berlant (2008) al teorizar sobre públicos íntimos se refería a grupos sociales "no poderosos" -por ejemplo, "las mujeres" o "los latinos", etc.-, las nuevas dinámicas a las que se enfrenta la masculinidad, y su intento por reestabilizar cierta posición de privilegio[131] mediante "la recuperación" de dicha masculinidad, como si estuviera en peligro, bien puede hacer que funcione a modo de público íntimo (Berlant, 2008).

Las visiones heternormativas y mononormativas -en mayor medida en los productos dirigidos a ellas- de estos discursos, a la par que un trabajo de producción de contenido que se plantea cercano a sus seguidores, dirigiéndose de manera directa a ellos, y lleno de "recetas" y "soluciones" tácticas que, además, se pueden hacer a partir de "uno mismo", también puede facilitar su mayor repercusión. Frente a explicaciones sociales o productos

[131] Posición de privilegio que no se ha perdido, pero que se ve en "peligro" ante realidades más igualitarias y que se refiere recurrentemente a la idea de "recuperar" la masculinidad, como si "los hombres" estuvieran en riesgo.

que solamente analizan las problemáticas, la puesta en marcha de acciones a partir de uno mismo, otorga cierta agencia a los espectadores que, "siguiendo ciertas recetas" pueden mejorar su vida sexoafectiva, a la par que pueden aprender de experiencias ajenas. Sin embargo, desde una mirada sociológica y feminista, se aprecia dificultoso la "solución a los problemas" o "la mejora de la vida" exclusivamente a partir de uno mismo.

Por último, cabe además mencionar a los modos en los que los algoritmos pueden participar proyectando ciertos discursos y ocultando o penalizando otros al público general. El hecho de que las redes sociales pertenezcan a grandes conglomerados empresariales -como el caso de Meta, ByteDance o X Corp.[132]- que censuran deliberadamente ciertos contenidos -desnudos, palabras, temas relacionados con la sexualidad muy explícitos o politizados, etc.-, o que, mediante los algoritmos "se oculten" y aparezcan menos cierto tipo de contenidos, al igual que haya otros que se incentiven, prioriza algunos discursos sobre otros y la replicación de estos. Las declaraciones recientes de Musk y Zuckerberg, dueños de las principales redes sociales occidentales, acerca de la necesidad de incentivar y proteger la energía masculina, negar las políticas y servicios de diversidad e igualdad dentro de sus empresas, y su permisividad -y promoción- hacia la los insultos homófobos, misóginos y transfóbicos en sus redes sociales (Requena Aguilar, 2025), son hechos que han de tenerse en cuenta a la hora de comprender y analizar estas redes sociales, sus diseños algorítmicos y la difusión de diversos productos en las mismas.

No todas las personas que siguen a los *coach* y terapeutas reproducen o piensan de acuerdo con sus recomendaciones de manera necesaria. Hay una agencia por parte de las audiencias y cierta curiosidad y disfrute en la observación de este contenido, que es parte de la oferta audiovisual que podemos encontrar en internet. Sin embargo, podría volverse problemático que solo algunos productos e ideas adquirieran relevancia en la Red debido a un sistema algorítmico que prioriza únicamente ciertos tipos de contenido, mientras que podría rebajar otro -ya de por sí menos seguido en ocasiones- por mostrar posturas más politizadas o con cierta perspectiva de género.

Los algoritmos también tienden a funcionar a modo de "filtros burbujas" (Pariser, 2011/2017) donde una y otra vez se nos muestra contenido afín o en línea con lo que ya vemos, damos "me gusta" o que, de acuerdo con nuestros datos sociodemográficos e

[132] Meta es el conglomerado empresarial dueño de Facebook, Instagram, WhatsApp y Facebook Messenger, con el magnate tecnológico Marc Zuckerberg; ByteDance es la dueña de TikTok, así como de otros programas conocidos como CapCut o la plataforma de contenido Toutiao; X Corp. es dueña de X -antigua Twitter-, perteneciente al magnate Elon Musk, también dueño de otras empresas como Tesla o SpaceX.

inscripciones que dejamos en la Red (Lasén, 2019) los algoritmos interpretan que pueda interesarnos. Así, las ideas sobre ciertos temas se refuerzan mediante el bombardeo de imágenes, vídeos, Reels, TikToks, infografías y mensajes de la misma índole de manera repetitiva. Quien vea contenido relacionado con la difusión de ciertas ideas sobre *coaching* en masculinidad y seducción, por ejemplo, será bombardeado repetidamente con estas ideas; en esta línea, por ejemplo, parte de los malestares de los hombres en el terreno sexoafectivo, capitalizados por los nuevos discursos de extrema derecha o de rechazo a ciertas ideas de igualdad y el antifeminismo presentes en la manosfera (García-Mingo et al. 2022) también pueden reproducirse en ciertos sectores de internet de manera amplificada. De este modo, discursos que valoran la sexualidad y el género de manera asimétrica y que proyectan ideas concretas sobre hombres y mujeres pueden encontrar grandes audiencias y volverse casi el único tipo de contenido y argumentos a los que algunos pueden acceder.

Hay todo un sector de internet, que yo hasta cierto momento desconocía al principio, que giraba precisamente en torno a estas ideas, pero que no es para nada residual. En el caso de España, Alvise Pérez con su partido "Se Acabó la Fiesta" consiguió tres eurodiputados en las elecciones al Parlamento Europeo de 2024 haciéndose conocido exclusivamente en estos nichos y burbujas algorítmicas de internet, a través de X y Telegram, que conectaban con esta -no tan- nueva masculinidad en auge caracterizada por el enfado y la desaprobación al "sistema". Y puede ser que parte de los discursos que en futuros inmediatos se repliquen sobre la sexualidad y el género sigan dependiendo, en gran medida, de esta cuestión algorítmica, también supeditada en parte a intereses empresariales e incluso políticos. Como se ha podido ver en el caso de Estados Unidos, la reelección de Donald Trump como presidente en el año 2024 podría haber sido incentivada por los diseños algorítmicos de la red social X (Graham y Andrejevic, 2024), perteneciente a Elon Musk, a la vez que asesor de Trump y donante para su campaña, los cuales parten de discursos de extrema derecha sobre el género, la sexualidad o la inmigración, entre otros.

4.3 Síntesis del capítulo

A lo largo de este capítulo se ha atendido a cómo los cambios sociales en el seno del género y las relaciones sexoafectivas de las últimas décadas, concretamente aquellos relativos a la normalización y legitimación de la sexualidad fuera del entorno de la pareja, han traído consigo formulaciones sexoafectivas que implican nuevas libertades, pero que, al mismo

tiempo, estas no escapan de fricciones y asimetrías. La ausencia de normas explícitas y coercitivas sobre las trayectorias vitales en el terreno sexoafectivo, esto es, la ruptura de la pareja y el matrimonio como único espacio socialmente legitimado para el despliegue de la sexualidad; una mayor individualización extendida a hombres y a mujeres; y los procesos de desinstitucionalización -referidos a la menor capacidad de las instituciones para *instituir* y dictar normas exactas sobre comportamientos y roles-, en ocasiones parecen dejar a las personas en una suerte de limbo sobre los modos de aproximarse al terreno sexoafectivo. Los preceptos de masculinidad y feminidad, de este modo, en este nuevo contexto de mayor libertad de elección para las personas, donde parece no haber claras guías, entran en tensión en muchas ocasiones. La demarcación de la autonomía masculina se enfrenta, de manera regular, a la demanda de comunicación y reciprocidad femenina; a la vez que los deseos, subjetividades y aspiraciones socialmente modulados mediante el género y sus preceptos chocan. Estos enfrentamientos y malestares que parecen surgir, además, en ocasiones parecen no encontrar espacio para ser explicitados en las formulaciones sexoafectivas no definidas -no definidas en tanto que "pareja" o "noviazgo"-, amparadas bajo el "no somos nada", y donde, por lo que parece, en las vinculaciones entre hombres y mujeres, ellas suelen ser quienes regularmente se adaptan a los ritmos y devenires de las relaciones marcadas por ellos. Sin embargo, desde propuestas feministas se han intentado configurar respuestas a estas fricciones y malestares, como la demanda de la responsabilidad afectiva, aplicable tanto al ámbito de la pareja como del resto de vinculaciones sexoafectivas, aspecto que también ha encontrado resistencias y denostación desde algunas masculinidades -como las presentes en la manosfera-.

Por otro lado, ante la ausencia de estrictas guías de comportamiento y de guiones sobre cómo aproximarse al terreno sexoafectivo, cómo surfear los nuevos malestares y fricciones, o cómo obtener los resultados esperados a partir de expectativas, emerge la cultura de la autoayuda y el *coaching* como una de las soluciones en el terreno sexoafectivo. Tal y como se ha podido apreciar, con una serie de recetas y técnicas que se centran en el trabajo en uno mismo y donde los individuos parecen ser los últimos responsables de sus situaciones y realidades, estos discursos recurren a la prescripción de *hacer género* para solucionar sus problemas y lograr sus aspiraciones. De este modo, los preceptos de masculinidad y feminidad se reproducen y se reciclan, ignorando además elementos sociales y estructurales -género, clase, racialización, etc.- que generan asimetrías y desigualdades, aunque sí se hacen menciones -en el caso del *coaching* dirigido a ellas- a la realidad de que hay hombres machistas que no son adecuados y al establecimiento de límites respecto de este tipo de varones. Respecto de la sexualidad,

todos los casos analizados reconocen el disfrute de la sexualidad fuera del marco de la pareja de manera extendida a hombres y a mujeres, sin embargo, también se aprecian una serie de contradicciones que precisamente tienen que ver con el cumplir con los preceptos de género. Desde el *coaching* dirigido al público masculino, por ejemplo, se anima a los hombres a la sexualidad, y se ha detectado un discurso que reconoce el derecho al disfrute de la sexualidad femenina por parte de ellas, sin embargo, las *mujeres de valor*, entendido esto como aquellas que podrían servir para ser pareja, no han de ser promiscuas ni tener "muchas amigas solteras". En el caso del *coaching* dirigido a mujeres, de nuevo, la sexualidad y su disfrute se aprecia positiva, pero se recomienda, en caso de desear buscar una pareja, modular los contactos sexoafectivos y centrarse en menos personas, esto es, cierta contención sexual si lo que se desea es encontrar el amor. Esto es, la sexualidad se aprecia como algo bueno desde estos discursos, pero, si lo que se busca es amor y la pareja monógama, tanto los discursos dirigidos a ellos como aquellos dirigidos a ellas, remarcan la necesidad de cierta contención sexual femenina. Y este aspecto nos lleva de vuelta a los preceptos hegemónicos de la masculinidad y feminidad en lo que respecta a lo adecuado en el terreno de lo sexual: la pareja monógama heterosexual, situada en la cúspide del sistema jerarquizado de estratificación sexual, requiere de adaptarse a los preceptos de género y reproducirlos.

Todos estos discursos, replicados regularmente en redes sociales, con perspectivas más o menos similares, nos han de servir para comprender los modos en los que las nuevas recetas en el terreno sexoafectivo no son, en realidad, tan nuevas. Sin embargo, adaptadas a un marco de legitimación de la sexualidad en periodos de soltería, y partiendo de un supuesto orden de igualdad donde las desigualdades están superadas. Como se ha indicado, esto además acontece en un contexto de crecimiento de la extrema derecha y burbujas algorítmicas, donde posturas mucho más radicales y conservadoras también están presentes en la Red. Ello puede implicar un riesgo en el ahondamiento de desigualdades y en la deslegitimación de propuestas que intentan romper y contestar las asimetrías de género, así como diversas violencias y malestares que de estas se derivan.

5. Las no-monogamias consensuadas

En el terreno de los cambios en el ámbito de las relaciones sexoafectivas y las nuevas dinámicas y cuestionamientos en torno a la monogamia, un lugar interesante son las propuestas para la ruptura de la monogamia y de la exclusividad sexual que han adquirido cierto protagonismo y visibilidad en los últimos años. Si bien parte de esta ruptura creo que se ha dado de manera transversal en nuestras sociedades contemporáneas, por ejemplo, con el reconocimiento de que una persona -varón o mujer, aunque como hemos visto, con prejuicios asociados a la promiscuidad femenina todavía- pueda tener sexo más o menos casual, "follamigos", *situationships* o toda una suerte de situaciones "indeterminadas", en las que la exclusividad sexual no se da por necesaria, hay también un cambio en los vínculos "reconocidos" o "estables" que rompen con la idea de la exclusividad sexual. Las no monogamias consensuadas, NMC, precisamente, son ejemplo de ello. A lo largo de este capítulo intentaré hacer una aproximación -bastante limitada- a varios de los aspectos que caracterizan a este tipo de vinculaciones. Desde un resumen de su genealogía reciente y su relación con los activismos y experiencias LGTBIQ+ y feministas; una recopilación de datos que contextualizan su práctica -o el deseo de su práctica- por parte de las personas; las representaciones mediáticas y en redes sociales que podemos encontrar de las NMC, hasta las experiencias de varias de las personas entrevistadas con este tipo de vinculaciones. Como se verá, las NMC parecen adquirir cierta visibilidad en el espacio público, pero insertas en un contexto mono- y heteronormativo, las experiencias de las personas se guían también por el estigma, a pesar de las libertades y vivencias enriquecedoras que también declaran.

Herederas de la idea del amor libre de los años 60', las NMC son propuestas de ruptura de la exclusividad sexual, o de la diada mononormativa -esto es, el hecho de que una pareja esté formada exclusivamente por dos personas- en el seno de parejas -o triejas, o películas, etc.- que se reconocen como tal. Referirse a las NMC implica la utilización de un término paraguas para definir relaciones o situaciones sexoafectivas en las que las personas envueltas en ellas tienen conocimiento y acuerdos en los que se reconoce la posibilidad de que los miembros de dichos vínculos puedan tener contactos sexuales o afectivos con terceras personas (Scoats y Campbell, 2022). La propia definición de las NMC resulta en parte dificultosa -o muy amplia- precisamente porque agrupa toda una variedad de prácticas que rompen con la imagen de la pareja monógama con exclusividad sexual. A lo largo de este trabajo se ha podido apreciar de qué manera en la actualidad podemos asistir a toda una variedad de

situaciones que escapan de la monogamia o de la exclusividad sexual pero que, a nivel discursivo, no suelen situarse en el ámbito de las NMC: los amigos con derechos, *situationship* y el sexo casual son ejemplo de ello. Lo característico de estas últimas formas de relacionarse sería que, en muchas ocasiones, las personas situadas en las mismas, debido a la legitimidad actual del sexo fuera del esquema de la pareja estable (Castrillo Bustamante, 2016), se definen a sí mismas en muchas ocasiones como "solteras", esto es, puede reconocerse algún tipo de vinculación, pero al quedar fuera de la definición mononormativa de la pareja, se entiende como una práctica o relación enmarcada en "la soltería". Al mismo tiempo, estas situaciones de alguna manera "ambiguas", en un contexto mononormativo, implican a veces una ausencia de comunicación que se justifica, precisamente, bajo la ausencia de la existencia de una "relación" o vinculación como tal. De esta manera, esta supuesta ausencia de una vinculación -que en realidad no es tal- atañe una falta de legitimidad para la comunicación y traslado de demandas, enfados, muestras de afecto, etc. (Castrillo Bustamante, 2016) que pueden jugar a favor de las asimetrías de género, especialmente en vinculaciones entre hombres y mujeres, donde se opone el marcaje de la autonomía masculina a la demanda de comunicación y de afectos femenina (Castrillo Bustamante, 2018).

Las NMC plantean un cambio de tablero sobre el que se conjugan los vínculos sexoafectivos (Vasallo, 2018), donde se reconoce en primer lugar un "nosotros" -que no tiene por qué tomar la forma de una pareja estable formada por dos personas de manera necesaria- y se plantea el reconocimiento de contactos sexoafectivos con terceros. Estas vinculaciones, por tanto, pueden ser variadas: formas más politizadas que rechazan las jerarquía de los vínculos sexoafectivos sobre otros, o de un tipo de vínculos interpersonales sobre otros, en ocasiones evitando nombrar a los vínculos como "pareja" o "novios/as/es", como el caso de la anarquía relacional; el poliamor, que puede plantear que los miembros de una pareja central tengan vínculos sexoafectivos secundarios -por tanto, estableciendo una jerarquía-, o que puede generar redes de afectos no jerarquizadas; las relaciones abiertas, que en general vienen definidas por un vínculo primario cuyos miembros pueden relacionarse con terceras personas a nivel sexual; el *swinging* o intercambio de parejas, donde una pareja asiste a lugares específicos -fiestas privadas, locales liberales, quedadas en casa- para intercambias miembros con otra pareja para participar en juegos sexuales; y el sexo grupal. Estos modelos expuestos no son estancos, la variabilidad con la que las personas que componen vinculaciones NMC es mucho mayor que la definición de cada tipo de vinculación, y no siempre se ajustan a las mismas, además de que unas vinculaciones pueden transitar hacia otras en cualquier momento (Scoats y Campbell,2022). Sin embargo, el definirse en vinculaciones NMC da una

suerte de halo de (auto)reconocimiento a un vínculo que permite cierta comunicación, acuerdos y reclamos al respecto, al contrario de lo que podría pasar en ocasiones en algunas vinculaciones fuera de la monogamia que no se reconocen como tal.

5.1 De *hippies*, revolucionarios y matrimonios de clase media a la cuarta ola feminista

Las NMC tienen un origen variado que condensa diferentes entornos y contextos en los que la ruptura de la monogamia y de la exclusividad sexual como propuesta fue parte de su devenir. Los movimientos contraculturales de los años 60' y las propuestas de amor libre como parte del movimiento hippie; la revolución sexual a partir de los años 60' y 70' del siglo XX y el reconocimiento y legitimación de la sexualidad -ociosa y lúdica- fuera del marco de la pareja estable de manera extendida a las mujeres; los inicios del movimiento swinger y el intercambio de parejas en algunos sectores de las clases medias y medias-altas a partir de la revolución sexual; las críticas al amor romántico, a la pareja y la familia nuclear hechas por feministas -muchas de ellas en partidos socialistas y comunistas de corte libertario o en organizaciones anarquistas- tras la segunda ola del feminismo; las comunidades de identidades sexuales minoritarias y sus modos de vincularse fuera de la heteronorma y mononorma, etc. son espacios desde los que vinculaciones fuera de la exclusividad sexual se han ido desarrollado en el contexto occidental a partir de la segunda mitad del siglo XX.

Sin embargo, estas propuestas de ruptura de la exclusividad sexual y la monogamia también se habían dado con anterioridad, como en el caso del planteamiento de la constitución de relaciones libres del anarquismo de principios del siglo XX, que en el Estado español atrajeron interés en ciertos sectores anarquistas a lo largo de la Segunda República y la guerra -durante el intento de revolución anarquista- tal y como recoge el trabajo de Lora Medina (2019) y que se ha relatado en el capítulo 2 de este trabajo. En el contexto occidental, es posible identificar estos ensayos relativos a otros modos de relacionarse en las primeras décadas del siglo XX en los entornos urbanos de grandes ciudades de Europa y los Estados Unidos, en distintos ambientes. Por ejemplo, las experiencias de jóvenes mujeres negras que emigraron al norte de los Estados Unidos -a ciudades como Filadelfia o Nueva York- a inicios del siglo XX tras la abolición de la esclavitud, cuyas vivencias innovadoras en el ámbito de la sexualidad y los afectos son relatadas y analizadas por la historiadora Saidiya Hartman (2019) en su libro "Wayward Lives, Beautiful Experiments"; mujeres que, además, tuvieron que

enfrentar, de manera imbricada, el racismo y los señalamientos por sus modos de vida, y que en muchas ocasiones fueron acusadas de ejercer prostitución y detenidas por ello. Por otro lado, los entornos artísticos y bohemios, en ocasiones conectados con cierta aristocracia y burguesía, en ciudades como Nueva York -*flappers*, los felices locos 20, el renacimiento de Harlem-, Londres -con el caso del círculo de Bloomsbury-, París o Berlín también son testigos de experimentaciones y experiencias fuera del marco mononormativo. En Madrid -y de manera extendida, en parte, a otras ciudades españolas-, sería posible incluir en esta genealogía de ruptura con las normas sexuales de la pareja las experiencias de las cupletistas y sicalípticas, recogidas por la autora Gloria G. Durán (2021). Sin embargo, la mayoría de estos entornos -con la excepción del círculo de Bloomsbury- parten de marcos eminentemente -o, cuanto menos, visiblemente- heterosexuales. Los cambios sociohistóricos ligados a la industrialización y al gran crecimiento de las grandes ciudades, resultado de las migraciones, en contextos occidentales a partir del siglo XIX, también permitieron el progresivo desarrollo de nuevas comunidades eróticas -gays, lesbianas, etc.-, donde comienzan a surgir algunos lugares -barrios concretos, bares y cafés, etc.- para su reunión (Rubin, 1984/1989). Las experiencias en materia de sexualidad y afectos de estas nuevas comunidades eróticas que comienzan a definirse en dicho contexto tampoco podríamos ubicarlas en un marco mononormativo, dado que nacen y se desarrollan precisamente fuera de las costuras de las normas hegemónicas de sexualidad, género y afectos.

Dentro del seno de los activismos políticos de izquierdas y los feminismos, las NMC, en tanto que propuesta para la ruptura de la exclusividad sexual, han sido objeto de debate -incluso dentro de aquellos sectores movilizados a su favor- dadas las tensiones que se dan con el género y sus choques con la libertad sexual. En general, la ruptura con la sexualidad asociada únicamente al matrimonio monógamo y heterosexual introdujo muchos debates respecto de la libertad sexual y el género, donde desde algunos sectores feministas se aludía precisamente al hecho de que los hombres ya gozaban previamente de libertad sexual, por lo que había dudas de si, la libertad sexual extendida a las mujeres favorecería todavía más a los hombres (Esteban, 2011; Vance 1984/1989). Estas mismas dudas y reflexiones se han dado también en el entorno de las NMC, antes y ahora; del mismo modo, desde algunas posturas como algunos sectores feministas anti-sexo se las ha acusado de aproximarse a las relaciones y a la sexualidad desde una supuesta lógica de "consumo de cuerpos" (Pollán, 2021), donde la sexualidad libre se vería asociada a una dinámica de acumular y sumar éxito sexual como parte del valor de una persona, en una realidad supuestamente hipersexualizada (Illouz, 2020).

Si bien las prácticas y los modelos relacionales dentro de las NMC vienen de contextos variados, el activismo de las NMC nace precisamente del feminismo pro-sex, kink y LGTBIQ+ de finales del siglo XX, en el contexto de la tercera ola feminista, momento en el que empiezan a divulgarse parte de las definiciones que hoy en día se sitúan dentro de las NMC. Por ejemplo, la palabra poliamor -quizá uno de los modos de vincularse más reconocido dentro de las NMC-, se utiliza precisamente por primera vez en el texto "A Bouquet of Lovers: Strategies for Responsible Open Relationships" [Un Ramo de Amantes: estrategias para las relaciones abiertas responsables] escrito por Morning Glory Zell-Ravenheart en 1990, para la revista Green Egg Magazine. Recalco este texto y la revista, precisamente porque se trata de un medio de ideas neopaganas, perteneciente a la Iglesia de Todos los Mundos y con origen en California en la década de los 60' del siglo pasado. La conexión entre neopaganismo -y otros movimientos espirituales new age-, movimiento hippie y el mundo de la fantasía como lugares utópicos -donde la utopía plantea propuestas rupturistas respecto de las formas de vida que conocemos (Martínez, 2020)-, son también el lugar por donde muchas personas accedieron -y siguen accediendo- al mundo de las no-monogamias (Aviram, 2010), cuanto menos a su conocimiento. Por otro lado, en lo referido a su conexión con el feminismo pro-sex y movimiento queer, si bien las prácticas no-monógamas ya se daban con anterioridad, es también en los 90' cuando se viene a sistematizar su nombramiento -nombrar es otorgar una cualidad de existencia- y a proponer una perspectiva ética y feminista en el seno de estas vinculaciones sexoafectivas. "The Ethical Slut: A guide to infinite sexual possibilities", traducida al español como "Ética Promiscua: Una guía práctica para el poliamor, las relaciones abiertas y otras aventuras", es un libro publicado por primera vez en 1997 por las amigas y amantes Dossie Easton y Janet Hardy, quienes se conocieron a principios de los 90' en el entorno del mundo BDSM y kink de San Francisco, California. San Francisco ha sido un lugar históricamente conocido por ser espacio de referencia del movimiento LGTBIQ+ estadounidense, lugar desde donde otras autoras pro-sex como Gayle Rubin han escrito y realizado activismo queer (Rubin, 2011), también cerca de movimientos de izquierdas y de corte libertario en muchos casos. Por otro lado, resulta interesante observar cómo es justamente en este entorno californiano -sin perjuicio de que en otros grandes núcleos urbanos también se produjeran fenómenos similares- donde se produce una sinergia entre movimiento queer y pro-sex, por un lado, así como *hippie* y *new age,* que acaba convergiendo en el nombramiento y propuesta de las NMC, y que seguramente provenía de una cercanía ya existente en décadas anteriores.

Me parece importante recalcar parte de esta genealogía sobre las NMC, precisamente porque ante las descalificaciones a la libertad sexual de ciertos sectores feministas anti-sexo tachándola de favor al patriarcado desde la segunda ola hasta parte de sus discursos hoy en día (Esteban 2011; Vance, 1984/1989; Srinivasan, 2021), se puede apreciar cómo el activismo de las NMC desde los 90' ha intentado desarrollar propuestas en torno a la ética y la responsabilidad, y teniendo en cuenta la reparación de daños y la rendición de cuentas -*accountability*-. El texto de Morning Glory (1990) habla de relaciones abiertas responsables, el de Easton y Hardy (1997/2018) de una ética de la promiscuidad. Ambos textos, a modo de guía, condensan parte del debate que gira en torno al cuidado mutuo, la horizontalidad y la reciprocidad, huyendo precisamente de los esquemas patriarcales de la sexualidad, y poniendo en el centro la comunicación, el respeto y el apoyo mutuo. También destaca, por su propia genealogía y apuesta por una sexualidad abierta, en el contexto de grupos LGTBIQ+, la importancia, dentro del cuidado mutuo, a la cuestión que también tiene que ver con el cuidado sexual -desde el señalamiento de abusos y violencia sexual a la responsabilidad y cuidado ante ITSs-, planteando conversaciones en ocasiones incómodas o que no se dan fuera de estos entornos.

Lo que ahora se conoce como NMC, también fue nombrado como "no monogamias éticas", precisamente porque se buscaba la eticidad como elemento presente en este tipo de prácticas. Sin embargo, los debates en los entornos activistas y teóricos de las NMC han acabo por desechar el uso de dicho término en muchos casos, precisamente por parte de su carácter clasista y colonial (Vasallo, 2018) a la hora de recalcar el componente ético. Las propuestas políticas de las NMC no se refieren únicamente a la ruptura de la exclusividad sexual, sino también al concepto de familia nuclear y a poner en cuestión la jerarquía de los afectos que pone a la pareja en la cúspide de lo importante (Vasallo, 2018). En ese sentido, las NMC en su origen – las amistades y comunidades queer, los cuidados en el contexto de la pandemia del VIH, etc.- pretenden romper con esa idea de la pareja y el amor romántico como espacio de salvación. La problemática, sin embargo, viene dada por otros lugares: su difusión, especialmente a raíz de empezar a teorizar sobre las NMC en libros especializados de carácter ensayístico -al igual que ocurre con la teorización de otros movimientos sociales, como los feminismos o el marxismo-, se comienza a dar en sectores de clase media y universitarios. De esta manera, las ideas sobre libertad sexual y la teorización de la ética al respecto, genera una suerte de distinción en algunos sectores progresistas, difundidas especialmente en sectores blancos, de clases medias-altas y universitarios (Scoats y Campbell, 2022). Esta distinción respecto de la ética también está cargada de una mirada clasista y colonial en

muchas ocasiones: "nuestras" relaciones no-monógamas son "éticas", al contrario que las personas que practicarían la monogamia, relaciones no-monógamas no consentidas u otra suerte de poligamia perteneciente a otras culturas patriarcales (Vasallo, 2018). Precisamente la incorporación de debates que señalaran esa lógica de distinción, desde una perspectiva interseccional, en el seno de los propios activismos NMC plantearon la sustitución de la palabra "ética" -que sin embargo sigue usándose en ocasiones- por "consensuada". Esto es, la conclusión de estos debates activistas es que formar una NMC no lo convierte automáticamente en una suerte de relación ética por el simple hecho de que haya conocimiento de las partes, y las acciones para buscar eticidad dentro de una relación pueden darse tanto dentro de estos modelos como de otros.

Por otro lado, el hecho de que las NMC se hayan difundido en clases medias y entornos universitarios ha generado una imagen en la que parece que para construir relaciones de este tipo haya que estar muy formado -la cantidad de libros que se han producido en los últimos años es muestra de ello-, y de manera constante se alude al hecho de "estar preparado", tener que realizar grandes "gestiones emocionales", la importancia de "estar formado y saber", "leer mucho sobre el tema", "haberse trabajado y pasar por terapia", discursos todos ellos a los que me he visto yo misma expuesta en mi propio recorrido dentro de las NMC. Todas ellas son expresiones que he escuchado tanto de personas que practican NMC, como de personas que se refieren a ellas sin practicarlas, lo cual es indicativo de una percepción muy arraigada: la de que una formación especializada en este ámbito es un prerrequisito imprescindible para adentrarse en las NMC. Estas visiones, sin embargo, no concuerdan en parte con lo que he recogido tanto en mi trabajo de campo como en mi propia experiencia: la lectura y preparación psicológica no habilita de manera especial la capacidad para tener *mejores* relaciones no-monógamas, o no al menos más que para aquellas que son monógamas. Si a las personas se les exigiera un mínimo de trabajo interior y desarrollo de capital intelectual para adentrarse en una vinculación de carácter monógamo o clásica, entenderíamos fácilmente su carácter clasista y distintivo: tiempo, dedicación y dinero para poder configurar una relación sexoafectiva. Los conflictos en el seno de las relaciones en muchas ocasiones beben de asimetrías de género, de conflictos en la comunicación y el no entendimiento de acuerdo con el género (Tannen, 1992), de una gestión de celos que puede existir tanto en el marco de las relaciones exclusivas como sexualmente abiertas, o de expectativas dispares entre las personas que conforman una relación.

Desde una perspectiva académica, las no-monogamias consensuadas han adquirido un progresivo protagonismo dentro de los estudios de género y sexualidad en ámbitos como la

sociología, la antropología, la psicología y los estudios queer precisamente a partir de la difusión del activismo de las NMC en los 90'. En 2006, la revista científica Sexualities, edita un número especializado en poliamor (Haritaworn et al., 2006). En el año 2010, les académiques Meg-John Barker y Darren Langdridge editan un libro especializado en Routledge titulado "Understanding non-monogamies" [Comprendiendo las no-monogamias], nutrido de 26 capítulos conformados por artículos científicos y aportaciones teóricas por parte de personas situadas entre el activismo y la academia. Entre 2014 y 2019, el Centro de Estudios Sociales de Coimbra acoge, bajo la dirección de la IP Ana Cristina Santos, un proyecto europeo titulado "INTIMATE. Citizenship, Care and Choice: The Micropolitcs of Care in Southern Europe" [INTIMATE. Ciudadanía, Cuidado y Elección: Las micropolíticas del cuidado en el sur de Europa]: un proyecto internacional desarrollado entre España, Portugal e Italia con el objetivo de "Ofrecer un estudio comparativo y cualitativo del contexto legal, político y cultural de la ciudadanía íntima en Italia, Portugal y España" y "Explorar las transformación de las experiencias relativas a la sexoafectividad, la parentalidad y la amistad basadas en la narrativa de lesbianas, gays, bisexuales y personas trans (LGBT)" (INTIMATE, 2014); entre las cuales, destaca una línea dedicada a analizar el desarrollo de afectividades no-monógamas, con un *output* total de más de 50 artículos científicos, libros y capítulos de libro del proyecto, así como conferencias y congresos. La progresiva visibilidad de las NMC en el entorno académico, así como sus sinergias con el activismo -igual que ha ocurrido en el pasado y sigue ocurriendo con los feminismos, el movimiento LGTBIQ+ y otra serie de movimientos sociales-, se ha trasladado también fuera de las fronteras de la universidad y de los pequeños círculos activistas.

En el seno de la cuarta ola feminista a lo largo de la década de 2010, las ideas sobre el poliamor, la anarquía relacional o las relaciones abiertas y su práctica se difundieron de manera amplia, especialmente porque se trataba de un momento de efervescencia política y activista en la que, a la contestación de las asimetrías de género, se unieron de manera activa los reclamos contra el amor romántico, elementos relacionados con la libertad sexual -y la contestación a la violencia sexual-, la unión y activismo de comunicades queer y la crítica a la mononormatividad y a la heteronormatividad. En dicho caldo de cultivo, los activismos relacionados con las no-monogamias también ocuparon cierta parte de la agenda política activista. Cuando asistía a la universidad, los textos de Brigitte Vasallo -quizá una de las caras más visibles del activismo NMC en el contexto hispanohablante-, y el libro de Ética Promiscua (Easton y Hardy, 1997/2018) se comentaban regularmente, los debates sobre el

poliamor y las relaciones abiertas eran comunes entre amigas y activistas feministas, y puede que "gestión emocional" fuera una de las frases que más llegué a escuchar.

Ello hizo, por un lado, que muchas personas se vieran incitadas -por comulgar con las prácticas discursivas del activismo- a construir relaciones no-monógamas a raíz de cierta inercia de grupo. Este hecho tuvo resultados dispares: por una parte, en esta experimentación, hubo quien encontró modos de vincularse enriquecedores. Sin embargo, para un sector, esta experimentación desembocó en experiencias insatisfactorias dando lugar al abandono de este marco, como en el caso de la siguiente entrevistada:

> "cuando yo me metí, por ejemplo, en el poliamor, que fue hace siete años, es que, si no lo hacía yo, en mi grupo de colegas eras una pringada. Eras una pringada absoluta. ¿Porque qué haces comiendo del capital? ¿Sabes? Entonces, eh. (…)
>
> yo es que yo la salida del armario más grande que he tenido ha sido de relación cerrada. Te lo juro. O sea, es que ni bisexual, ni asex, ni pollas. (…) me acuerdo que unas amigas de [novia] cuando [novia] les dijo en una comida pues hemos cerrado la relación que es como 'madre mía, no, no, no habíamos programado esto, que estamos con tus colegas y de repente con tus colegas mega poliamorosas', están todas entre todas reventadas, pero haciendo como que no y que una chavala se empezó a despollar pero que le dio un ataque de risa, que se tiró cinco minutos riéndose del shock y nos dijo 'Y ahora ¿qué leéis?' [se ríe fuertemente]. Y fue como. Como un plan de '¿qué libros de feminismo leo ahora como para daros la razón?'. Y es como no me hace falta ningún libro para darme la razón en plan de. O sea, esto de que cuando de repente 'Pensamiento monógamo, terror poliamoroso' al revés mmm sí sí caro, ¿eh? Todo el mundo lo tenía como la Biblia, todo el mundo tenía uno encima de su mesilla y la gente se había gente que se lo leía pa 'Ah, qué interesante'. Había gente que se lo leía pa pa curarse de que estaba reventada en su relación poliamorosa y a ver si ese libro te daba. No cariño, en plan no, el libro no te quita los celos".
>
> Carmen, 30-34, bisexual, en pareja cerrada

Esta entrevistada traslada un ejemplo de cómo en ciertos entornos feministas y queer las prácticas no-monógamas llegaron a vivirse en ocasiones incluso como una obligación militante. La difusión de las ideas NMC como ruptura del modelo mononormativo y, por tanto, como fuente de ruptura contra el capitalismo y el patriarcado, en ocasiones se visualizaba como una suerte de militancia política que iba dejando "cadáveres emocionales" a su paso: los celos, las inseguridades, y otra suerte de malestares en ocasiones eran resultados de estas situaciones que se vivían como una obligación. De manera similar a lo que ocurrió con el lesbianismo político en ciertos sectores feministas en los años 70' y 80', haciendo que la estratificación del valor sexual cambiara en el seno de algunos grupos activistas (Rubin, 1984/1989). O también, a partir de la revolución sexual, las experiencias de mujeres que podían sentirse obligadas a ser sexualmente más activas para no parecer unas "mojigatas" llegando a enfrentar violencia sexual (Wouters, 1998). Por ello, la entrevistada recalca la idea de que "los libros no quitan los celos", esto es, que la lectura por sí misma no rompe con las dinámicas, emociones y habitus socialmente instaurados en un régimen sexoafectivo concreto. De todos modos, cabría añadir que parte de la literatura especializada en no-monogamias y creada desde estos activismos, así como desde los feminismos, sí que podría traer reflexiones que a muchos pudieran ayudarles a meditar sobre estas cuestiones. Independientemente de que se practiquen modelos relacionales que impliquen la exclusividad sexual o no, los celos como fuente de malestar, la jerarquía de la pareja y el señalamiento de la mononormatividad y la heteronormatividad, se llevan a cuestión y se debaten también desde estas perspectivas.

Sobre la literatura publicada en torno a las NMC o a la crítica de la estructura sexoafectiva mononormativa y heteronormativa, hay diferentes variedades de libros: están aquellos de corte de autoayuda o de guías para abrir relaciones (Barker, 2019; Easton y Hardy, 1997/2018; Labriola, 2017; Veaux y Rickert, 2019; Mint, 2019; Taormino, 2021; Manot, 2022); y, por otro lado, están los libros más teóricos o de carácter ensayístico que reflexionan en torno a la sexualidad, la mononormatividad, las relaciones y el género (Vance, 1984/1989; Esteban, 2011; Tenenbaum, 2021; Pérez Cortés, 2020; Rodríguez del Real y Correa Román, 2024; Srinivasan, 2021). Solo he puesto algunos de los ejemplos de literatura en dicho sentido que podemos encontrar, aunque el repertorio es mucho más amplio.

Además, al contrario de lo que mucho se ha solido decir sobre la autoayuda -yo misma en este trabajo- o sobre el *coaching* en lo referido a los "huecos" que rellena debido al creciente individualismo y desinstitucionalización (Illouz, 2020; Turnbough y Santiago, 2024) con un lenguaje que recaería exclusivamente sobre los individuos, he de decir que algunos de estos

libros -aunque no todos- de "autoayuda" o "guías", plantean cuestiones con una perspectiva interseccional y social, donde en muchas ocasiones ofrecen preguntas, reflexiones y modelos situándolos en un entorno social concreto: por ejemplo, "Juego Limpio" (Mint, 2019), es una guía para hombres en las NMC que atiende precisamente a los privilegios de género masculinos, y genera propuestas y reflexiones partiendo de ese hecho; "Más allá de la pareja" de Franklin Veaux y Eve Rickert (2019) es una guía especialmente dirigida a personas que ya se vinculan de manera no-monógama y establecen pautas y recomendaciones para afrontar las relaciones de poder y jerarquías que se establecen en las relaciones; el libro de Meg-John Barker (2019) titulado "Reinventa las reglas: una guía de anti-autoayuda sobre el amor, el sexo y las relaciones", donde en su propio título se contesta la noción de autoayuda, y desde una perspectiva también sociológica, ayuda a crear marcos para intentar dar la vuelta desde la práctica a reglas y normas hegemónicas relativas al género, al amor romántico o la sexualidad.

A pesar de la extensa literatura y guías sobre cómo construir modelos no-monógamos, no se puede obviar el hecho de que construir relaciones sexoafectivas de una manera en la que no se desea -o el "querer" desear una relación no-monógama-, tal y como decía la última entrevistada, no siempre funciona. Más allá de ello, no se puede obviar que existen posibilidades de "fracaso" en todo tipo de modelos relacionales, tanto en las NMC como en las vinculaciones monógamas y exclusivas, pero el conjunto de experimentaciones de las NMC no puede reducirse a esas experiencias negativas, sino que debe considerar también aquellas situaciones que han resultado positivas para las personas implicadas. Tampoco se puede dejar de lado el hecho de que el mundo en el que nos movemos sigue siendo un lugar heteronormativo y mononormativo, por lo que el contexto tiende a premiar las vinculaciones normativas, en tanto que la inercia de las propias estructuras (Becker, 2009) favorece la viabilidad de los modelos clásicos de monogamia y exclusividad sexual, al tiempo que dificulta aquellos que pretenden romper con dicha inercia. Por ello, Tamara Tenenbaum (2021) indicaba en su ensayo "El fin del amor" que, precisamente por esos condicionamientos sociales, le era más fácil ser adúltera que construir relaciones no-monógamas, dado que "la precariedad de la vida", citando a Lorey (2016: pag. 27), le hacía agarrarse a algo firme como la supuesta certeza de la monogamia, aunque al mismo tiempo comprendía que "[n]o hay ninguna unión que nos salve de la condición precaria de la vida y de las relaciones humanas" (Tenenbaum, 2021: pag. 120).

5.1.1 Nuevas maneras de hacer, nuevas maneras de nombrar

Dentro de las NMC se ha generado, en su trabajo por sistematizar una serie de conceptos que rompan con la manera de nombrar propia de la mononorma, una terminología propia para situar a las personas, sus experiencias y a sus emociones en el seno de la constelación de las diferentes prácticas y orientaciones relacionales (Ritchie y Barker, 2006). Creo que a veces, la extensión de la terminología y el debate interno que hay no hace más que aumentar la distancia respecto de las personas que no tienen tiempo de estar dedicándose exclusivamente a leer, debatir y "formarse" sobre los modos de vincularse. Sin embargo, es verdad que desde la hetero- y mononormatividad también hay una serie de palabras concretas para nombrar las cosas desde su cosmovisión, y son precisamente aquellas palabras que dominan la esfera pública íntima (Berlant, 1997), por lo que la propuesta de nuevos glosarios es un modo de nombrar diferente que permite dotar de realidad a otras prácticas. En este vocabulario, hay palabras que también se han trasladado al mundo mononormativo, o que inicialmente surgen en entornos de la psicología y la sexología, y que se trasladan también al mundo activista de las NMC para definir toda una suerte de situaciones.

- "Gestión emocional" es un término ampliamente usado hoy en día, aplicable tanto a realidades no-monógamas como monógamas -y en uso en ambos mundos- en un intento de racionalizar las emociones y poder manejarlas; muestra quizá de una utilización a nivel coloquial de términos o expresiones de corte psicológico que se aplican al ámbito sexoafectivo. "Gestionar" -a secas- también es una palabra que he escuchado en muchas ocasiones a personas de los entornos más activistas feministas -tanto en gente que practica las NMC como las que no-, quizás en un intento de rebajar el nivel de conflicto: "hemos estado gestionando", "tenemos mucho que gestionar", como sinónimo, o quizá eufemismo, de lo que la mayoría de la gente de a pie diría "hemos discutido" y "tenemos mucho de qué hablar" -ese *hablar* que puede acabar en discusión-. Otros modos de uso consistirían en alusiones a "gestionar celos", a modo de entender que los celos pueden "trabajarse" y ser deconstruidos.

- "Vínculo" en vez de pareja o novio/novia/novie. Dado que la palabra pareja hace precisamente referencia a una diada -una relación reconocida y compuesta por dos personas-, y novio/novia/novie puede dotar de jerarquía a unas personas sobre otras -como en el caso de personas que se alinean con el anarquismo relacional y que prefieren no utilizar tales términos-, la palabra vínculo se utiliza a modo de comodín para referirse a alguien con quien

se tiene algún tipo de relación, del tipo que sea, generalmente de carácter sexoafectivo. Lo he escuchado cada vez más habitualmente fuera de entornos estrictamente NMC, por ejemplo, para referirse a la relación con una persona con la que no se tiene una relación de pareja al uso o cuya naturaleza es de carácter ambiguo, como en el caso de las *situationships*.

- "Metamor" sería la palabra para definir a un vínculo de un vínculo de uno. Por ejemplo, "mi novia Lucía tiene una relación con Ana, Ana es mi metamor".

- "Compersión" consistiría en lo contrario de los celos, un modo de describir felicidad cuando otra persona también la disfruta. Por ejemplo, en las NMC se utiliza para describir situaciones en las que la felicidad del vínculo de uno con otro tercer vínculo -un vínculo de uno con su metamor- le generan a ese primer sujeto felicidad y bienestar.

- "Responsabilidad afectiva". Ya se ha mencionado anteriormente este término: es una petición feminista de igualdad y reciprocidad en las relaciones. Dentro de las NMC la responsabilidad afectiva alude a la idea de no dejar en el camino, a la hora de vincularnos, lo que Vasallo (2018) llama "cadáveres emocionales". Si bien vincularse de manera plural no es algo malo en sí mismo, teniendo en cuenta que vivimos en un mundo mononormativo y en el que se establecen jerarquías de afectos, la responsabilidad afectiva vendría a reparar los malestares y malentendidos que pudieran surgir de la falta de reciprocidad y horizontalidad en los vínculos, sean más o menos casuales. Es un término que inicialmente yo escuché más en el entorno de las NMC -desconozco su origen- pero que ahora está extendido de manera amplia.

- "ENR" o "energía de la nueva relación" sería la manera de describir el subidón y la emoción de un nuevo vínculo, lo que Fisher (2007) llama amor romántico en términos biologicistas, lo que la *coach* y "psicóloga del amor" Silvia Llop llama atracón de química, y lo que la gente de a pie en nuestro entorno llama "enamoramiento", "encoñamiento", "enchochamiento" o "pillarse". Los intentos de nombrar a estas emociones como ENR vienen en línea con la aspiración de deconstruir y racionalizar las emociones en un sistema de vínculos plurales, y de otorgarles a estas emociones reconocimiento, al mismo tiempo que las sitúa en un momento concreto. La ENR es una emoción temporal, el subidón inicial de la formación de un vínculo que luego, se entiende, se aplana y vuelve a estabilizarse. Dentro de las NMC se hace especial énfasis en la transitoriedad de esta ENR, por lo que convendría "tomarse las cosas con calma" y no adoptar decisiones precipitadas. La emoción en sí no es nueva, lo interesante aquí es la manera de nombrarla desde una cosmovisión propia de las NMC: al referirse a ésta como *energía* de la *nueva relación*, nos habla de una especie de emoción

expansiva -la energía-, que elude hablar de amor o enamoramiento, y que aparece en el desarrollo de una relación nueva sin invalidar la anterior; por el contrario, desde una visión mononormativa, esta nueva energía o enamoramiento sería justificativa de la falta de amor hacia la relación anterior.

Si bien el repertorio léxico de las NMC es muchísimo más amplio, traigo estos términos precisamente como ejemplo de la propuesta de cambiar los modos de nombrar de diferentes situaciones sexoafectivas mediante una serie de nociones que antes no existían. A través de este nombramiento se otorga una cualidad de realidad a dichas situaciones que permiten incidir, problematizar, afectar y actuar expresamente sobre las mismas.

Estas nuevas designaciones pueden adaptarse al mundo que no se sitúa dentro de las NMC al uso. Por ejemplo, varios de estos términos ya se utilizan por parte de algunas personas en aquellas situaciones sexoafectivas de carácter ambiguo que no se suelen encontrar dentro de las NMC, como el caso de "vínculo". La capacidad de nombrar algo permite el reconocimiento, la comunicación y la reparación de daños -*accountability*-. Por ejemplo, las relaciones de poder que se generan en el ámbito de las relaciones "ambiguas" o no nombradas, como las *situationships* o los "amigos con derechos", en tanto que desinstitucionalizadas, podrían abordarse mediante el recurso de una terminología que permite designar la riqueza y la complejidad de su existencia. La imposibilidad de actuar porque "no somos nada" es precisamente lo que el uso de estos términos, en parte, podría contribuir a paliar.

5.1.2 Un apunte sobre las relaciones de poder en las NMC

En el capítulo 2 de este trabajo se había atendido, en parte, a cómo los discursos hegemónicos del amor romántico y de la pareja propugnan cierta libertad e igualdad que parecen mostrar una ausencia de las relaciones de poder y de las desigualdades en el seno de las relaciones sexoafectivas, las cuales serán activamente contestadas por activistas feministas en diferentes épocas. A pesar de que los modelos NMC parecen romper, en principio, con algunas de las ideas asociadas al amor romántico y la mononorma, ello no genera una ausencia de relaciones de poder: el género, la clase social, la identidad y orientación sexual o la raza, siguen siendo ejes sobre los que se generan asimetrías y desigualdades, y que operan también en estos modelos sexoafectivos alternativos. El despliegue de una serie de términos y la construcción

de una manera de nombrar nueva en las NMC puede mostrar, en parte, maneras en las que se contestan algunas de las relaciones de poder y jerarquías propias de la mononormatividad, desde *compersión* para referirse a una emoción contraria a los celos hasta *metamor* para nombrar vínculos de vínculos. Sin embargo, la mera práctica de las NMC no exime ni aleja otro tipo de problemáticas.

Las asimetrías y desigualdades de género operan de manera regular en las NMC. Por ejemplo, el marcaje de la autonomía masculina y cierta menor predisposición a la comunicación y a la muestra de vulnerabilidad, parte de los preceptos de género de la masculinidad hegemónica, frente a las peticiones de transparencia femeninas, han sido una parte sustantiva de problemáticas que he ido apreciando a lo largo de mi experiencia y en la de mi entorno en la práctica de las NMC: el evitar mostrar malestares y vulnerabilidad -por ejemplo, el negar o no mostrar los celos o el recurso al silencio como castigo-, no comunicar cuestiones que se había acordado comunicar o ignorar acuerdos -con quién se queda, cuándo se queda, la utilización de preservativo, etc.-, o el intento de tener muchos contactos sexuales o afectivos como muestra de superioridad o en una suerte de competición, pueden ser parte de estas cuestiones. Algunos de estos casos, por ejemplo, han sido declarados por entrevistados varones en relaciones NMC. En cualquier caso, en ocasiones también son dinámicas ejercidas por mujeres, puesto que este recurso al marcaje de la autonomía, si bien es típicamente masculino, no es exclusivo de ellos.

Situaciones relativas al acoso, abuso y violencia sexual dentro de las NMC también han sido cuestión de debate y contestación en algunos grupos activistas de estos ámbitos. Tanto dentro del mundo BDSM/kink, como en los propios entornos poliamorosos, siguen dándose este tipo de violencias en ocasiones -al igual que en el resto de las esferas de la vida-. Activistas feministas que participan de estas comunidades denuncian regularmente este tipo de violencias: desde campañas en redes sociales señalando a personas -por lo general, hombres- con cierto estatus del mundo kink que han ejercido violencia; la creación de comisiones de cuidados dentro de grupos activistas NMC para recoger denuncias de manera interna; o la recopilación en blogs de experiencias diversas y recursos para enfrentarlos. La activista Eve Rickert (2015) recoge en su blog, por ejemplo, una lista de recursos -consejos, artículos, literatura, experiencias- sobre el abuso en las relaciones poliamorosas. El libro de Raven Kaldera (2010) "Power Circuits: Polyamory in a Power Dynamic" sobre dinámicas de poder en entornos poliamorosos y BDSM también atiende a estos aspectos. O las recomendaciones de Pepper Mint (moscacojonera, 2017, 2019) sobre cómo construir comunidades no-monógamas seguras, donde destaca la importancia de hablar entre

participantes sobre situaciones de abuso y violencia, o para atender a las dinámicas de poder en dichas comunidades[133].

Por otro lado, el racismo estructural también es un hecho que las personas no-blancas en el entorno de las NMC deben enfrentar. El trabajo de Kevin Patterson (2018) recoge, en dicho aspecto, las experiencias relativas al racismo experimentado en comunidades poliamorosas y BDSM, que oscilan desde la fetichización de las personas no-blancas en estos espacios, la ignorancia activa hacia situaciones de racismo cotidiano por parte de personas blancas en estas comunidades, hasta la propia exclusión y avergonzamiento ejercido hacia las personas no-blancas. En la misma línea, la activista y creadora de contenido sobre no-monogamias Leanne Yau (@polyphilia) de manera regular crea contenido sobre experiencias racistas en comunidades NMC, y donde también, a partir de su propia experiencia, se refiere, además de la propia racialización, al estatus de persona migrante como otro de los ejes sobre los que se crean tensiones y conflictos[134]. En dicha línea, las personas migrantes, además de enfrentar el racismo, en ocasiones también se enfrentan a las expectativas familiares y a la cultura de origen: en algunos casos, a los propios valores conservadores respecto de la sexualidad y el género de algunas de estas culturas de origen; en otros casos, estos valores se pueden ver aumentados ante la propia precariedad y el racismo del estatus migratorio, que puede generar prescripciones sobre cómo ser "un buen migrante", de manera incentivada desde los propios hogares, como modo de evitar la suma y el aumento de señalamientos o problemas por un comportamiento sexual no normativo. Si bien no centrado en las NMC, en el caso de España puede ser interesante la tesis doctoral recién defendida por Zihan Wang (2025) sobre las intersecciones entre etnicidad, sexualidad y masculinidad que afectan a varones gays chinos en España, y donde también aporta experiencias respecto de estas tensiones, expectativas y conflictos respecto de las familias o entornos laborales.

Puede apreciarse que el análisis y la contestación a problemáticas que derivan de relaciones de poder en el seno de las NMC viene en gran medida dada desde el activismo feminista y antirracista dentro de estas comunidades. La práctica de las NMC no siempre se da en un sentido comunitario -no todo el mundo asiste a grupos poliamorosos, o kink/BDSM- ni en todos los grupos que se forman en torno a estas prácticas tiene por qué haber una práctica activista que busque analizar estas dinámicas de poder. Sin embargo, al igual que internet y

[133] Agradezco de manera especial al blog de *Golfxs con Principios* (www.golfxsconprincipios.com), llevado por el sexólogo y activista en NMC Miguel Vagalume, la recopilación de gran parte de estos recursos que he ido mencionando y a los que he llegado gracias a este blog.
[134] https://www.youtube.com/watch?v=j8o1d5ciIxY&t=1531s

las redes sociales han sido un lugar predilecto a la hora de la difusión de ideas feministas y sobre diversidad sexual fuera de los espacios activistas en tiempos recientes y especialmente a lo largo de la cuarta ola feminista (Day y Wray, 2018), la difusión de estas ideas y debates sobre relaciones de poder en el contexto de las NMC también se da en estos medios online.

5.2 Las NMC fuera y dentro de sus muros

La cuarta ola feminista y sus ideas se difundieron ampliamente mediante el activismo en redes sociales hecho que ayudó a trasladar muchas de sus ideas fuera de los entornos estrictamente activistas cara a cara (Day y Wray, 2018). Puede que a pesar de que en la actualidad asistamos a un momento donde los activismos feministas dejen de estar en auge y, como reacción, atendamos a una subida de la adscripción de valores más conservadores y de extrema derecha en ciertos sectores juveniles (CIS, 2025), no por ello parte de las ideas que se difundieron en el contexto de la cuarta ola feminista han dejado de arraigarse de manera general en la sociedad. Si bien desde una perspectiva en ocasiones despolitizada, las ideas relativas a las no-monogamias también han calado en parte de la sociedad general y han adquirido visibilidad, tanto a partir de productos mediáticos como a partir de las redes sociales (Cardoso et al., 2021). Las opiniones respecto de las no-monogamias, son variadas en la población general, aunque en vez de encontrarnos con una visión que censura de manera tajante estos modelos relacionales, también encontramos opiniones a favor en personas que no las practican, y que conectan de manera fuerte con la idea de la individualidad y el derecho a llevar la vida propia -incluida la sexualidad- de la manera que mejor se adapte a uno mismo.

5.2.1 Los datos en nuestro contexto

La difusión de las NMC mediante el activismo, las redes sociales y los medios de comunicación (Cardoso et al., 2021), a la vez que una concepción individualista que atañe las formas de construir la intimidad como elemento relegado a la decisión de cada cual (Giddens, 1995) también han supuesto una serie de aperturas. En este apartado recojo una serie de datos secundarios de trabajos previos que se han realizado en España, especialmente en forma de encuestas, que nos hablan de las opiniones de la población general respecto de los

diferentes tipos de modelos relacionales, así como su adscripción hacia unos modelos u otros, donde variables como el género destacan en apreciaciones diferentes en varias ocasiones.

En el caso de España, la "Encuesta sobre relaciones sociales y afectivas pospandemia (III)" (CIS, 2023) introdujo algunas preguntas sobre modalidades fuera de la monogamia. Este tipo de preguntas, además, solo se habían hecho anteriormente en el volumen I y el volumen II (CIS, 2021b) del mismo estudio sobre relaciones sociales y afectivas en el contexto de la pandemia, pero no en ningún estudio previo del Centro de Investigaciones Sociológicas, lo cual de por sí ya es significativo que este tipo de cuestiones se hayan introducido en los nuevos estudios sobre intimidad. A la afirmación "Una persona puede mantener dos o más relaciones afectivosexuales a la vez", el 6,2% de personas mostraron estar "muy de acuerdo" y el 41,4% "de acuerdo". A la afirmación "Los miembros de una pareja pueden acordar tener relaciones sexuales con otras personas fuera de la pareja sin que haya vínculo sentimental con ellos", el 5,8% de las personas respondieron "muy de acuerdo", y un 35,6% "de acuerdo". Si bien estos datos nos muestran cierto acuerdo -que no llega al 50%-, son datos que muestran, al menos a cierto nivel discursivo, y como respuesta a una pregunta, la aceptación de realidades diferentes de la monogamia. Si nos fijamos en las variables sociodemográficas de las respuestas, desde una perspectiva de género, los resultados son similares; desde una perspectiva de edad, observamos grandes diferencias: a la primera pregunta -dos relaciones sexoafectivas a la vez-, las cohortes hasta los 54 años mostraban un acuerdo superior al 50%; en la segunda pregunta -relación abierta-, las cohortes hasta los 44 años mostraban un acuerdo superior al 50%. En la misma línea, el acuerdo a estas afirmaciones aumentaba a medida que aumentaba el tamaño del municipio, así como el nivel educativo (CIS, 2023).

De esta manera, apreciamos cómo el ser más joven, el contar con un mayor nivel de estudios y el vivir en una gran ciudad implican una apertura al reconocimiento de situaciones sexoafectivas diferentes de la monogamia. Ello no quiere decir que eso convierta, de manera automática, las NMC en un modelo predilecto para las personas más jóvenes.

En el "Barómetro de Juventud y Género 2023" que se realiza de manera bianual por el Centro Reina Sofía de FAD Juventud (Sanmartín et al. 2023), para la población española de entre 15 y 29 años encontramos los siguientes datos: si bien el modelo predilecto de pareja sigue siendo el de la monogamia (65%), esto nos muestra grandes diferencias respecto al género. El 76% de las chicas habrían declarado preferir la monogamia como modelo predilecto, frente al 54,3% de los chicos. Un 11,2% declaraba preferir "relaciones puntuales y

cambiantes" -una suerte de sexo casual, o amistades con sexo-, donde el 14% de hombres escogían esta opción frente al 8,4% de mujeres. La soltería o "ninguna relación" era la opción predilecta para más del 8% de jóvenes -porcentaje que disminuía con la edad- y de nuevo con diferencias marcadas en el género: un 10,1% de hombres preferían la soltería, frente a un 6,8% de mujeres. Las NMC eran modelos escogidos en muy menor medida -y en su valor más pequeño desde el año 2017, cuando se comienza a preguntar al respecto (Sanmartín et al. 2023: pag. 35) -: el 4,8% de jóvenes declaraban las NMC como forma de vinculación predilecta, un 5% en el caso de ellos y un 3,6% en el caso de ellas.

Tal y como podemos ver en el barómetro de juventud (Sanmartín et al. 2023), destaca de manera marcada la diferencia en el componente de género respecto del tipo de relación deseada. La adscripción por un modelo de relación monógama supone una diferencia de 20 puntos porcentuales entre mujeres y varones, mostrando la manera en la que ellas siguen prefiriendo un modelo relacional monógamo. Estas diferencias de género son constatables en otras situaciones sexoafectivas, donde a medida que desaparece el componente relativo a la exclusividad sexual -sea a través de NMC o de situaciones casuales-, los hombres muestran una mayor adscripción, a excepción quizá de la afirmación "ninguna relación sexual" donde ellos también mostraban valores superiores. Esto entra en línea con los preceptos de la masculinidad relativos al marcaje de la autonomía (Castrillo Bustamante, 2018; Illouz, 2020), así como a una mayor valoración de la promiscuidad y de la actividad sexual en ellos (Connell, 1995/2015; García, 2010), quizá debido al menor estigma que enfrentan los hombres en este componente frente a las mujeres, del mismo modo que la actividad sexual funciona como precepto de la masculinidad hegemónica (Connell, 1995/2015). En lo relativo a las NMC por ejemplo, estos datos, corresponden también con recogidos en otros estudios (Scoats y Campbell, 2022; Yougov, 2022).

En el sondeo realizado por 40dB para El País "La percepción del amor" en el año 2022 (40dB, 2022), el 83,2% de encuestados escogían la opción monogamia como modelo de relación predilecta; el 9,7% escogía la opción de una relación abierta con contactos sexuales puntuales y un 1,5% una relación poliamorosa de tres o más personas. Sin embargo, ante el tipo de relación declarada -entre aquellos que decían tener una relación de pareja-, el 94,6% decía tener una relación monógama; el 4,8% una relación abierta y el 0,5% una relación poliamorosa. Estos datos, a pesar de que muestran que la monogamia es la opción predilecta para los encuestados para el sondeo de 40dB, también muestran que hay un decalaje entre las opciones predilectas de las personas y las relaciones que tienen en ocasiones.

Si bien no contamos con datos en España sobre estas prácticas y preferencias de acuerdo con la orientación sexual, estudios en los Estados Unidos parecen mostrar que las personas pertenecientes al colectivo LGTB reportan en muy mayor medida vinculaciones NMC que la población heterosexual; con el caso destacado de los varones gays y el conjunto de la población bisexual -varones y mujeres-, donde más de un 30% de la población y más de un 20%, respectivamente, de las personas en relaciones con estas orientaciones declaran tener vinculaciones NMC (Levine et al., 2018).

Como se puede ver, los estudios nos muestran, por un lado, que hay un amplio conocimiento y reconocimiento de las NMC, con un apoyo que aumenta entre poblaciones de mediana edad y jóvenes, en entornos urbanos y con mayores estudios (CIS, 2023). La predilección por los modelos clásicos de pareja monógama sigue siendo amplia (Sanmartín et al. 2023; 40dB, 2022; Yougov, 2022), y hay un componente de género que destaca entre los hombres a la hora de preferir dichos modelos (Yougov, 2022; Sanmartín et al. 2023; Scoats y Campbell, 2022; 40dB, 2022).

De todos modos, también se identifica una diferencia entre los modelos predilectos de vinculación y los que practican las personas: habría, de este modo, más personas deseando construir vínculos del tipo NMC de las que hay (40dB, 2022; Yougov, 2022). Estos datos, en cualquier caso, muestran una apertura hacia vinculaciones que escapan de la monogamia, y puede que resulten, de manera progresiva, en una disminución del estigma hacia ellas. Las certezas ante la caducidad de las relaciones (Vicente Olmo, 2017), otras experiencias relacionadas con el adulterio (Rodríguez Salazar, 2022), una mayor reflexividad sexual (Giddens, 1995), pueden participar de una mayor extensión de este tipo de modelos relacionales o acuerdos sobre lo exclusivo en el seno de las parejas. Si bien, esto dependerá también de otros factores, como los cambios en la valoración de la sexualidad que podrían derivar de marcos más conservadores y que podrían surgir a medida que aumenta la adscripción por ideologías de extrema derecha, tal y como estamos viendo en la actualidad (CIS, 2025), o que las propuestas NMC se enfrenten desde marcos exclusivamente individualistas y despolitizados, reestabilizando asimetrías de género y de clase.

5.2.2 Estigma y estereotipos

Los estereotipos negativos sobre las no-monogamias suelen ser variados : desde la visión de que las personas en NMC tienden a ser más promiscuas[135] y por tanto, tienden a contraer más ITS-s, la opinión de que son opresivas para las mujeres, la creencia de que no se trata de "amor de verdad", la idea de que este tipo de vinculaciones "no acaban funcionando", o que los celos se "apoderan" de la relación así como el pensamiento de que las NMC son contranaturales, están presentes en parte de la opinión pública (Scoats y Campbell, 2022). Cuando analizaba los discursos de los *coach* y terapeutas en redes sociales, en aquel contenido dedicado a las NMC, los comentarios de los espectadores que denostaban estos modelos relacionales recurrían regularmente a este argumentario. Las maneras en las que los detractores de las NMC señalan tajantemente, cuanto menos en espacios como las redes sociales, este tipo de elementos, recurren a una forma de señalamiento que tiene que ver con una política de la vergüenza, o del avergozamiento, como manera de disciplinar el comportamiento sexual y de ajustarlo a las normas (Foucault, 1978; Parry et al., 2024). Este disciplinamiento sexual a través de la vergüenza (Foucault, 1978) se enmarca, de este modo, en la esfera pública íntima (Berlant, 1997) ampliamente heteronormativa.

> "Yo cuando me contó que había hecho un trío, borracho con un compañero de trabajo. No le conozco mucho, yo soy de primeras impresiones. A mí me resulta ese chaval muy falso y promiscuo. Él no me quería decir que había sido con él, y es que yo estuve indagando a ver con quién había sido eso, y ya le dije desde el principio, acerté a la primera. Luego fue curioso porque también indagué para saber quién era la chica. Y claro, también la tiene en el Facebook, y claro y esa chica, es que relativamente, esa chica tiene pareja pero que tiene una relación abierta. Entonces, le da igual lo que, le da igual todo, digo ya. A mí me entró, cuando me lo dijo, lo mismo llámame rara o tal, pero yo me dije que yo creo que no es normal. '¿Pero usasteis protección?', y él 'que no me acuerdo'. Te entran cosas, así como de decirte. Y en un principio, cuando me lo dijo que fue al principio relativamente, de la relación, me creó dudas, de que lo mismo quería estar conmigo y proponerme hacer eso. (…) Tengo muchos amigos que son gays, también amigas que son lesbianas, igual que las

[135] Sin querer censurar la promiscuidad, que no aprecio como algo negativo, la práctica de modelos NMC no tiene por qué aumentar los contactos sexuales. Las personas en monogamias seriadas, personas solteras que practican sexo casual o personas en relaciones con exclusividad sexual pero con situaciones de adulterio pueden llegar a tener más contactos sexuales que algunas personas en el seno de las NMC.

> relaciones abiertas. Pero es una cosa que yo nunca, ni lo veo bien ni lo veo mal. A ver cada uno que, a mí me parece bien dentro de que si tú tienes una relación abierta, tú y tu pareja habéis asentado una serie de cosas, hay que dejar una serie de cosas claras para que no haya confusión (…) Pero es verdad que [los gays] son muy promiscuos".
>
> Cintia, 40-44 años, heterosexual, divorciada y en pareja cerrada en la actualidad

La visión negativa de los modelos y prácticas situadas fuera de la heteronormatividad, como las relatadas por esta entrevistada, generan en ocasiones grandes rechazos por parte de algunas personas, y miedos que podemos asociar al estigma, como en el caso de las ITS, asociadas al sexo no-normativo (Vagalume, 2017). La "rareza" lo "extraño" se vuelve una manera de señalar, de manera despectiva, lo otro, intentando alejarlo. Estas visiones negativas sobre la sexualidad no normativa (Rubin, 1984/1989), así como los señalamientos y el intento de disciplinamiento mediante la generación de vergüenza y el rechazo (Foucault, 1978; Parry et al., 2024), generan situaciones armariadas: esto es, la ocultación de una serie de prácticas sexuales y de modelos relacionales -al igual que ha ocurrido con el armario LGTBIQ+- para evitar señalamientos, castigos o estigma. En el caso de este último extracto, la pareja de la entrevistada no quería indicarle con quién había realizado un trío, puede que, por mantener la privacidad, pero puede que también por evitar mayores señalamientos. Sin embargo, al mismo tiempo, a pesar de los señalamientos hacia la promiscuidad y el sexo no-normativo, hay cierta ambivalencia a la hora de referirse a las relaciones abiertas: la entrevistada las aprecia inviables a menos que se dejen una serie de cosas "muy claras", y las conecta en mayor medida con la comunidad gay a la que tilda de "muy promiscua". Encontramos en esta ambivalencia, una censura que va en línea con el disciplinamiento mencionado, a la vez que un discurso en el que ha permeado la idea de la individualidad y que cada uno pueda decidir su estilo de vida.

> "Porque la sociedad, a lo mejor para tu generación, se ha adaptado. Para mi generación no se ha adaptado en absoluto, ¿vale? Entonces, sigues siendo una rara avis, sigues siendo, pues lo que comentábamos, sigues teniendo que llevar, un poquito, en privado, a, con mucho cuidado, a quien lo cuentas, y sabiendo que hay amigos íntimos que los quieres mogollón, y que te gustaría muchísimo contárselo, pero dices, es que si se lo cuento lo mismo me estoy cargando una relación."
>
> María, 50-54, heterosexual, casada en relación abierta.

Por ejemplo, en el caso de esta entrevistada, el armario de las NMC está presente precisamente por miedo a perder amistades, y establece una comparación generacional. De manera repetida a lo largo de la entrevista, opina que, en la actualidad, las ideas como el poliamor o las relaciones abiertas están cada vez más presentes en la sociedad, pero también que es un tema que no toca a su generación. El cuidado con el que debe andar, en dicho sentido, es el de no ser señalada al no cumplir con las normas sexuales de la aceptabilidad para lo que la gente "intuye" de ella a simple vista: una mujer trabajadora, de clase media, casada y madre de familia. El miedo a los señalamientos y a la pérdida de amistades por la ruptura de la imagen de aceptabilidad, la relega a esconderse y a llevar en secreto su relación. A pesar de que pueda existir una mayor aceptación de modelos no monógamos en personas jóvenes (CIS, 2023), los jóvenes tampoco se libran del estigma o de la puesta en duda en muchas ocasiones. En el trabajo de campo que realicé para mi TFM (Olasagasti Cases, 2019), las personas jóvenes que eran no-monógamas eran más reticentes a declarar su orientación relacional en entornos "neutros" como el ámbito laboral que, por ejemplo, las personas gays o lesbianas a decir abiertamente su orientación sexual. Este rechazo a mencionar su orientación relacional, derivado del estigma hacia las NMC, también estaba presente en el caso de las personas bisexuales (Olasagasti Cases, 2019), que guardarían su orientación sexual pues también se enfrentarían a prejuicios que tildan la bisexualidad de promiscua e inestable (Coll, 2021; Klesse, 2007).

> Entrevistadora: "La gente, cuando le dices a la gente que tienes una relación abierta con tu pareja. Tu familia. ¿Qué te dicen?"
>
> Entrevistado: "¿Se ríen? Este sábado, por ejemplo, estaba ahí con unos colegas. Le decía yo que estaba con [novia], que era mi novia y tal y cual, y el plan era partirse el culo en plan que yo no estoy hecho para tener novia. Que, que no era como. ¿Pero por qué? Pues porque por lo menos hay que tomárselo en serio. Digo yo que me lo tomo en serio. Digo, digo, pero que para tomárselo en serio dice porque estás con más de una por lo menos. O. O mi hermana que me dice que no me ve enamorado. Ella dice que no ha visto en la vida enamorado, que ella que lo siente mucho pero que ella enamorado, no ha visto nada más que con una muchacha con la que me lie dos veces en el instituto cuando lo dejé con mi primera novia. Y era en plan: 'Sí, aquí me viste enamorado. ¿Y tú crees que para mí eso es estar enamorado? Tú eres gilipollas. Pero bueno, tú a tu bola'. (…) Pues no, aquí es un poco eso que mi madre al ver, yo qué sé que de repente un domingo se levanta y de mi casa sale una una

> muchacha distinta a la anterior y ya da por hecho que que, que, que, que no es en serio lo de mi novia ¿vale? Y es a lo que voy con con mi hermana o a mi hermana. Sí que se lo intenta explicar y es como bueno,' tú piensas lo que tú quieras, pero eso no'. (…) Y se conocen [novia] y ella, pero mi madre no se lo toma en serio. A ver, que voy a pasar las navidades con mis suegros (…) pues se ríen, se ríen".
>
> Carlos, 25-29, bisexual, en relación abierta.

Este entrevistado, por ejemplo, indicaba que en el entorno de su pueblo se reían de él, alegando que su relación no-monógama era algo que carecía de seriedad, mismas opiniones que recibía de su madre y de su hermana. Desde esta perspectiva, el señalamiento viene en forma de desautorización e infantilización: la relación del entrevistado con su pareja *no* puede ser una relación, *no* puede ser seria porque no es monógama. Este entrevistado declaraba, sin embargo, que en otros entornos suyos, alejados del pueblo, sí que tenía amistades que reconocían ese vínculo sin ningún problema, porque conocían más situaciones similares.

En mi relación de pareja, por ejemplo, este ha sido un tema de conversación recurrente, el hecho de indicar cuándo, de manera abierta, se puede decir que se tiene una relación abierta o el hablar con terceras personas sobre otras situaciones sexoafectivas de mi pareja o mías. Depende mucho del entorno. Los entornos laborales, por ejemplo, son lugares complejos, donde rara vez podría mostrarse algo así, a menos que se estableciera una relación de gran amistad con algún compañero o compañera, pues los riesgos de ser estigmatizado en un lugar que se vuelve necesario para poder vivir -ganar un salario, pagar facturas, alquiler, comida- son más difíciles de ser enfrentados. También depende del entorno laboral propio: quizá no sea lo mismo trabajar en el ámbito cultural en un contexto urbano, que en una oficina al uso. En los entornos de amistades fuera del trabajo, por ejemplo, también se trata de un hecho que se ha de calibrar. Varias veces he repetido que mis amigos más próximos, por lo general, son personas de ideas progresistas y donde también hay una gran cantidad de personas LGBT, lo cual no solo facilita la salida del armario, sino que encuentro personas con estilos de vida, situaciones sexoafectivas e identidades no normativas también a mi alrededor. Sin embargo, a pesar de que mi pareja y yo compartimos amistades, él también tiene otras -especialmente grupos formados por hombres- que no necesariamente ignoran nuestra situación sexoafectiva, pero en los que, desde luego, no se habla de estas cuestiones. También hay un componente de cierta privacidad, en la que los hombres, en su marcaje de autonomía, tienden a hablar en menos ocasiones de sus cuestiones íntimas entre ellos, o solo con aquellos

que consideran sus amigos más cercanos e íntimos. También hemos hablado del hecho de los estigmas a los que nos enfrentamos al hablar de nuestra relación de manera abierta: a él pueden acusarlo de *cornudo* -en ese giro que equipara las no-monogamias con el adulterio- y *calzonazos*; a mí, siempre me pueden tachar de *promiscua*, de *guarra,* de *poco respetuosa* con mi pareja. La familia más próxima, por otro lado, *sabe* -intuyo- de la forma en la que nos vinculamos, aunque las conversaciones al respecto han sido pocas e indirectas a lo largo de los años. Hacer como si nada ha sido una manera de actuar en general, sin limitar nuestra vida por ello, e intentar llevarlo con naturalidad, con el cuidado ante personas que pueden actuar de manera negativa al respecto. Incluso para yo poder escribir sobre estas temáticas en primera persona en estas líneas debimos tener una conversación, pero yo no podía negar el factor que me atravesaba, como si hablar de situaciones sexoafectivas que salieran de la normatividad fuera algo completamente ajeno a mí, cuando ha sido la única manera de vincularme durante los últimos catorce años y la única manera que concibo de vincularme sexoafectivamente.

5.2.2.1Los estereotipos sobre la promiscuidad y el *swinging* fuera y dentro de las NMC

> "nunca he ido, pero para mí, pienso que se intentan mezclar unas cosas con otras. Es muy fácil mezclarlo, a mí lo de *swingers* y tal por ejemplo me parece una [incomprensible] de carne. Me parece, pero, pero... una relación abierta no. Pienso que una relación abierta puede tener [incomprensibleLo que quiero decir es que para mí son cosas distintas. Poliamor: hay gente, entre las que me incluyo, que por lo que sea puede querer a más de una persona y puedes y ya está. Y no es incompatible. (…) Y luego por otro lado, las relaciones abiertas para mí son una cuestión de entender cada uno las necesidades del otro y respetarlas. (…) todo lo demás es otra historia, va de sexo no de amor. Entonces, no es lo mismo, pues eso, ir un viernes a un club swinger. (…) No es lo mismo, no es lo mismo ni mucho menos. Además, mira por eso precisamente, el empezar a leer e ir a talleres de tantra y, además, en ese aspecto creo que te abren mucho la mente. Porque entiendes, que el concepto de amor puede ser muy erróneo. (…) lo otro es puro sexo, puro sexo."
>
> María, 50-54, heterosexual, casada en relación abierta.

Las disyuntivas entre amor y sexo y los prejuicios sobre la promiscuidad, sin embargo, también se dan en muchas ocasiones en las personas que practican las NMC o en los propios discursos acerca de a las NMC, donde se pueden encontrar varias tendencias. No todas las NMC son iguales: algunas consisten en formulaciones de pareja que se abren hacia terceros solo en el plano sexual -*swingers*, o algunos tipos de relaciones abiertas-; otras que generan una apertura hacia terceros también en el ámbito afectivo, pero donde sigue habiendo una pareja central jerarquizada -a lo que a veces se le denomina poliamor jerárquico u otras personas llaman también relación abierta-; en tercer lugar, encontramos fórmulas que rompen estas jerarquías de la pareja, y generan una suerte de redes afectivas, aunque con diferentes matices, en modelos como el poliamor no-jerárquico o la anarquía relacional. En la página web de Poliamor Madrid (2023a) se pueden encontrar también las definiciones de diferentes modelos.

En ocasiones, la práctica de unos determinados modelos NMC puede generar rechazo o extrañamiento hacia otros. Por ejemplo, en el extracto de la última entrevistada, la cual tenía una relación abierta con su marido, hay un rechazo hacia las prácticas más promiscuas o que tienen como objetivo la mera sexualidad, como aquellos modelos que practican el *swinging* o intercambio de parejas. Desde esta postura, los *juegos sexuales* del *swinging* y la asistencia a fiestas, quedadas o clubs liberales se aprecian como cuestión "diferente", desde una perspectiva en la que el sexo, por sí mismo, se aprecia como elemento inferior, alejada de una supuesta pureza de otros modelos que se inscriben en la no-monogamia y donde hay amor o afectos de por medio. De este modo, se actualizan la visión del amor y las jerarquías sexuales (Rubin, 1984/1989): impera un pensamiento amoroso (Esteban, 2011) en donde los afectos serían *mejores* que el mero sexo, que se relega al final de una jerarquía de valoración.

En muchas ocasiones, el *swinging* o las fiestas sexuales representan prácticas que únicamente abren el plano sexual de las parejas, y se plantean como lugares en los que la sexualidad se vive como lugar lúdico y festivo, donde desde una perspectiva aparentemente "despolitizada" se asiste a una ampliación de la vida sexual. Michelle Wolkomir (2020), al analizar las dinámicas de género en su extenso trabajo sobre prácticas no-monógamas diversas, concluyó que los roles de género en los vínculos que practicaban el *swinging* tendían a ser más hegemónicos y tradicionales, en comparación con los vínculos en los que se practicaba el poliamor, que parecían tender a ser más igualitarios internamente. Puede que, en algunos casos, esto tenga que ver con el hecho de que la práctica poliamorosa, en ocasiones, viene ligada a otras ideas como los feminismos; también puede deberse a que las formulaciones poliamorosas tienden a contestar en mayor medida el modelo clásico de relación monógama

que las parejas *swingers,* dado que en este último modelo la centralidad de la pareja y su jerarquía no se pone en cuestión.

De conversaciones con amigos que han asistido a estos llamados clubes liberales, así como de mis observaciones en las presentaciones de sus páginas webs, puedo extraer que las aproximaciones a la diversidad sexual suelen beber en muchas ocasiones -no en todos ni siempre, pero sí los que se dirigen a un público más "general" y normativo- de prejuicios o estereotipos que se alinean con la configuración heteronormativa del espacio público íntimo (Berlant, 1997). Algunos clubs suelen organizar lo que se denomina "noches bisexuales", sin embargo, la bisexualidad viene marcada por el género masculino, pues en las noches "generales" -esto es, donde suelen asistir normalmente parejas formadas por hombres y mujeres- la bisexualidad femenina suele darse por descontada en muchas ocasiones. La necesidad de marcar "noches bisexuales" -masculinas- es una manera de alejar situaciones homoeróticas que pueden darse entre hombres de los varones heterosexuales. Por otro lado, si bien sí existen noches exclusivas para un público formado por hombres, nunca se ofrecen espacios para la sexualidad femenina de manera exclusiva, sin presencia masculina. Por ejemplo, en el caso de *Naked Spa*[136] en Madrid, las tardes y noches llamadas *swinger*, solo aceptan la entrada de parejas heterosexuales o la asistencia de mujeres solas; los días *open bi* acepta la entrada de varones sin acompañantes y de parejas formadas por varones, además de parejas heterosexuales y de mujeres solas; y, por otro lado, en las fiestas *only guys* solo se acepta la entrada de varones. En el caso de *Divernis Madrid*[137], las sesiones se distinguen en tres tipos: *abiertas* -donde pueden asistir parejas heterosexuales, y hombres y mujeres solos-, *especiales* -parejas heterosexuales, mujeres solas y los hombres solos tienen restringidas algunas zonas del local- y *parejas* -donde pueden acceder parejas heterosexuales y mujeres solas de manera exclusiva-; un día a la semana está la sesión *abierto bisex* donde también pueden asistir parejas formadas por hombres; el referirse como *abierto bisex* a la entrada de parejas formadas por varones puede denotar que el resto de días no se den prácticas homoeróticas entre hombres. Otros locales directamente no permiten en ningún caso la asistencia de hombres en pareja[138] y otros no muestran indicaciones sobre el género de las personas de las parejas que pueden asistir[139].

[136] https://nakedspa.es/sesiones-y-tarifas/
[137] https://www.divernis.com/main/informacion/horarios-y-tarifas
[138] https://fusionvip.com/
[139] https://encuentrosvip.com/

Del mismo modo, en estos clubs liberales existe una política de venta de entradas que se alinea con los prejuicios de la sexualidad y el género: en el caso de las noches "generales" -público masculino y femenino-, la asistencia de hombres en solitario -o en grupo, pero sin mujeres-, está sujeta a una tarifa más cara; las parejas formadas por hombres y mujeres tienen un precio individual fijo inferior, y las mujeres que asisten solas -o en grupo, pero sin hombres de por medio-, pagan en todos los casos tarifas muy inferiores. Todos los locales que he señalado en el párrafo anterior tenían esta política de precios, donde hay diferencias destacables: por ejemplo, en el club *Fusión Vip* los días laborales las mujeres solas pagan 10 euros la entrada y los varones solos 50 euros, mismo precio que se aplica a las parejas. Estas tarifas suelen subir los fines de semana, pero en cualquier caso las diferencias entre mujeres, parejas y varones siguen manteniéndose.

Esta política de precios de muchos clubs se alinea, de este modo, con otros espacios donde se mezclan ocio y sexualidad, como las discotecas en las que las mujeres no deben pagar entrada, aunque en este último caso esta política de precios en las discotecas esté desapareciendo precisamente por la contestación y repulsa feminista (Goas, 2022). Sin embargo, cuando yo era una estudiante de grado, recuerdo regularmente encontrarme frente a discotecas en las que solo las mujeres no debíamos pagar entrada, y cómo, en plena efervescencia feminista, mis amigas y yo solíamos darnos la vuelta indignadas. Estas políticas de precios, al final, en última instancia buscan el aumento del público femenino, lo cual hace que las mujeres se vuelvan un reclamo para el resto de la clientela.

Si bien en los entornos *swinger* pueden darse roles de género más tradicionales (Wolkomir, 2020), la visión de estos lugares como espacios exclusivamente machistas es también sesgada (Fernández, 2024). En realidad, el machismo puede darse en estos espacios como en otros, del mismo modo que la violencia sexual; sin embargo, hay un gran estigma hacia las personas que buscan prácticas sexuales más diversas y promiscuas. Plantear los entornos *swinger* con este prejuicio despectivo les atribuye un halo de peligrosidad para las mujeres y censura la libertad sexual, además de que da la imagen de que quienes frecuentan dichos espacios, especialmente las mujeres, son personas sin agencia. La socióloga Cecilia Bizzotto, portavoz de Joy Club -comunidad online para divulgar y promocionar contenido *swinger* y liberal-, precisamente, trabaja desde el feminismo para difundir educación sexual, acabar con el estigma de las relaciones liberales, incentivar debates sobre igualdad en entornos *swinger* y sensibilizar sobre el consentimiento. Esta socióloga, además de difundir contenido en redes sociales, tiene una gran presencia en medios y es muchas veces entrevistada e invitada a participar en debates en medios televisivos, por lo que estas ideas y reflexiones se trasladan

también a la opinión pública. Las personas que participan de estos entornos liberales no son inmunes a los cambios sociales de su alrededor y a la difusión de ideas sobre consentimiento, igualdad y feminismos, y en algunos casos también abogan por su implantación y trabajan y debaten en sus propios espacios de sexo liberal -o en los foros dedicados a ello- sobre estas temáticas, además de denunciar crecientemente situaciones de abuso que puedan producirse (Bizzotto, s.f.).

Además, las fronteras de las NMC son porosas; no todo el mundo accede a las diferentes modalidades de vinculación fuera de la monogamia o la exclusividad sexual por los mismo lugares o espacios. Un ejemplo significativo de estos tránsitos o evoluciones lo personifican Olga y Sergio. Los dos miembros de esta pareja -ahora expareja-, que han sido y son difusores en redes sociales -140000 seguidores en 2024- de prácticas *swinger* y liberales (@esencia_salvaje85), comenzaron en el mundo liberal y, con el tiempo, se adentraron en el mundo de las no-monogamias y decidieron pasar a practicar el poliamor. En sus redes sociales -desde la separación, llevada exclusivamente por Olga- difunden información sobre gestión emocional, comunicación, sexo seguro, experiencias propias, etc. El hecho de que comenzaran a difundir información desde el mundo liberal y swinger hizo que gente más variada siguiera sus contenidos: en vez de las cuentas de redes sociales más "nicho" sobre poliamor, anarquía relacional, etc. que parten desde una perspectiva abiertamente más politizada y feminista, y sus audiencias tienden a ser personas más o menos afines o ideológicamente cercanas, la cuenta de Olga y Sergio atraía un público curioso sobre este mundo, aunque fuera desde el prejuicio o el morbo. El trabajo de comunicación que han realizado en sus redes sociales -que abarca tanto sus experiencias positivas como sus experiencias negativas y ambivalencias, al igual que sus propios conflictos- genera debates en sus secciones de comentarios entre personas que parten de miradas muy diferentes, pero han conseguido acercar a una audiencia amplia y diversa sus vivencias. Por otro lado, la activista en NMC y terapeuta y sexóloga Alba Centauri, en su cuenta de Instagram (@poliactivismo), también ha creado contenido sobre la transición de modelos *swinger* a poliamorosos[140]: el cambiar de un modelo donde la sexualidad, aunque fuera del marco de la exclusividad sexual, se da en presencia de la pareja o en espacios concretos y definidos -como fiestas, clubs, etc.- a uno donde esta sexualidad se da por separado y se abre a los afectos, donde Centauri destaca la importancia del desarrollo de la autonomía y el cuestionamiento de la jerarquía de la pareja en estos procesos.

[140] https://www.instagram.com/poliactivismo/?hl=es
https://www.instagram.com/p/CNYlFwNJ2jR/?hl=es&img_index=1

A pesar de algunos intentos de distinción desde ciertos sectores o de algunas personas dentro de las NMC hacia las prácticas sexuales promiscuas -como ocurría con la entrevistada que rechazaba las prácticas *swinger*-, esto no quiere decir que esa mirada se alinee con la propia genealogía del activismo de las NMC. El hecho de que parte del movimiento de las NMC proviniera también de movimientos feministas pro-sex, entornos kink y queer con grandes preocupaciones sociales, también ha incentivado el debate en torno a la ruptura del estigma asociado al sexo promiscuo y grupal, y a intentar dinamitar la idea de que las NMC deban ser algo exclusivo de personas de ciertos estratos sociales y con ciertos niveles socioeducativos (Klesse, 2006; Noel, 2006; Vasallo, 2015; Vagalume, 2015; Pérez Cortés, 2020). De ahí, resultan las propuestas por sustituir conceptos como en el caso de abandonar el concepto "no-monogamia ética" por "no-monogamia consensuada", abogar por la desestigmatización de la sexualidad liberal y promiscua -pues siempre estuvo desde los inicios de las prácticas NMC-, y atender los privilegios de clase y raza de muchas de las personas que se incluían en estas prácticas.

5.2.3 Representaciones mediáticas y las NMC

La difusión de las NMC de una manera mediatizada también ha sido clave para una mayor visibilidad. La representación de estas prácticas y modelos relacionales, si bien en ocasiones se muestran de una manera despolitizada en algunos productos culturales, o las audiencias las interpretan de una manera despolitizada (Cardoso et al., 2021), ello no quita que el aumento de su presencia en medios públicos también genere curiosidad en las propias audiencias y una cercanía que pueda reducir la estigmatización hacia estos modelos sexoafectivos. Las series "Broad City" (2014-2019), "Machos Alfa" (2022-actualidad), "Tú, Yo y Ella" (2016-2020), "The Deuce" -ambientada en los 70'- (2017-2019), "Autodefensa" (2022), "Shameless (US)" (2011-2021) son ejemplos de productos culturales que introducen cuestiones relativas a las NMC en sus guiones, aproximándose a la cuestión con cierta naturalidad y representando conflictos, tensiones, y potencias de estos modelos sexoafectivos, a veces desde la comedia y en otras ocasiones desde el drama, como parte de su trama central o en algunas de sus subtramas. Por ejemplo, en la serie española "Machos Alfa" se pone en cuestión a la masculinidad desde la perspectiva de los privilegios masculinos en lo relativo a la sexualidad, donde, en una de las tramas pertenecientes a una de las parejas protagonistas, una mujer le pide a su novio abrir la relación, y él lo asume negativamente a la vez que se aprecia su hipocresía mientras le es infiel repetidas veces. En "Broad City" y

"Autodefensa", nos encontramos tramas de chicas jóvenes, gamberras y promiscuas que mantienen relaciones estables a la vez que rompen la exclusividad sexual de manera abierta. En la sitcom "Tú, Yo y Ella", la trama gira en torno a una pareja, a priori, heterosexual y cerrada, que acaba incluyendo a una tercera mujer en su vínculo, y las idas y venidas de su relación a lo largo de varias temporadas. En "The Deuce" se relata la historia de la creación de la industria pornográfica en Nueva York, donde la pareja protagonista -dedicados a la hostelería y el ocio nocturno- tiene una relación abierta que no implica ninguna novedad en la trama, más allá de que sea la mera manera en la que se relacionan. También se pueden encontrar una gran variedad de películas[141] y literatura -"Lo que hay", de Sara Torres (2022), "Conversaciones entre amigos" de Sally Rooney (2018), "Brillo" de Raven Leilani (2022), entre otros, y grande éxitos en ventas-, que tratan de cerca temáticas relacionadas con las NMC.

En la mayoría de estas representaciones, las parejas que optan por estos modelos no-monógamos se representan desde la blanquitud y la clase media, al mismo tiempo que se representa la orientación sexual desde una perspectiva en la que las mujeres tienden a ser bisexuales y los hombres heterosexuales, y donde los cuerpos destacan por su normatividad y su juventud. Este es el caso, por ejemplo, de "Machos Alfa" y de "Tú, yo y ella". En el primer caso, como ya se ha dicho antes, la propia nota cómica de la serie busca señalar la masculinidad hegemónica como problemática, refiriéndose a la hipocresía de uno de sus protagonistas -un hombre musculado, emprendedor y alfa- que regularmente es adúltero en su relación, a la vez que su pareja se muestra como una mujer autónoma que parece rehuir de la vida familiar y del matrimonio, una mujer "hecha a sí misma", inteligente y atractiva que desea experimentar en su vida sexual, y en la que la falta de acuerdo entre ellos acaba rompiendo la relación. A pesar de su ruptura, su trama a lo largo de las temporadas gira en torno a una serie de idas y venidas en las que el amor, la atracción y el deseo sexual que sienten el uno por el otro parece irrefrenable, pero que nunca parece llegar a concretarse en una relación como consecuencia del machismo y los celos de él y de la autonomía de ella. Por otro lado, en "Tú, yo y ella", la pareja protagonista, un matrimonio de clase media que vive en un chalé en un suburbio estadounidense, introduce en su relación a una joven universitaria; en la misma línea que en la serie anterior, la trama de esta gira en torno a las idas y venidas de este trío, los celos, las jerarquías internas, las rupturas y reconciliaciones que se suceden en cada temporada. Al final, la serie tiene, como el resto de las comedias

[141] El grupo activista sobre no-monogamias "Poliamor Madrid" tiene en su página web un listado de películas sobre relaciones no convencionales. https://poliamormadrid.org/peliculas/

románticas, un *final feliz* en el que acaban formando una gran familia con una multitud de hijos.

Si bien las tramas son diferentes y se resuelven de manera distinta en ambas series, resulta interesante atender a los ejes de privilegios que se reproducen de manera constante y que ya he mencionado con anterioridad, donde la NMC parece una mera opción -acertada o desacertada para el devenir de la relación- propia de una vida de clase media, para adultos jóvenes y atractivos. Además, cabe atender a la centralidad del amor y las idas y venidas que derivan de ese amor ansiado pero que de manera constante entra en tensión con la práctica de las NMC. En una serie los protagonistas no podían estar juntos por incompatibilidad, pero se ansiaban amorosamente y eso les hacía volver a acercarse constantemente; en la otra, el amor todo lo puede y se forma una gran familia con dos madres y un padre. Películas como "Una relación abierta" (2017), donde una pareja abre su relación cuando "todo va bien" y esa apertura acaba generando la ruptura de la relación, o la comedia romántica "Poliamor para principiantes" (2021), llena de estereotipos no acertados hacia las personas poliamorosas, así como hacia algunos discursos feministas, también se ubican en esta línea de producciones comerciales que buscan representar las no-monogamias pero que lo hacen desde una perspectiva blanca, de clase media y plana y donde las tramas giran en torno al romance. Laura García Higueras (2018) escribía un artículo al respecto de este tipo de películas comerciales que trataban las no-monogamias, donde los estereotipos priman y, en todo caso, solo ganan los discursos sobre amor.

Por otro lado, "Autodefensa" y "Broad City", son series de comedia que se centran de manera principal en tramas de chicas veinteañeras, en las que la experimentación sexual se muestra como positiva y una parte divertida de la vida. Un aspecto interesante es que estas series más juveniles se acercan en muchas ocasiones al sexo por el mero disfrute del sexo, esto es, a pesar de que haya subtramas amorosas, de manera general muestran una sexualidad desenfadada y lúdica. Además, ambas series no son solo protagonizadas por mujeres, sino que han sido creadas y dirigidas por sus propias protagonistas. En ellas se rompe de manera radical con la figura de la buena chica, a la vez que se da la vuelta a los preceptos hegemónicos de la feminidad que prescriben un menor interés en el sexo y mayor en el amor, así como la muestra de unas chicas precarias -si bien de orígenes de clase media- que comparten piso en la ciudad, consumen drogas y otorgan poca importancia al qué dirán. En "Autodefensa" sabemos que una de las protagonistas tiene pareja cuando, al final del segundo capítulo, vuelve a casa después de haber tenido una sesión de sexo fetichista con un hombre, donde le relata a su novio su experiencia y cómo se siente, y se desarrolla una larga conversación

entre ambos en torno al relato de esta experiencia sexual, las extrañezas de ella respecto de los gustos del hombre al que ha visitado, y el no saber identificar si realmente le ha gustado o no la experiencia a pesar de haberse "corrido mucho y muy fuerte". Esta representación de la conversación entre la pareja rompe con otras visiones que podrían enmarcan una situación tal desde el morbo o los celos, y habla desde una lógica del cuidado y del interés mutuo; además, quizá sea la única escena de toda la serie que no sea una hipérbole de las situaciones que se relatan -parte de su carácter cómico-, una conversación que podría darse del mismo modo que se podrían dar otras, como el relato de una discusión con una madre o un viaje que se ha hecho con amigas.

En "Broad City", una de sus protagonistas, Ilana, tiene una relación estable -aunque no definida como pareja- con Lincoln, una *situationship* sin exclusividad sexual que, al final, acaba transitando hacia una relación estable tras dos años; sin embargo, su relación acaba rompiéndose, a pesar de llegar a tener una conversación respecto de la no-exclusividad, por la divergencia de expectativas vitales de ambos: Lincoln desearía dejar Nueva York y comenzar un proyecto familiar, hecho que a Ilana le pilla de sorpresa y donde opta por continuar con su vida en la ciudad. Aquí, lo no-monógamo no se aprecia como una extrañeza o una opción que lleva al romance o a la ruptura, sino como una realidad más, también posible, en las conversaciones y decisiones de una pareja. Sin embargo, el conflicto principal tiene que ver con las expectativas vitales respecto de la vida y la familia: el amor no lo puede todo, el amor no soluciona realidades, y la no-monogamia no aporta ni extrae problemas. El corazón de la ruptura tiene que ver con la diferencia de pareceres respecto de dos modelos que parecen chocar para Ilana: aquel dedicado a la familia y la vida en el suburbio, y aquel dedicado a la vida en la ciudad y la continuación de su vida autónoma.

"Shameless (US)", también dentro de la categoría de las comedias desenfadadas y políticamente incorrectas estadounidenses, tiene varias subtramas en las que aparecen NMC. La trama principal gira en torno a una amplia familia muy precaria del sur de Chicago, donde la adicción a las drogas y al alcohol, la enfermedad mental y una situación desestructurada son ejes sobre los que se vertebra. Una suerte de comedia social con perspectiva de clase en la que se van tratando diferentes temáticas -pobreza, las realidades LGTBIQ+ en entornos empobrecidos, el racismo, la gentrificación, el acceso a la educación, etc.-. En una de las subtramas, Lip, el hijo inteligente, tiene una aventura con una profesora suya que tiene una relación abierta con su marido; la cercanía hacia ella parece mostrarle a Lip una suerte de ascensor social o una cercanía con la vida de clase media que se acaba truncando cuando su relación es descubierta, hecho que acaba sumiéndolo en un alcoholismo que hace que pierda

su beca de estudios y deje la universidad. En otra de las tramas, Svetlana, trabajadora rusa indocumentada en el bar de la pareja formada por Kev y Veronica, va a ser deportada, hecho que precipita que Veronica y Svetlana se casen para regularizar su situación, sin embargo, al final los tres acaban formando una relación que además les permite solventar los vaivenes económicos y organizarse en el cuidado de los hijos que tenían de manera previa; la relación se acaba cuando Svetlana conoce a un hombre rico y senil con el que decide casarse para mejorar su posición económica. En estos dos ejemplos aportados por esta serie -aunque a lo largo de sus temporadas hay más-, resulta interesante apreciar cómo la posición económica, las adicciones o la situación administrativa intersectan con las experiencias en las NMC. Desde una perspectiva cómica, los conflictos y resoluciones, más que exclusivamente derivados de tiras y aflojas relativos a los celos o las jerarquías -que también están presentes-, tienen en cuenta en gran medida los contextos sociales en los que se dan, y las maneras de afrontar estas situaciones por parte de los protagonistas a partir de su bagaje.

Estos ejemplos nos muestran dos maneras de abordar lo no-monógamo en lo audiovisual: por un lado, encontramos productos comerciales y estandarizados -*sitcoms* y comedias románticas-, destinadas a un público general, que se acercan a las NMC desde el estereotipo, y una ausencia de relaciones de poder más allá de la transgresión de la exclusividad sexual y las fricciones y malestares que de ello se derivan -celos, enfados, envidias, etc.-. De este modo, lo no-monógamo en este tipo de productos comerciales y estandarizados, solo se arregla o bien mediante su fin -las relaciones dejan de ser monógamas o se rompen porque su sostenimiento es imposible-, o, en último caso, amparadas bajo la justificación de un gran amor. Ha de tenerse en cuenta, en cualquier caso, que este formato de series y películas comerciales buscan ser ampliamente consumidas por un público general, insertas, de nuevo, en un espacio público íntimo (Berlant, 1997) ampliamente heteronormativo y mononormativo. Este aspecto hace que sean productos en parte planos, que recurren a lo no-monógamo como una curiosidad y extrañeza a la que acercarse, y que se representa precisamente a partir de esa neutralidad plana ausente de relaciones de poder -la clase media blanca- característica de estos formatos audiovisuales de carácter romántico (Illouz, 2009).

Sin embargo, también he recogido otros ejemplos de productos audiovisuales que rompen con las perspectivas arriba mencionadas, a pesar de que algunas de ellas también podrían situarse en un a lógica comercial. Quizá lo más interesante de "Autodefensa", "Broad City" y "Shameless (US)", además de que las dos primeras estén creadas y dirigidas por sus protagonistas, sea que no son productos que giran en torno al romance. Esto es, la salida del formato romántico estandarizado, y la introducción de otros aspectos -sexualidad, género,

clase, racialización, precariedad, etc.- complejizan las tramas no-monógamas, y no las vuelven un objetivo en sí mismo. Esto es, lo no-monógamo no se vuelve de manera necesaria lo curioso o carácterístico, sino que se acerca a ello como una realidad más, que complejiza, y desde donde también surgen problemas, fricciones, placeres, libertades y sostenimientos.

En el ámbito de la literatura, creo conveniente apuntar hacia una nueva generación de escritoras *millenials* y *zetas,* que con perspectiva de género y con relatos donde también destacan, en no pocas ocasiones, experiencias e identidades fuera de la heterosexualidad, se han acercado a las no-monogamias con historias complejas y poco estereotipadas (Ovenden, 2024). "Lo que hay", novela de autoficción de Sara Torres (2022), la protagonista cuenta su duelo ante la pérdida de su madre a causa de un cáncer, el acoplamiento de este duelo con la ruptura con una amante y la adaptación a la convivencia con su pareja mientras acaba la tesis doctoral en el contexto de la pandemia por Covid. En "Brillo", Raven Leilani (2022), cuenta la historia de joven negra con un trabajo precario, que conoce a un hombre de clase media, blanco y casado -con una relación abierta- veinte años mayor que ella y que acaba de adoptar a una niña negra; esta trama, en el que se inscriben clase social, racialización, diferencias de edad y jerarquías en la pareja, complejiza los relatos no-monógamos. En "Conversaciones entre amigos", Sally Rooney (2018) relata la historia de dos amigas que son expareja y que se implican sexoafectivamente con un matrimonio de escritores mayor y acaudalado, relatando también los tiras y aflojas, los celos, las jerarquías, encuentros y desencuentros de este cuarteto. De manera similar a cómo ocurría en series como "Autodefensa" y "Broad City", el punto de vista de estas escritoras en muchas ocasiones complejiza los relatos, atendiendo a relaciones de poder, género e identidad sexual, sin buscar hacer productos románticos de fácil resolución.

Las revistas femeninas también han mostrado un gran interés hacia los modelos no-monógamos en sus secciones de sexualidad y pareja en los últimos años, muestra de cómo se introducen nuevas cuestiones relativas a la sexualidad, y el reconocimiento de identidades y prácticas plurales en estos productos culturales (McRobbie, 1998). Revistas como *Vogue* (Lores, 2023; Abad, 2021; González Ulloa, 2020), *S Moda* (Martínez, 2022; Alonso, 2023b), *Vanity Fair* (Giuliani, 2023) o *ELLE* (Panea, 2024), tienen columnas relativas a información sobre modelos no-monógamos, entrevistas a escritoras y activistas de las NMC, e incluso artículos sobre celebridades y sus relaciones no convencionales. De nuevo, los artículos que encontramos en estas revistas pueden ser de gran variedad y su perspectiva y aproximación a las NMC depende exclusivamente de las secciones de las revistas en las que se encuentren así como por quién y con qué objetivos estén escritos: de aquellas más próximas a una suerte

de consultorios o técnicas para abrir relaciones, del tipo "*10 cosas que has de tener en cuenta si quieres abrir tu relación"*, a otras que pueden ser reseñas y críticas de literatura o películas que traten las no-monógamas o entrevistas a sus escritoras. En última instancia, esto depende también de las decisiones editoriales de estas revistas en cada momento, los intereses comerciales -pues no es lo mismo escribir un artículo para recibir muchas visitas y lecturas o no-, y las propias propuestas de aquellas periodistas que trabajan como *freelance*, por ejemplo, o los reportajes más extensos que pueden presentar más complejidades. De este modo, las revistas también publican como resultado entre agencias compartidas entre los intereses de las audiencias, las decisiones editoriales de carácter comercial y los intereses y propuestas de las periodistas.

Además de este tipo de productos culturales, las redes sociales también se han vuelto un lugar predilecto para la difusión de modelos NMC. Grupos activistas, "influencers" o divulgadores sobre no-monogamias, e incluso *coach* y terapeutas que divulgan y ofrecen servicios de pago para adentrarse en los modelos relacionales de las no-monogamias consensuadas.

5.2.4 ¿Qué es una NMC y cómo aprender a tener una? Divulgadores, terapeutas y *coach* en redes sociales

Soy consciente de que las NMC se empezaron a practicar mucho antes de la aparición de las guías de Morning Glory (1990) y de Easton y Hardy (1997/2018), constituyendo una amalgama de prácticas que rompían con la heteronormatividad -y, por tanto, con la mononormatividad también-, que bien nos puede recordar el texto "El amor es heterosexual" de Javier Sáez (2008). Asimismo, hay que ponerlos en relación con otros movimientos que pretendían romper también con la figura del matrimonio procreador, como las corrientes asociadas al amor libre.

A partir de los años 90', la sistematicidad de la aparición de guías para aprender a relacionarse sexoafectivamente fuera de la monogamia y la exclusividad sexual, a la vez que el establecimiento de una terminología específica, fueron determinantes para la construcción y difusión de las NMC. Esta elaboración de guías, además, atendía a una cuestión particular: más allá de ser simples recetas sobre cómo relacionarse con más personas, planteaban elementos éticos y de responsabilidad para vincularse sin generar malestares o, cuando menos, realizando una reparación de daños. Esto no era algo exclusivo de las NMC pues, como se ha visto, en el ámbito de las relaciones mononormativas también se difundieron

ampliamente la terapia de pareja, la psicología y otros mecanismos como los libros de autoayuda, con el fin de aprender a surfear los malestares y demás vaivenes de las relaciones.

En tanto que persona que se vincula desde las NMC, hay una tensión que siempre he sentido y que se ha acuciado durante los últimos años, referida a la tirantez entre el activismo de las NMC y a la difusión del *coaching* o las guías de autoayuda para su práctica, así como los "referentes" que divulgan sobre las NMC en muchas ocasiones desde las redes sociales. Estas tensiones y asperezas no son algo exclusivamente mío, también son compartidas por otras personas, como muestran, por ejemplo, las conclusiones de uno de los debates al respecto por parte del grupo activista Poliamor Madrid (2023b). Si bien no coincido en todos los puntos con las conclusiones de este debate, siento afinidad con respecto a la mayoría de las ideas que planteaban y que he mencionado, directa o indirectamente, de manera previa a estas líneas: la difusión de la idea de que los modos de vincularse en las NMC como algo que requiere de mucho trabajo personal; el monopolio de personas blancas, cis y con estudios superiores, y con el uso de un lenguaje muy específico y técnico en las redes sociales para referirse a las NMC; la propuesta constante de talleres y formaciones para adquirir conocimientos sobre las NMC a las que de modo circular la mayoría de las veces acceden personas de estos propios entornos; la proliferación de métodos de *coaching* y guía para acompañar a personas que se introducen en las NMC y la, cada vez mayor, proliferación de servicios de pago para acceder a entornos concretos -retiros, quedadas, etc.- para conocer a otras personas que practican las NMC. A lo largo de los años de realización de esta tesis doctoral, y especialmente a medida que escribía este manuscrito, he podido ir deshaciendo los nudos que me surgían en torno a estos hechos. Me he visto obligada a cambiar de opinión en algunos aspectos y en otros me he mantenido. Pero más o menos, mis mayores reflexiones han girado hacia el hecho de que las NMC, tal y como se plantean, acaben dándose solo en "una corriente buenrollista blanca, etnocéntrica y burguesa, una corriente que apoyará la idea despolitizada de que la monogamia no es un sistema sino una opción como cualquier otra" (Vasallo, 2015: pag. 15). Y por ello, algo a lo que solo algunos pueden acceder.

En las redes sociales, podemos encontrar divulgadores y terapeutas que plantean las NMC desde una perspectiva política y con un gran componente de crítica al amor romántico y una mirada interseccional. La organización de talleres online, servicios de terapia dirigidos a personas que se encuentran en relaciones NMC, o la divulgación de artículos, debates e infografías de carácter reflexivo son parte de este tipo de cuentas, que en ocasiones tienen gran relación también con los activismos *queer* y pro-sex, y entran en la continuación divulgativa de las NMC al igual que las guías y ensayos especializados antes mencionados.

Encontramos también, por otro lado, cuentas de divulgación sobre las NMC que van en la línea del *coaching* más clásico, donde la acción individual y el trabajo sobre uno mismo desde el "interior" son vértices, y hablan de descubrir "la verdad" de cada uno (Turnbough y Santiago, 2024). Los servicios de *coaching*, la organización de noches de citas grupales, talleres y retiros para "generar comunidad" implican altos precios, y generan una barrera de entrada para la mayoría de las personas. Además, en esta línea de *coaching* sobre las NMC, un elemento que me ha llamado la atención de manera destacable es, en algunos casos, el recurso a las nuevas espiritualidades, a las ideas relacionadas con el tantra, la bioenergía, y las energías masculinas y femeninas. De esta manera, el discurso psicológico -heridas, apegos, etc.-, se mezcla con aquel del *coaching* y la autoayuda -creer en uno, barreras mentales, la verdad de uno- y también se le suma uno relacionado con la espiritualidad -sexualidad sagrada, conexión con la tierra, etc.-. Estas ideas *new age*, presentes en el movimiento *hippie* y su propuesta de amor libre, no son nuevas, y en muchas ocasiones se encuentran relacionadas todavía en la actualidad con las prácticas de las NMC (Aviram, 2010), en una corriente más despolitizada con estilos de vida "alternativos" y donde los espacios comunitarios están muy ligados a lógicas comerciales.

Cuando hablaba de tensiones entre activismo y *coaching*, precisamente me refería a los diferentes modos que hay de aproximarse a la práctica de las NMC y que en esencia se trata de los motivos que a uno le llevan a tener esta forma de vincularse sexoafectivamente. Hay quienes se acercan a las NMC desde una perspectiva más política feminista, anti-heteronormativa y anti-mononormativa. Hay quienes se acercan a la NMC desde la espiritualidad. Otras personas se acercan a estos modelos relacionales desde una perspectiva de apertura sexual en espacios como los locales llamados liberales. Otros, dentro de una lógica individualista, consideran importante diseñar las relaciones de acuerdo con sus necesidades individuales, convirtiéndose en "arquitectos" de sus vidas. Los recorridos son diversos después, puede que haya quien se politice en el camino, o se adentre en cuestiones espirituales, o deje las ideas políticas a un lado y lo vea simplemente como una opción más del modo de relacionarse. No se trata de juzgar los modos de aproximación a las NMC -hasta el *influencer*, *coach* financiero y *cryptobro* Llados tiene una relación abierta, del mismo modo que el *coach* de masculinidad Álvaro Reyes-. Sin embargo, pueden apreciarse ciertas complejidades y tensiones si se difunde la idea relativa a que, para poder construir relaciones fuera de la monogamia, haga falta un trabajo interno demasiado grande y que parezca necesaria la lectura activa de literatura especializada, así como la necesidad de contratar servicios de *coaching* y acompañamiento, que pueden llegar a ser muy caros. Poder generar propuestas accesibles a

todas las personas parece un punto importante desde una perspectiva rupturista, que huya de la idea de que se trata de un estilo de vida solo accesible a unos pocos. Otras minorías sexuales, como el caso de las identidades LGTBIQ+, si bien han tenido que enfrentar lógicas de fagocitación capitalistas -como el *pinkwashing* o la gentrificación de los espacios urbanos donde establecían comunidad-, no se han visto supeditadas, en la misma medida, a lógicas de *coaching* y cursos de pago para "aprender a ser LGTBIQ+". Esta es quizá la mayor tensión que he apreciado en lo relativo a las NMC y a no situarlas -o extraerlas- de la catalogación de minorías sexuales que rompen o cuestionan la mononormatividad y la heteronormatividad, y su promoción como un estilo de vida, que, mediante unos aprendizajes y pagos, puede ser "aprendida", en vez de una apuesta por el activismo, que, si bien existe, también se ve emborronado por estos productos y servicios.

Ello no quiere decir que no sea necesario el trabajo de reconsideración y aprendizaje. No debe olvidarse que lo normativo, esto es, las normas de género, de la heterosexualidad y de la monogamia, también implican procesos de aprendizaje y disciplinamiento propios de los procesos de socialización, reproducidos mediante dispositivos e instituciones sociales -familia, grupos de pares, escuela, Estado, Iglesia, etc.-. Los señalamientos cuando las personas no cumplen con las normas de lo adecuado, y las maneras en las que se reproduce lo normativo en un contexto social dado, son parte de esa tecnología del sexo (Foucault, 1978) en la que se incentivan unos tipos de comportamientos y se reprimen o rechazan otros. Por otro lado, la transformación de prácticas, sentidos y coreografías de lo normativo requiere e implica procesos de resocialización, esto es, adentrarse en las NMC -al igual que romper con otra serie de normas sexuales o de género- implica una serie de nuevos aprendizajes. Sin embargo, el modo en el que estos aprendizajes y tareas se conciben y se presentan, así como los cuerpos y sujetos que se representan en estas vivencias, pueden generan dinámicas de exclusión e inclusión. En este caso, lo no-monógamo, no en pocas ocasiones parece algo exclusivo para personas de clase media, blancas y con estudios superiores, sobre lo que formarse a través de la lectura activa de libros y, en su caso, mediante servicios de pago: diferentes formas de acompañamiento y *coaching*, reuniones -también de pago- en forma de citas especializadas para personas no-monógamas o incluso a través de "retiros no-monógamos" -de muy altos precios- para "hacer comunidad".

De manera general, mi experiencia en el aprendizaje de lo no-monógamo ha sido más bien por una suerte de activismo y de socialización en entornos feministas y LGTBIQ+, una amalgama de espacios y amistades en los que se imbricaban la contestación a la normatividad de género y sexual. Estas maneras de hacer comunidad no siempre tienen por qué estar

ligadas a un grupo activista concreto, sino que estas redes se pueden construir a partir del contacto con gente similar, sea mediante compañeros de estudio, de trabajo o de actividades de ocio, personas que se conocen mediante redes sociales, aplicaciones de citas o amistades de amistades que vamos conociendo, haciendo grupo y poniendo el cuerpo.

5.3 Relatos no-monógamos: aprendiendo sobre la marcha

En este apartado, recogeré varias experiencias de entrevistados que tienen o han tenido relaciones no-monógamas, atendiendo a los modos en los que se adentraron en dichas vinculaciones, las maneras en las que establecieron acuerdos, los modos en los que se daba la comunicación de pareja (o su ausencia) y las gestiones emocionales relativas a cuestiones como los celos. También aprovecharé para reflexionar sobre los modos en los que las vinculaciones no-monógamas pueden incidir en cuestiones como la sexualidad o el género, y las perspectivas, horizontes y tensiones que de ello se generan.

5.3.1 Los primeros pasos: motivaciones para abrir la relación

Las motivaciones que pueden llevar a abrir una relación o acordar, desde el inicio, tener una NMC pueden ser variadas: desde motivaciones políticas e ideológicas, a motivaciones relacionadas con el disfrute y el placer o aquellas relacionadas con la experiencia misma y el haber sobrepasado, en el marco de una pareja, los límites de la exclusividad sexual:

> [Entrevistadora]: "Has dicho que tú a esta persona también la quisiste. ¿Para ti en algún momento ha entrado en conflicto la idea de querer a dos personas distintas?
>
> [Entrevistada]: Para mí nunca ha sido un conflicto. Pienso que las relaciones amorosas deberían poder funcionar como relaciones de amistad. (…)
>
> Yo desde que sucedió todo esto, eh no, tenemos una relación abierta tácitamente. Porque en realidad, yo descubrí cuando tuve esa historia, que tengo esa necesidad. (…)
>
> Tuvimos una conversación en elipsis, ¿vale? Y entonces, pues hablándolo con la terapeuta, lo que habían hablado por su lado, y lo que habíamos hablado ella y yo, yo le comenté: "yo lo que he entendido esto, es que él, quiere que yo sea feliz y que iba a, lo que yo necesito, le parece bien, pero que no quiere saber nada". Entonces ella

> me dijo que sí, que era exactamente eso lo que... que él entendía que saberlo le puede doler, pero que yo tengo esa necesidad en mi vida que él a lo mejor no puede cubrir."
>
> María, 50-54, heterosexual, casada, relación abierta.

Mediante el proceso de terapia de pareja, esta entrevistada reflexionó sobre sus necesidades emocionales y sobre su experiencia al tener una relación extramarital en la que no le fue conflictivo amar a dos personas a la vez. Si bien, sí le era conflictivo el hecho de mantener una relación secreta y mentir a alguien a quien quería -lo cual le llevó a sentir grandes dosis de culpa y sensación de saturación, según ella-, el hecho mismo de querer al mismo tiempo a dos personas no le generó malestares. De este modo, abrir la relación fue una manera de atender a los deseos y necesidades de ella, de desear expandir sus vínculos sexoafectivos, frente a la posibilidad de la ruptura por no poder cubrir sus necesidades personales en el seno de la pareja; una transición a partir de una experiencia de adulterio hacia la no-monogamia también recogida por Tania Rodríguez Salazar (2022) en parte de su trabajo sobre celos e infidelidades, y que es muestra de la reflexión sobre los límites de la monogamia a partir de experiencias concretas de adulterio que se dan en ocasiones. En cualquier caso, también nos puede hacer reflexionar los modos no-explícitos de acordar abrir la relación en el caso de esta entrevistada, mediante una conversación en elipsis, a través de una terapeuta, conversación que parece no darse en el cara a cara en ningún caso. En el caso de esta entrevistada, como se verá más adelante, esta ausencia de conversación también se hace visible en una ausencia de normas explícitas -más allá de que la relación con su pareja no se vea perjudicada y no "se note" lo que ocurre-, donde no hay preguntas ni conversaciones sobre las vidas sexuales del otro. Este formato *don't ask, don't tell* [no preguntar, no decir], puede ser muestra de cuán grande es el efecto de un sistema mononormativo, que dificulta y genera incomodidad ante la explicitación de realidades acordadas y que transgreden las normas.

Los preceptos del amor romántico (Herrera, 2011) precisamente suelen recalcar, en tanto que "pegamento" de la exclusividad sexual y de la forma monógama de la pareja, la imposibilidad de "amar realmente" a más de una persona en el sentido romántico. Al hablar del amor de amistad, o del amor familiar, no suele haber choques con la idea de poder amar a más de una persona con la misma intensidad; sin embargo, el amor romántico de pareja, al situarse en la cúspide de la jerarquía de los afectos en un sistema monógamo (Vasallo, 2018), se percibe como restringido a una única persona. Por ello, parte de las personas detractoras

de las NMC -especialmente las detractoras de aquellas formas de vinculación no-monógama que incluyen los afectos más allá del sexo-, censuran estas formas de vinculación alegando la imposibilidad de poder querer románticamente a más de una persona.

Sin embargo, en algunos casos, tal y como nos muestra el siguiente entrevistado, la motivación viene dada por "sorpresa": sin haberlo pensado previamente, el deseo de la otra persona con la que se quiere formar un vínculo puede dar inicio a esta experimentación, planteando nuevos paradigmas que no son normativos y que puede no haberse concebido:

> "El cambio fue cuando conocí a [exnovia]. No fue con una. No fue ni siquiera una idea mía ni una intención mía. Yo me lo encontré porque yo no tenía idea de. O sea, yo hubiera. Si no hubiera conocido a [exnovia], quizá. Yo qué sé. Pero era totalmente distinta. Y nunca hubiera tenido una relación de ese tipo. Pero como a mí me gustaba en ese momento y ella me propuso que la única manera de que tuviéramos algo juntos era que [tuvieran una relación abierta], yo tomé la decisión de intentarlo, de descubrirlo, porque tenía curiosidad también. Y por eso tomé la decisión. Luego dentro, tuve que descubrirlo porque eso fue duro. No de, ¡joder! Aceptamos las cosas. Porque también se puede en el plano de la acción de pareja. Pero cómo cambian las cosas en una relación de dos, eso es lo que voy descubriendo. Dentro de la relación. Ya. (…)
>
> cuando tuve esa experiencia es que me lancé a la piscina y más o menos sí tienes una idea preconcebida, pero todavía no conocía a nadie que la hubiera tenido. No había nada. Simplemente yo dije adelante y. Y bueno, pues así fue. Pues bueno, tampoco. Sí que es verdad que recuerdo de decirle eh, 'si veo que durante la relación yo te lo diré y valoramos si se puede cambiar o si tiene que terminar'."
>
> Gabriel, 25-29, heterosexual, en relación cerrada

En este fragmento este entrevistado nos muestra precisamente cómo se adentró en una relación abierta porque eran los términos que establecía la chica que le gustaba en caso de querer construir una relación, sin tener mucha información sobre las NMC y sin haber leído ni haberse formado sobre ello, ni haber tenido ningún tipo de referentes "me lancé a la piscina". Sin embargo, desde el inicio indició que, si apreciaba que no disfrutaba o se amoldaba a la relación. valoraría su fin. En general, a lo largo de la entrevista, el entrevistado indicó que hubo varios vaivenes y muchos procesos de aprendizaje durante la relación, que

se alargó durante varios años. También destacaba que aprendió muchas cosas "que no debía hacer", muchas de ellas relacionadas en parte con el privilegio masculino, pero que en general, según sus declaraciones, fue una experiencia muy enriquecedora de la que aprendió de sí mismo y de cómo relacionarse y vincularse con otras personas y, sobre todo, aprender a ser transparente -algo que, según él, fue todo un proceso-. En el caso del siguiente entrevistado, también nos encontramos con una propuesta realizada por la que sería su futura pareja:

> "Yo venía de de lo que me había pasado con [amiga con la que tenía una relación sexoafectiva], que con ella como que tenía muy hablado sus relaciones antes, como que ya lo tenía súper claro y tal, y entonces yo era como que me iba asimilando un poco a todo eso. Y. Y al decírmelo ella [cuando su novia actual le propuso tener una relación abierta], que sí o sí quería una relación abierta, pues no fue como ningún reto, entiendo por así decirlo. (…)
>
> [amiga con la que tenía una relación sexoafectiva] me contaba un poco todo lo que hacía y lo que hacía con cada uno y lo que pasaba con cada uno. Era como que yo me había acostumbrado a ponerle afecto con este afecto."
>
> Carlos, 25-29, bisexual, en relación abierta

En el relato de este hombre, por ejemplo, observamos cómo su experiencia previa le hizo adentrarse "fácil" en las NMC con su nueva pareja. Anteriormente, él había tenido una relación de amistad con una chica con la que también había afectos y sexualidad -una de esas relaciones ambiguas que tantas veces se han repetido a lo largo de este trabajo y denominada en parte del lenguaje actual coloquial como *situationship*-. Su experiencia en dicha relación con su amiga, donde se acostumbró a hablar sobre sus experiencias con terceras personas y a sentir empatía y afecto igualmente, le permitió no sentir reticencias a la hora de construir una NMC con su nueva pareja. En el caso de este entrevistado, tampoco declaraba haberse formado en NMC o haber leído contenido al respecto, sino que sus aprendizajes fueron derivando de sus propias experiencias, siempre en construcción (Castro, 2021).

Sin embargo, los deseos de uno de los miembros de la relación por construir una NMC no siempre son correspondidos, en tanto que se trata de decisiones que afectan al conjunto de la pareja y que, en concreto, no se corresponden con los modos normativos y socialmente deseados o valorados de formulación de pareja ni del amor romántico. Por ello, cuando hay

divergencia de opiniones, estas decisiones sobre la exclusividad sexual y afectiva -o las conversaciones sobre su posibilidad de contestación- pueden dilatarse a lo largo del tiempo o pueden adquirir forma a partir de sucesos concretos:

> "Habrá sido como dos años [que se abrió la relación]. Tres. Y simplemente fue un poco como tampoco llegaba la conversación. La conversación había tenido lugar millones de veces en plan: "Yo quiero esto". "Yo quiero esto". "No, no, no, ni de coña. Ni de coña, ni de coña" [simula una conversación entre él y su novio]. Y llegó un momento en el que le dije: 'bueno, yo ¿esto va a pasar?, ¿cómo quieres gestionarlo? Yo ya llegué a un punto. Yo estuve muy enfermo, casi me muero y entonces me ha cambiado un poco la vida, la perspectiva y es un poco "vale, obviamente tampoco es un poco el carpe diem absoluto, pero oye, no quiero perderme estas cosas en plan sí que quiero estar contigo para todo el tiempo que sea, pero yo también quiero disfrutar", ¿sabes? Y esto. "Yo no estoy a gusto con esta parte". Entonces fue un poco como, "esto va a pasar".
>
> Entrevistadora: ¿teníais referentes en vuestro grupo de amigos maricas?
>
> Muy distinta a la que yo quería tener. Quiero decirte, porque yo me gusta hacer cosas con [novio], pero yo valoro mucho también esa independencia (…) Me gusta tener mis historias solo yo conmigo mismo que me llevo. Yo sí que cuento algunas, pero me gusta tenerlas en mi privacidad (…) Con el Grindr tiro y es que es súper fácil, en un momento está hecho (…)"
>
> Xosé, 35-39, gay, en relación abierta

Tras muchos años de tiras y aflojas, donde el entrevistado deseaba abrir la relación y su novio no, un suceso relacionado con la salud del entrevistado hizo que cambiara la situación, detonante para que el entrevistado le dijera a su pareja "esto va a pasar". Esta determinación para decidir lo que quería hacer con su vida, que en su caso era el poder experimentar sexualmente con otras personas, un deseo que tenía de hacía tiempo y que había hablado de manera repetida con su pareja, nos muestra también las maneras en las que se constituye el atender a deseos personales y las necesidades propias en el devenir de la propia vida, cuanto menos en la medida de lo posible. Si bien en su entorno otros hombres tenían relaciones abiertas -algo común en parte de las prácticas sexoafectivas gays (Levine et al., 2018)-, el entrevistado declara que la suya no es como las que conoce. En su relato, en otras parejas

gays con relaciones abiertas, muchos tienen prácticas de sexo grupal y asistencia a espacios concretos -*chills*, saunas, etc.-, sin embargo, el entrevistado dice que, si bien sí le gusta experimentar con terceras personas con su novio, -y a lo largo de la entrevista repite varias veces ciertas actividades en saunas y demás-, le gusta también tener su propia privacidad.

Me ha llamado la atención la distinción realizada por el entrevistado y lo remarcado de que él es diferente a su entorno y le gusta ir "por su cuenta". En general, en la mayoría de las personas que conozco con relaciones no-monógamas -y también en el caso de las personas a las que he entrevistado que se han vinculado de esta manera-, las personas "van por su cuenta" en muchas ocasiones, esto es, en sus experiencias no suele estar presente su pareja. El sexo grupal muchas veces se relega a la idea de los club *swinger* o liberales, o, dentro del mundo gay, a las *chills*, saunas y cuartos oscuros o la práctica de tríos y otras formas de sexo grupal. Creo que la historia del sexo entre hombres ha estado muy conectada con una visión grupal, amistosa y lúdica de la sexualidad, desarrollando subculturas propias asociadas a las saunas, los bares de ambiente -ya presentes desde el siglo XVIII denominados *molly house* en Inglaterra- o el cruising (Cook, 2008; Norton, s.f.; Rubin 1984/1989, 2000) hecho por el cual la mononorma ha penetrado de manera más tardía en estos vínculos, cuando se dotó a las orientaciones sexuales disidentes de reconocimiento legal y dejaron de estar censuradas en nuestro entorno. En ese proceso que se ha denominado "heteronormativización", en principio, no se ha perdido la historia del sexo grupal y lúdico, ni la permanencia de lugares específicos para ello.

Si bien los datos nos muestran que las mujeres parecen tener menor interés en las relaciones no-monógamas (Sanmartín et al. 2023), en los relatos de estos entrevistados observamos que son, a excepción del hombre gay, las mujeres quienes proponen estas fórmulas relacionales. No he encontrado datos científicos al respecto -sobre quién propone en los vínculos entre hombres y mujeres el mantener relaciones abiertas-, pero puedo decir que la gran mayoría, por no decir todas, de vinculaciones no-monógamas que he visto tanto en mis entrevistas como en mi entorno más próximo y que se dan en parejas formadas por hombres y mujeres -donde la bisexualidad femenina es destacada, además-, son ellas quienes realizaron la propuesta en primer lugar. Puede deberse, por un lado, a cierta resonancia con las propuestas de ruptura de la monogamia que se difunden al calor de la cuarta ola feminista y, por otro lado, debido a la muestra de una mayor asertividad sexual en el seno de la pareja en la que estas mujeres no se sienten censuradas ni susceptibles de ser señaladas por promiscuas.

La importancia de la individualidad y el poder llevar la vida que uno desea se vuelve imperante en estos casos: el margen de decidir tener una relación no-monógama es parte de estas realidades. Si bien los hombres heterosexuales siempre han tenido reconocido el derecho a tener una vida sexual propia, la extensión de los procesos de individualización a mujeres (Beck y Beck-Gernsheim, 2001), el reconocimiento de sexualidades diferentes de la heterosexual y la mayor libertad sexual e igualdad entre géneros, a pesar de los todavía señalamientos y doble moral aplicados a mujeres y orientaciones no heterosexuales, les permiten mayor margen de acción, de decisión y de agencia.

5.3.2 Acuerdos, límites y normas en construcción

Dentro del seno de las NMC es común el establecimiento de una serie de acuerdos sobre su funcionamiento (Barker, 2018), acuerdos que sirven para establecer los límites de la relación, acordar en qué términos se abre -si solo sexualmente, sexual y afectivamente, si ello incluye la posibilidad de incluir amistades o conocidos o no, qué cosas se cuentan en el seno de la pareja y cuales no, etc.-. Como se verá por los fragmentos de las personas entrevistadas, estos acuerdos tienden a cambiar en muchas ocasiones y a modularse a partir de experiencias concretas, que nos hablan de los modos en los que la comunicación -o su ausencia- participan de estas configuraciones.

> Entrevistadora: ¿Y teníais, por ejemplo, algún tipo de acuerdo?
>
> Entrevistado: "Al principio teníamos más, solo sexo (…) te das cuenta de que es imposible 'solo sexo', siempre pueden surgir otras cosas, pero es un contrato, vas renegociando (…) eh no es enamorarse, pero pues sentir, a ver, que estás con una persona, y si la vas viendo más veces, es importante, es importante (…) amigas a las que quieres (…) [al final] el acuerdo era más eh eh, algo que pusiera en peligro la relación en ese sentido, no que una persona sea más o menos importante, sino que aparezca una persona que de repente pues digas hostia, no sé, ¿no? O sea, es un poco lo que acabó pasando, pero eso pues ¿por qué? ¿Por qué? ¿Por qué era importante contar aquello? Porque dependía de que eso saliera o no saliera, que esa relación siguiera o no siguiera la relación que tenía con [exnovia]. ¿Por qué? Pues porque la otra persona. ¿Qué otra cosa no? Entonces eso es. Eso es algo que ponía en peligro la relación. Y eso era algo que sí que había que contar. De todas formas, supongo

> que los acuerdos siempre. Veamos. El amor es contrato. (…) aprendí que siempre es más fácil pues eso estar con gente que eh, que tiene una relación como tú o, o, que entiende tu relación (…) se suponía que teníamos que contarnos todo, pero no siempre ocurría (…) ni ella ni yo, tampoco creo que sea para tanto (…) lo importante era pues [contarse] cosas más serias, 'estoy quedando de tal' y yo no supe hacerlo o, no bien"
>
> Gabriel, 25-29, heterosexual, en relación cerrada

Este entrevistado cuenta, cómo en su anterior relación, los acuerdos eran más estrictos, sin embargo, desde su visión, la idea del contrato que se va renegociando, apela a una comunicación en la pareja sobre las formas de establecer los límites de esta. Si bien en un inicio se había acordado el solo estar abiertos en el plano sexual, con el tiempo la pareja aprecio que era imposible la distinción total entre afectos y sexo. Tal y como cuenta la activista en NMC y terapeuta Alba Centauri (@poliactivismo)[142] en una de sus publicaciones de Instagram, el deseo sexual mismo es un tipo de afecto, las relaciones sexuales nos afectan y afectamos con ellas, y generan reacciones corporales mediante las que buscamos sentirnos bien -cuando son consentidas y deseadas-. Desear el mero sexo que viene de alguien -y no con alguien-, ocurre rara vez según Centauri, y el establecimiento de estrictas normas para no generar "afecto de más" -no poder repetir más de dos veces con una persona, no dormir en casas ajenas, etc.- acaba generando dinámicas de cosificación hacia la tercera persona: esta persona es, de alguna manera, "utilizada" y solo es incluida en los estrictos términos que una pareja define. La vivencia de la dificultad de la radical separación entre afectos y sexo en el entrevistado y su expareja genera de este modo una renegociación de los términos que tenían establecidos respecto de los límites de su relación.

Contarse lo "más importante", entendido esto como contarse situaciones en las que hay cierta continuidad con una tercera persona y pueden aflorar cierto tipo de sentimientos y dinámicas -quedar regularmente, hacer planes, etc.- se establece como manera de mantener esa comunicación, pero tampoco perder la privacidad de ciertas situaciones más casuales. Por otro lado, el límite en la relación de este entrevistado se vería en no construir o no seguir quedando con personas que pudieran poner en peligro su relación principal, por ejemplo, el

[142] https://www.instagram.com/p/DFsuAECPMkr/?hl=es&img_index=1

no seguir viéndose con alguien que desearía formalizar una relación monógama[143] con el entrevistado. De ahí, extrae que era más fácil quedar con gente con situaciones sexoafectivas similares -otras personas que practicaban las NMC- o que sabían cómo funcionaban dado que "entendían" los límites respecto de su relación principal.

Esta privacidad que el anterior entrevistado mencionaba, sin embargo, en algunas ocasiones se aprecia como total, donde parecen no tener cabida las preguntas sobre el resto de contactos sexoafectivos de la otra persona:

> (…) Nunca le digo nada, simplemente le digo algo que podría decirle a mi madre como 'este sábado voy a estar fuera' si voy a ver a alguien. (…) las relaciones abiertas para mí son una cuestión de entender cada uno las necesidades del otro y respetarlas. Vale es una cuestión de respeto, no es posible que una relación abierta...Es que no sé cómo explicártelo. No me vale como relación abierta estas historias de 'es que a mi marido le gusta que le cuente qué he hecho y qué no he hecho', yo creo que una relación abierta realmente es que tú respetes el espacio del otro. Si el otro necesita tener otras relaciones, tú ya está, ya sabes que tienes el permiso.
>
> María, 50-54, heterosexual, casada, relación abierta.

Esta entrevistada, que lleva su relación no-monógama en secreto por miedo a ser censura en su entorno, y que definió su relación abierta en un proceso de terapia mediante una "conversación en elipsis" entre su marido y ella, tiene la norma de "no decir nada", una manera de evitar crear disrupciones en la rutina del seno de la pareja y evitar generar malestares a su marido. Al mismo tiempo, considera que las relaciones abiertas tienen que entender el respeto y la privacidad del otro, censurando la idea de "contarse cosas" porque, desde su interpretación, es una manera de sexualizar la situación. Desde los modos en los que esta entrevistada entiende las relaciones abiertas, "contarse cosas" sería una cuestión de morbo, donde el respeto al otro se entiende desde el marcaje de la autonomía.

En ocasiones, esta necesidad de "no contar" que pueden tener algunas personas, sin embargo, puede volverse problemática para otras, como muestra el siguiente entrevistado:

[143] En la jerga de las no-monogamias, se utilizan los términos *cowboy* y *cowgirl* para nombrar a las personas que comienzan algún tipo de relación con una persona ya vinculada previamente y que intentan que deje su(s) otra(s) relación(es) con el objetivo de formar una relación monógama.

> "Entonces la relación que tenemos es una relación abierta y se puede follar. El problema. Hemos llegado a la conclusión de que ella prefiere que no le cuente expresamente lo que estoy haciendo porque yo le contaba, estaba acostumbrado de hacerlo con [chica con la que anteriormente tenía una relación] aunque fuera por mero cotilleo 'oye que me he follado a' o 'voy a quedar con', pero a [novia] no le gusta. A no ser que sea algo que me llame la atención a mí. Yo qué sé que sea. Me acuerdo que le conté lo que te decía. Me lie con un muchacho aquí en [municipio], pero no llegué a follar porque como iba, como que iba muy a saco él y para mí fue como de estate tranquilo. Ya, ya te digo, no por el tema de ese muchacho, sino porque soy un poco así de, de chico y tal, y en ese momento pues eso sí que se lo comenté porque me hacía sentir de una manera u otra. Pero si es follar con quien sea así, sin mucha más sorpresa. Pues como que me pidió ella que no le contase nada porque le hacía sentirse. Le hacía generarse inseguridades".
>
> Carlos, 25-29, bisexual, en relación abierta

El modelo de relación que tiene este entrevistado con su pareja es el de una relación abierta que solo deja espacio al sexo fuera de la pareja. Por un lado, este entrevistado se siente cómodo con esa idea de relación, aunque por otro lado le incomoda el hecho de que su pareja prefiera no hablar de sus experiencias con terceras personas, en tanto que le generarían inseguridades. La experiencia de una relación previa del entrevistado, no definida como relación de pareja como tal, pero afectiva y estrecha, y sin exclusividad sexual, en la que era común hablar de sus otras experiencias sexuales con terceras personas, hizo que para él fuera fácil y normal hablar sin problemas sobre estas cuestiones. En su relación de pareja actual, estas conversaciones parecían generar incomodidad en su novia, que prefería guardar privacidad sobre estos hechos. Igualmente, el entrevistado indica que sí considera importante decir ciertas cosas a su pareja -a pesar de la molestia de ella-, como el hecho de haber mantenido una experiencia con un hombre, algo que para el entrevistado era importante y quería compartir con su novia de manera íntima. En este caso, por ejemplo, podemos ver que un supuesto límite o acuerdo -el no contar las experiencias con terceras personas para no herir- se ve renegociado en pos de la comunicación de sucesos o eventos importantes en el seno de la pareja. Para el entrevistado, que se definió como "bisexual con miedo" al inicio de la entrevista a modo de broma, dadas sus pocas experiencias con hombres, poder hablar de ello con su pareja era un apoyo y un reconocimiento a su identidad.

Las decisiones sobre los límites y acuerdos, en otros casos, se dan sobre la marcha en muchas ocasiones, renegociando, a partir de la propia experiencia, estos elementos:

> [sobre acuerdos] "Eso fue un poco. 'Mira, esto va a pasar tal' (…) 'pues yo no quiero que pase esto'. 'Vale, genial. Pues vamos a hablar también eso'. Y [novio] dijo: 'No quiero nada en casa', 'con condón siempre', no sé qué. (…) A los dos días me dijo. 'Me he follado a alguien en casa y tú estabas durmiendo' y bueno, o sea, yo. Fue como. 'Qué guay'. Me encantó. (…) para [novio], por ejemplo, todavía tiene algunas barreras psicológicas, sobre todo en plan de le da un poco de apuro, ¿eh? Bueno, naturalizar todo esto y pasarlo al mundo de las palabras y verbalizarlo".
>
> Xosé, 35-39, gay, en relación abierta

Al igual que otros entrevistados, este entrevistado se refiere a los acuerdos en el seno de su relación de pareja como algo sobre lo que se va negociando, y que funciona también a modo de prueba y error. Si bien en un principio establecieron una serie de normas a forma de peticiones de su novio -quien en un principio no quería construir una relación de estas características-, las normas se fueron haciendo flexibles con el tiempo. De límites y normas más concretas -no se queda en casa, se utiliza preservativo, etc.-, las propias experiencias muestran que ciertos límites no se adaptaban del todo a las formas en las que se acababan vinculando, hecho que generaba renegociaciones de manera constante. El entrevistado celebraba el hecho de que los acuerdos que en un principio tenían -pues le parecían muy estrictos- también se vieran incumplidos por su pareja. En vez de aproximarse a este hecho como una "traición" o una "infidelidad", lo veía como espacio para renegociar los acuerdos, y aprender en este proceso aquello que se les fuera adaptando.

Si bien hay personas que tienden a tener límites y acuerdos más estrictos, o que guardan cierta privacidad a la hora de sus experiencias con terceras personas, es común encontrar una renegociación de estos elementos. La ruptura con la exclusividad sexual, además, ya ofrece un marco de partida que ayuda a acercarse a la superación de límites o normas desde una perspectiva más comprensiva y compleja. Esto es, la ruptura de normas, si bien puede llevar a conflictos, en ocasiones también lleva a renegociaciones (moscacojonera, 2020) y a conversaciones sobre lo que cada sujeto desea de su relación, y ofrece una fotografía de la situación de la relación en cada momento. Las normas, los acuerdos y límites pueden cambiar a lo largo del tiempo dependiendo en el momento en el que se encuentre la relación: quizá

sean más flexibles en la distancia -por unas vacaciones o convivencias alejadas-, quizá requieran de un mayor establecimiento de normas cuando se convive -o una mayor comunicación de lo que ocurre- porque la cercanía de la convivencia requiere de reajustar otros elementos -*hoy no dormiré en casa porque duermo con X-;* en ocasiones situaciones como la maternidad o la paternidad o el embarazo pueden reajustar una serie de acuerdos que trascienden la cuestión de la pareja y que tiene que ver con los modos en los que se inscriben las familias en estas dinámicas.

Por otro lado, las experiencias de los varones con vínculos femeninos nos muestran, en línea con lo dicho por Castro (2021), los aprendizajes, no como resultado, sino como proceso en el territorio de las masculinidades en las NMC. Si bien sigue existiendo el privilegio masculino, la puesta en cuestión de elementos relacionados con la mononormatividad y la heteronormatividad en las NMC, pone en jaque en muchas ocasiones los modelos de masculinidad hegemónica, los cuales se acaban negociando, navegando y cuestionando (Castro, 2021). El contacto -y la relación sexoafectiva- con mujeres que muestran su deseo de manera activa hacia terceras personas, y la agencia y asertividad sexual de ellas, también genera en ellos una redefinición de los roles de género como resultado en muchas ocasiones. Por un lado, pone en cuestión el comportamiento "adecuado" femenino respecto de la sexualidad; posibilita la reformulación de las adscripciones masculinas relativas al control de las situaciones planteando espacios para la negociación entre hombres y mujeres; obliga a enfrentar emociones relativas al señalamiento por ser "poco hombre", como las posibilidades de ser tachado de cornudo o un "calzonazos"; este enfrentamiento a algunos de los preceptos de la masculinidad -control, valoración social de pares masculinos- puede ayudar a reflexionar y cuestionar los preceptos mismos de la masculinidad, a la par que a identificar y cuestionar aquellos que se dirigen hacia las mujeres; en ocasiones, la cercanía a los feminismos por los que se construyen NMC puede hacer que las dinámicas internas a las relaciones sean más igualitarias, tal y como señala Michelle Wolkomir (2020) al identificar roles más igualitarios entre hombres y mujeres en las relaciones poliamorosas al compararlas con otras como las *swinger*.

Insisto en que construir relaciones no-monógamas no retira privilegios masculinos ni tiene, de manera necesaria, por qué obligar a estos cuestionamientos aquí relatados, pero de manera general sí que he identificado a lo largo del trabajo de campo -y de la experiencia propia- algunas de estas reflexiones y cambios en los sentidos respecto de la masculinidad en varones. También, en ocasiones -o en momentos puntuales-, he podido apreciar que estos procesos han podido llevar, en el sentido contrario, a una reafirmación de algunos de los preceptos de

la masculinidad, en un intento de distanciarse de la sensación de vulnerabilidad o de sensación de pérdida de privilegios derivadas de estos cuestionamientos: la reafirmación en la autonomía evitando la comunicación -no declarando los malestares o las prácticas y experiencias que se habían acordado comunicar- o llevando en secreto este tipo de modelos relacionales para no ser puestos en cuestión por terceras personas.

5.3.3 Aterrizar los celos: la gestión emocional

Los celos en muchas ocasiones son parte de lo que las personas fuera de las NMC recalcan como elemento nocivo de este tipo de vinculaciones: los celos, a raíz de romper con la exclusividad sexual, generarían malestares constantes en las personas que se vinculan de esta manera. Los preceptos y mandatos del amor romántico (Herrera, 2011) plantean los celos como cuestión inherente al amor, justificados en ocasiones como prueba de amor y de centralidad de la pareja ante aparentes disrupciones externas. Sin embargo, cabría puntualizar que los celos no son cuestión exclusiva de una transgresión de las normas socialmente establecidas en el ámbito romántico que genera malestar, no son un mero control sobre el otro. Los celos podemos entenderlos como una emoción desagradable ligada al miedo a la sustitución, a perder centralidad -o nuestra posición- en el mundo del otro: ocurren en el ámbito familiar y amistoso también, un miedo a ser dejado de lado en las relaciones interpersonales y afectivas. Otra cuestión es que, como el resto de las emociones, al estar los celos inscritos en un entramado social y afectivo concreto, éstos tengan un carácter social (Ahmed, 2019) que los moldea y establece qué situaciones son dignas de esta emoción y qué situaciones no, o que genera divergencias en su expresión y vivencia. De este modo, de la mononormatividad y del amor romántico se deriva un régimen emocional en el que los celos vienen a salvaguardar la relación de la pareja y a evitar disrupciones ajenas; los celos, en ese régimen, además, se configuran de manera diferente de acuerdo con el género (Rodríguez Salazar, 2022; Cardoso, 2018).

En el trabajo de Tania Rodríguez Salazar (2022) podemos apreciar cómo, por un lado, su trabajo de campo muestra que existe el estereotipo emocional de que las mujeres son más celosas, y las propias mujeres parecerían reconocer cómo esos celos podrían ser cualidades constantes o propias de sí mismas, admitiendo con cierta culpa incluso esta suerte de identidad celosa cuando parece no tener una justificación; por otro lado, los hombres se distanciarían de los celos, asociándolos a periodos de su juventud o a momentos puntuales,

por ejemplo, ante "faltas de respeto" -amistades masculinas de ellas que pongan la "relación en peligro", relaciones extraconyugales, etc.- que pueden derivar en odio y actos violentos por parte de ellos en sus expresiones más extremas (Rodríguez Salazar, 2022). A pesar de que los hombres parecerían rechazar los celos femeninos -en tanto que cualidad infantil, dependiente y supuestamente injustificada-, la ausencia de celos por parte de ellas, parte de los cambios culturales en cuanto a las prescripciones de género, en algunas ocasiones podría incitar o propiciar la generación de celos desde los propios varones, como manera de reafirmar, precisamente, dinámicas de género hegemónicas (Rodríguez Salazar, 2022). En la medida en la que las relaciones parecerían tender hacia posiciones más igualitarias de hombres y de mujeres, cabría atender a cómo estas dinámicas de celos generizadas se van adaptando, atendiendo a qué elementos permanecen y qué elementos cambian.

En el caso concreto de las NMC, además, la ruptura de la exclusividad sexual -elemento definitorio de las relaciones monógamas y su muestra de amor-, se traslada por igual a hombres y a mujeres. Dentro de las NMC parece haber cierta prescripción de que los celos son algo no deseable y nocivo, muestra de no estar preparado para una relación de estas características o de inseguridad, pensamiento que genera una serie de malestares y culpas en las personas que viven en estos modelos relacionales (Cardoso, 2018). Las tensiones que derivan de un intento de distanciar los celos, a la vez que la propia vivencia de estos y las maneras de surfear o cómo transmutan estas emociones desagradables mediante la experiencia no-monógama es un hecho que nos puede resultar de interés también.

> "No por nada yo nunca he sido super, súper celoso, pero he sido celoso en ciertos momentos de mi vida. Lo que pasa es que luego tiendo mucho a racionalizar esos pensamientos y. Y durante el tiempo yo he aprendido mucho a no decir las cosas en caliente, ¿no? Eso siempre, o sea anteriormente. Ya a esta relación que tuve con [exnovia] era así, pero bueno, obviamente había veces que sobre todo cuando te pasa en directo, no, cuando te toca vivir una noche, de que ves, de que te pones celoso de un tío o de una tía que sabes que hay algo entre ellos. Nunca me ha puesto celoso. Eso también es una cosa. Cuando te pones celoso de un tío en la misma noche que te pasa algo y estás delante y se te ve la cara, pues obviamente no puedes esconder nada. Pero supongo que yo tenía muy poca.
>
> (…) los dos fuimos descubriéndolo al mismo tiempo, pero eso que que supongo que no. Los celos, los, mmm. Lo gestioné bien en casi todo momento, quitando algunos

> puntuales, que es lo que te digo que habrán sido, sobre todo en momentos de haberlos vivido en directo con ella. Pues a lo mejor en un concierto o en un bar o yo qué sé, cosas del estilo, pero de esto, de estar [ella] con él, de estar pensando en tu casa, de guau, esto estará bien, de tener a alguien cruzado como a lo mejor sí lo tenía [en] mi adolescencia. No, eso pasa a un segundo plano, pero también tuve que, pues eso, tener ese tipo de pensamientos de tienes que aceptar estas cosas, no son cosas malas, las cosas son de distinta manera y ya está, ¿no? Supongo, pero eso es verdad que siempre ha sido con un diálogo muy interno conmigo mismo"
>
> Gabriel, 25-29, heterosexual, en relación cerrada

Este entrevistado, por ejemplo, cuenta cómo en su relación abierta con su exnovia no solía tener muchos celos, a menos que viviera una situación en la que su pareja ligara delante suyo cara a cara, pero no por ello eso tenía por qué ocurrir siempre. Al mismo tiempo relata que en sus reflexiones llegaba a un punto de proceso de aceptación, no eran "cosas malas" lo que estaba ocurriendo, y ello le ayudaba a aterrizar y a deconstruir las emociones que sentía. Resulta interesante los modos en los que este entrevistado recuerda los celos de su adolescencia -elemento que repite regularmente a lo largo de la entrevista-, en el contexto de su primera relación de pareja -cerrada- y donde lo recuerda como una experiencia muy negativa, en un contexto de construir una relación siguiendo parte de los preceptos del amor romántico más estrictos. Aquí observamos un cambio que precisamente viene a raíz de introducirse en las prácticas de las NMC donde la reflexión sobre los celos mejora también su propia relación con ellos y dejan de generarle tantas inseguridades.

La experiencia de este entrevistado nos muestra un distanciamiento respecto de los celos, asociado además precisamente a etapas de juventud o momentos puntuales (Rodríguez Salazar, 2022), que puede provenir tanto de los propios preceptos de género que establecen un distanciamiento de los hombres de estos sentimientos de celos, como de los mitos en las NMC que aprecian los celos como algo inadecuado (Cardoso, 2018). Su trabajo reflexivo, además, en solitario -no mediante la comunicación con su pareja o sus amigos- podría mostrar cierto marcaje de la autonomía y el control de la situación que podría corresponderse quizá con un distanciamiento de la vulnerabilidad ante los demás, aunque al final sus reflexiones le llevaran a la aceptación y al aterrizaje emocional. A lo largo de mis entrevistas no he podido recoger experiencias femeninas respecto de los celos en las NMC, sin embargo, de mi propia experiencia y la de mi entorno en este tipo de modelos relacionales sí que

aprecio una diferencia que parte del género: los sentimientos relativos a los celos o malestares, en la mayoría de los casos, son compartidos entre mujeres y amigas de manera regular. Esto es, la reflexión y el "aterrizaje" de las emociones, en muchos casos, las mujeres las realizan -las realizamos- mediante el compartir experiencias y mediante la ayuda de amigas -también de terapeutas-, donde la escucha, las reflexiones y las experiencias ajenas son de gran utilidad y se vuelven una forma de acompañamiento. Esto coincide también con los preceptos de género femeninos relativos a la emocionalidad y la muestra de la vulnerabilidad, que en este aspecto no rehúyen la ayuda y el sostenimiento por parte de personas queridas y que facilita el sobrellevar algunos malestares.

> "El, el, el no saberlo. Al principio me agobiaba un poco porque era como. Como. No sé. Si, y si, sí. No. Si, si, y si, sí. ¿Qué ha pasado con mi cabeza? Sí, imaginaba las cosas. Y un día sí que le dije. 'Oye. Mmm. No sé si para mí me viene guay el saberlo, o el no saberlo, porque me hace pensar que está pasando, ¿sabes? Y al no saber lo que está pasando pues me hace imaginar. Yo qué sé que puede pasar.' Ella también es. Ella estudia documental y curra. Pues a lo mejor curra editando una película porno. A lo mejor curra grabando un festi. Mmm, erótico, cosas. Así que todo el mundo expresamente a follar. (…) El hecho de imaginármelo y decir 'joder, va a pasar'. Y entonces era como que al no saber nunca si pasaba, si no y cuando iba una cosa así era como pues ahora va a pasar y la semana de antes que yo estuve un miércoles agobiado, sintiendo celos y tal y cual. Le dije: 'estoy celoso. No sé por qué'. '¿Por qué? ¿qué pasa?' 'Pero estoy como celoso. Pero celoso.' '¿Por qué?' Dije: 'no, por el por el festi este que te vas a grabar. Pues quería decirte eso. Que estoy celoso.' Era como. 'Vale, pero. Pero estás tranquilo. ¿Estás bien? ¿Qué pasa?' Y era como si nada. Eso que sentía celos. Y en mi puta vida a nadie le había contado. Yo había sido incapaz de decir. Estoy celoso de. Del tipo este y vamos. (..) Me genera más calma esto que lo de [vínculo anterior con el que se contaba todo]. Dentro de que yo pensaba que estaba calmado por lo de [vínculo anterior].
>
> Carlos, 25-29, bisexual, en relación abierta.

Este entrevistado se muestra ambivalente ante los acuerdos que tiene con su pareja y los celos que ello le puedan producir: por un lado, muestra que su norma de "no saber", le hace en muchas ocasiones "imaginarse" cosas que no tienen por qué ocurrir. Sin embargo, también indica que el no saberlo por un lado le genera calma. Quizá una de las cuestiones

que emerjan con más claridad de este extracto sea la referencia del entrevistado al hecho de que "antes" nunca se hubiera "atrevido" a afirmar que se sentía celoso: la autonomía desde la que se construye la masculinidad y el distanciamiento respecto de la vulnerabilidad (Connell, 1995/2015; García, 2010) se rompen en un contexto en el que se aceptan las emociones y se comunica sobre ellas. El distanciamiento masculino respecto de los celos (Rodríguez Salazar, 2022) se rompe, pero esa ruptura no viene asociada a una transgresión de las normas o un incumplimiento de las mismas, ni trae consigo la ira o el enfado, sino a un malestar que no busca explicaciones ni la corrección del comportamiento ajeno, más que la declaración misma de cómo uno se siente. Este es otro aspecto que nos puede mostrar algunos cambios en los preceptos de la masculinidad hegemónica tras la experiencia en relaciones NMC (Castro, 2021).

Si bien los celos son un elemento que llama la atención de manera regular sobre las NMC, y quizá una de las cuestiones que más asusten o generen inseguridad en aquellas personas que desearían "probar" estas formas de vincularse pero que no se atreven, observamos que la experiencia de estos entrevistados muestra una manera de aterrizar estas emociones que se puede dar de diferentes maneras. Sea mediante la reflexión individual y el "bajarlo a tierra" o sea mediante la comunicación con la pareja, los celos dejan de ser un malestar constante que obstruye el desarrollo de la relación. En el epígrafe dedicado a la genealogía de las NMC, cuando se apreciaba como una necesidad política por parte de activistas feministas el construir relaciones no-monógamas, los celos surgían como una problemática regular que podía generar malestares hasta tal punto que algunas personas preferían optar por dejar de lado los modelos no-monógamos. Quizá los celos en sí no fueran la problemática de fondo en estas tensiones mencionadas, pero sí los aspectos o resultados más apreciables: sentir las NMC como una obligación que quizá choque con los deseos propios fuera quizá la cuestión de fondo en algunas de estas realidades. Por otro lado, los celos no son situaciones exclusivas de las relaciones sexoafectivas, ya se ha mencionado que también surgen en otros ámbitos, como en las relaciones familiares o entre amistades; sin embargo, puede que la jerarquización de los vínculos, donde la formulación de la pareja se sitúa en la cúspide de esta jerarquía (Vasallo, 2018), haga que los celos que acontecen en el ámbito de la pareja adquieran un mayor protagonismo y que se les otorgue una mayor importancia, así como una menor predisposición a su aparición.

Los celos, de este modo, parecen acrecentarse si una persona sigue comprometida con la preferencia monógama y se ve obligada -por autoconvicción u obligación ajena- a aceptar modelos NMC. Esto, sin embargo, no imposibilita la probabilidad de que los celos sigan apareciendo: en las relaciones de pareja con exclusividad sexual también surgen celos de manera regular, pero quizá lo difícil sea el poder reconocerlo abiertamente. Parte de la promulgación de los valores igualitarios en las relaciones sexoafectivas ha sido la repetición de la idea de que los celos son algo nocivo, síntoma de control, apropiación o baja autoestima, discursos que he escuchado regularmente en talleres sobre amor romántico y en entornos feministas. Puede que parte del distanciamiento respecto de los celos tenga que ver con cumplir con ese ideal igualitario, que también está presente en las NMC. Ello no quiere decir que los celos no hayan funcionado para justificar la mononormatividad, el amor romántico y las asimetrías y desigualdades en el seno de las parejas, hecho que también es una realidad constatable (Rodríguez Salazar, 2022). En cualquier caso, esto nos muestra las idas y venidas de una emoción que se inscribe en entramados sociales y afectivos concretos, y que evidencia las definiciones sociales de los rasgos apropiados e inapropiados para esta emoción, así como la facilidad o dificultad para su reconocimiento en situaciones determinadas.

5.3.4 Los acuerdos sobre la monogamia también fuera de las NMC

> "Supongo que como como fue una experiencia bonita y muy útil para mí a nivel a muchos niveles ¿eh? Sí, volvería a intentarlo porque yo creo que para mí refleja mejor lo que me gustaría tener a nivel afectivo con una persona. Pero es verdad que. Y por eso supongo que sigo intentando mejorar muchas partes de mi forma de ser. Y así es, porque creo que si tuviera una relación abierta [de nuevo] tendría que hacerlo mejor que, he hecho en las anteriores ¿no? Pero bueno, eso es cuestión también de, bueno, de crecimiento personal y de lo que siempre vas a fallar en alguna cosa. Simplemente, pues oye, pues aprender de las cosas que no hiciste bien y ya está, ¿no? Pero bueno, en general sería esa la opinión, que no es lo que te digo ahora mismo no tendría ni una ni otra, pero por eso supongo que intento tener relaciones en las que conozco poco a poco a una persona y, y luego pues ya se ve, ¿no? Es un poco esto lo que pasó con [novia actual], ¿no? De poco a poco, a ver qué pasa y, y ya está. Y luego pues ya ves que pasaba bastante tiempo y bueno, pues ya pasan cosas. Pero sí, era un poco esta la perspectiva. (…) También es verdad que, en cierto momento,

> aunque tú vayas conociendo a una persona, llega un momento en el que. Pues eso es, aparece una cláusula del contrato, como hablábamos antes, ¿no? En este caso pues te acuestas con tal persona, no te acuestas con tal persona o. O yo qué sé, alguna cosa de este tipo".
>
> Gabriel, 25-29, heterosexual en relación cerrada

Este entrevistado, que anteriormente había tenido una relación abierta durante varios años, recuerda la experiencia como bonita y enriquecedora, a pesar de que reconoce la necesidad de hacer en el futuro las cosas "mejor", independientemente del tipo de relación que se tenga. En su reflexión habla de la importancia de construir las relaciones de a poco, para saber hacia dónde se dirigen y las maneras en las que se desea construir. Por ejemplo, su relación actual es cerrada, pero hubo de haber una conversación al respecto: se establecieron los términos de la relación y se acordó que fuera de esa manera. En el trabajo de Amaia Aguirre Miguélez (2014), los acuerdos sobre la exclusividad sexual en las relaciones sexoafectivas a la hora de "formalizarlas" -en una suerte de acto performativo que establece el "somos novios", cambiando el estatus de una relación a una de noviazgo-, las parejas heterosexuales no tendían a definir este tipo de acuerdos, esto es, había una ausencia de conversaciones sobre la exclusividad sexual, donde en la mayoría de los casos se daba por sentada. En mi TFM (Olasagasti Cases, 2019) también recogía experiencias de jóvenes heterosexuales que, al formalizar una relación y decir "somos novios" la monogamia se daba por sentada. Sin embargo, ello no sería, de acuerdo con el trabajo de Amaia Agirre Miguélez (2014) el caso de las parejas LGBT, donde estas conversaciones sí se daban. El entrevistado del último extracto, sin embargo, declara que "llega un momento en el que" se tienen dichas conversaciones.

La desestigmatización del sexo fuera del entorno de la pareja como elemento separado del amor, y la manera de adentrarse en relaciones sexoafectivas en muchas ocasiones a partir de situaciones "casuales" o no definidas (Castrillo Bustamante, 2016) muestra que, quizá de manera creciente, puedan darse conversaciones sobre los términos de la exclusividad sexual de un vínculo concreto. Más allá que por mera difusión de las NMC -que también- pero también debido al hecho de la posibilidad de que las personas que comienzan a mantener una vinculación sexoafectiva tengan otras con terceras personas. Si bien, en la mayoría de los casos, las relaciones de pareja de algún modo "formales", nombradas como tal, siguen siendo monógamas (40dB, 2022), a la hora de formalizarlas se sigue recurriendo en muchos casos a

fórmulas, más directas o más indirectas, sobre el componente relativo a la exclusividad sexual: desde referencias a terceros elementos -*voy a borrarme Tinder*- a peticiones explícitas -*me gustaría que dejáramos de vernos con otras personas*- o incluso conversaciones que plantean directamente los modos en los que se formaliza una relación -*si somos pareja preferiría tener una relación abierta*-. Además, la propia reflexividad del terreno sexoafectivo en la actualidad y las posibilidades de una sexualidad más plástica (Giddens, 1995) permite tener conversaciones a lo largo de la pareja sobre la propia naturaleza de esta: en muchas ocasiones, las decisiones de abrir una relación, o transitar hacia la no-monogamia, vienen desde el seno de una relación donde previamente había exclusividad sexual. De esta manera podemos apreciar los modos en los que, no solo al inicio de las relaciones, sino a lo largo de ellas, es posible negociar y renegociar sus términos, y puede que de una manera creciente en contextos donde se visibilicen modelos relacionales diferentes de la exclusividad sexual.

Los límites de la exclusividad sexual, además, pueden ser variados. El trabajo de Frank y Delamater (2010), por ejemplo, establecía que las definiciones que se daban a la ruptura de la exclusividad sexual también eran variadas para según qué personas: el sexo con otras personas, el darse un beso, el tonteo, el cibersexo, las fantasías sexuales con terceras personas, o el visionado de pornografía, entre otros, eran todos elementos que para algunas personas comportaban una suerte de ruptura de los límites establecidos y para otras no, y no siempre se tenían acuerdos al respecto, lo cual podía derivar en conflictos o en conversaciones. En el sondeo para el diario El País de 40db "Los españoles ante el amor" (40dB, 2022), de las personas que se adscribían a la monogamia como modelo óptimo de relación, el 80% declaraban que tener sexo con terceras personas era infidelidad, lo cual implicaba que un 20% no lo apreciaba como tal. La seducción de terceras personas con contacto físico (50%), los sentimientos amorosos sin sexo (40%), el coqueteo (28%) y mirar a personas atractivas (6%) también se apreciaban como infidelidad por algunos de los encuestados, donde a mayor edad, había un relajamiento y una inferior definición de todas las prácticas mencionadas como infidelidad (40dB, 2022). Esta cuestión relativa a la edad, por ejemplo, puede sorprender respecto de los datos del CIS donde las personas más jóvenes tendían a reconocer en mayor medida las posibilidades de los afectos o la sexualidad plural en el seno de las parejas (CIS, 2023). Puede ser, que a medida que se reconocen modelos diferentes de la monogamia, la interpretación de la infidelidad se aprecie más estricta fuera de los términos de la NMC; o puede ser que, a medida que se tiene más edad y, por tanto, más experiencia, cuestiones relativas a la definición del adulterio, o sus consecuencias, se aprecien menos problemáticas.

5.4 El género y la sexualidad en el contexto de la ruptura de la exclusividad sexual

Los modelos NMC en tanto que ruptura -por parcial y pequeña que sea en algunos casos- con la idea de la exclusividad sexual asociada a la pareja, y en su propia genealogía que se inscribe también dentro de movimientos LGTBIQ+ y feministas, plantea en muchas ocasiones esquemas en los que se hacen visibles y se pueden señalar las estructuras relativas a la reproducción de los roles y mandatos de género y a la heteronormatividad. Tal y como se ha dicho en el epígrafe anterior, en estos modelos los preceptos de la masculinidad hegemónica pueden verse señalados y contestados (Castro, 2021), así como los de la feminidad, que supeditan el deseo sexual femenino al masculino, y que aplican una doble moral a la sexualidad femenina. Además, plantean la puesta en marcha, a pesar de los estigmas, de la visibilidad de modelos que ponen en cuestión la supuesta naturaleza (Fisher, 2007) de la monogamia como del amor romántico.

Por otro lado, las NMC, en tanto que modelos que se salen de la monosexualidad, planteando lo plural como posible, también ponen en cuestión modelos identitarios. Este es el caso, por ejemplo, de la bisexualidad, recurrente en modelos no-monógamos (Klesse, 2007; Klesse, 2018; Gusmano, 2018; Scoats, 2018), debido a la propia apertura y ruptura de la monosexualidad en el sentido de la exclusividad, lleva a reflexiones y a experiencias que rompen también con la monosexualidad de la orientación sexual (Gusmano, 2018). Si bien la comunidad gay, en tanto que grupo identitario y cultural, en sus prácticas más diversas y sociosexualidad menos restringida, tiende también una gran adscripción por modelos NMC (Levine et al., 2018), muchas personas fuera de la comunidad gay en entornos NMC tienden en ocasiones hacia una apertura de su orientación sexual hacia la bisexualidad. En el caso de los entrevistados varones que tenían parejas mujeres, sus parejas eran bisexuales; uno de ellos se definía como bisexual "con miedo" y el otro, a pesar de nombrarse heterosexual, reconocía que tenía dudas sobre su definición. Otras de las entrevistadas para este trabajo identificadas como bisexuales, si bien no tenían relaciones abiertas en el momento de la entrevista, o bien habían transitado por ellas en su pasado o bien mostraban interés hacia las mismas. Más allá de la idea de definirse de una u otra manera de manera obligatoria, lo que resulta interesante es que hay una continuidad entre la puesta en cuestión del modelo de la monogamia y la puesta en cuestión de lo estanco de las orientaciones sexuales monosexuales, más aún en un

momento donde las identidades lesbianas y gays adquieren mayor aceptación, pero donde la bisexualidad sigue viéndose señalada y estigmatizada por su identificación con la inestabilidad (Coll, 2021). Además, la estigmatización de la bisexualidad como "promiscua" entra en contacto con otro de los grandes estigmas asociados a las NMC.

Los datos secundarios recogidos de diversas encuestas, además, corroboran en cierta medida la apertura sexual hacia planteamientos que cuestionan la exclusividad sexual, aunque sea a nivel de aceptación y reconocimiento: el acuerdo con la posibilidad de que las personas puedan tener más de una relación sexoafectiva, o que una pareja pueda acordar abrir su plano sexual, por más del 50% de la población en los grupos de edad de hasta 54 y 44 años respectivamente (CIS, 2023) es muestra de ello. El hecho de que la monogamia no sea el único modelo de adscripción como relación deseada -aunque sí el modelo más deseado- por las poblaciones juveniles (Sanmartín et al. 2023), y el decalaje entre el tipo de relación deseada y la relación que se tiene muestra también cierto interés por modelos como las NMC (40dB, 2022); por último, el dato relativo a que aproximadamente el 5% de la población practica algún tipo de NMC (40dB, 2022), porcentaje aproximado, por ejemplo, al caso de los Estados Unidos (Scoats y Campbell, 2022), y que no tiene en cuenta modelos relacionales "ambiguos" que no practican la exclusividad sexual pero que no tienden a definirse como relaciones de pareja, precisamente porque escapan de las definiciones preconcebidas de cómo debe ser una relación sexoafectiva dada.

Desde una perspectiva de género, los datos secundarios de los estudios mencionados muestran un mayor interés por los modelos fuera de la monogamia -incluido el sexo casual o las relaciones no definidas- por parte de los hombres (Sanmartín et al. 2023; 40dB, 2022; Yougov, 2022), y que se corrobora también en otros trabajos al respecto (Scoats y Campbell, 2022). Esto entra en línea con los mandatos de género que asocian a la masculinidad la actividad sexual y la promiscuidad y a las mujeres el amor romántico y cierta contención sexual. Sorprendentemente, como ya he dicho anteriormente en este capítulo, esto entra en contradicción con los relatos de las personas a las que he entrevistado y también con mis vivencias y las de mi entorno en lo que respecta a las no-monogamias. Aunque también cabe mencionar la posibilidad de que una parte de esa población de varones que parecen preferir NMC sean varones gays y bisexuales -más propensos a construir NMC (Levine et al., 2018)-, aunque no son poblaciones suficientemente grandes como para generar las grandes diferencias de preferencia apreciadas en las estadísticas.

Puede ser, por un lado, que en los estudios que he citado, se muestre una mayor adscripción por las NMC por parte de los varones, pero otra cuestión es lo que pudiera ocurrir a un nivel ordinario en las experiencias sexoafectivas. Las explicaciones pueden ser múltiples: desde un "sesgo masculino" a la hora de declarar preferir estas vinculaciones que tiene que ver con la valoración positiva que se hace de la sexualidad; una preferencia por unos modelos que no se declaran a la hora de construir relaciones sexoafectivas[144], quizá por miedo a que estas preferencias sean mal recibidas; o, que en los casos de algunas personas entrevistadas -y mi propio entorno- estén caracterizados por ser entornos más progresistas y LGTBIQ+ donde las mujeres bisexuales podrían tener más interés por modelos relacionales no-monógamos (Gusmano, 2018; Levine et al., 2018). Otra respuesta plausible podría ser que esta mayor adscripción no-monógama por parte de los hombres recogida en las estadísticas mencionadas, en ocasiones sea solventada no formalizando relaciones, en una ausencia de exclusividad sexual que permiten formulaciones como las *situationships* o los amigos con derechos o, incluso, en última instancia, mediante el adulterio, donde las estadísticas parecen mostrar mayores tasas de adulterio de los varones respecto de las mujeres en el caso de España (Yougov, 2022)[145].

Los marcados resultados en las diferencias entre hombres y mujeres en los estudios mencionados, responden, en cualquier caso, a asimetrías en el terreno del género, tanto en la socialización respecto de la sexualidad como a las propias expectativas y vivencias de cada grupo. Los señalamientos que se hacen de modelos no-monógamos como cuestión nociva, desde algunas feminidades e incluso desde algunos sectores proclamados feministas -en los sectores más anti-sexo-, y que son comunes en las redes sociales -tildándolos de falta de respeto, de utilización de las mujeres, etc.-, no son nuevos: como se vio en el segundo capítulo de este trabajo, tras la segunda ola feminista, también hubo señalamientos a las propuestas de apertura sexual tildándolos de peligro para las mujeres (Vance, 1984/1989). Sin embargo, la reproducción de mitos sobre la necesidad de pureza de las mujeres, así como la visión de la sexualidad como nociva y peligrosa, si bien en parte puesta en cuestión en

[144] Uno de mis entrevistados declaraba preferir las relaciones no-monógamas y su anterior relación fue así a raíz de la propuesta de su novia de entonces; sin embargo, al comenzar con su nueva pareja, nunca llegó a tener una conversación sobre estas preferencias, simplemente la conversación giró en torno a dejar de acostarse con otras personas y denominarse "novios".

[145] Según el estudio realizado por la empresa de estudios de mercado Yougov (2022) para Gleeden -web de contacto para relaciones extraconyugales que en la actualidad está transitando hacia la visibilidad de las no-monogamias-, un 46% de los hombres en España habría declarado ser infiel al menos una vez en su vida, frente a un 31% de mujeres. Sin embargo, también ha de tenerse en cuenta que los señalamientos que podrían enfrentar la mujeres -más severos que ellos- por estos motivos, podría hacer que las mujeres declararan en menor medida experiencias adúlteras.

contextos posfeministas donde la sexualidad se aprecia como positiva, aunque siempre supeditada a la aparición de un amor monógamo como promesa de felicidad (Gill y Herdieckerhoff, 2006;Gill, 2016 McRobbie, 1998; McRobbie, 2010), se renuevan: como se ha visto en el epígrafe dedicado al *coaching*, parte de los mensajes que recetan las "guías" para buscar el amor a las mujeres tienen que ver con una contención sexual. La sexualidad, de este modo, en la actualidad no se aprecia negativa ni pecaminosa, pero ha de darse en el contexto del "amor" o los afectos y la "conexión" desde estas visiones. Además, las asimetrías de género y el marcaje de la autonomía masculina (Castrillo Bustamante, 2018) en muchas ocasiones implican experiencias para las mujeres que no son positivas en el plano sexoafectivo, lo cual puede hacerlas distanciarse más de la idea de modelos de sexualidad más abiertos que el contexto de la relación monógama. Las diferencias apreciadas desde una perspectiva de género nos muestran configuraciones y expectativas diferentes, que pueden generar -y generan- choques entre hombres y mujeres y una serie de malestares en no pocas ocasiones.

5.5 De la teoría a la práctica y de la Red a los espacios físicos

Hace unos meses -escribo esto en 2024-, un colectivo[146] de una ciudad española, no mixto de "personas trans, no binarias o en cuestionamiento" comenzó a organizar una serie de fiestas en un CSO -Centro Social Okupado- de su ciudad. Así decían en su promoción en una publicación de Instagram:

> "seguimos hasta la genitalidad de que se nos sigan negando los espacios de deseo, por ello, volvemos a organizar la fiesta autogestionada más caliente de la ciudad. (…) contaremos con shows drag, bingo travesti, pinchadas y cuarto oscuro. Además, en esta ocasión podréis disfrutar en la segunda planta de un mercadillo de artistas y artesanes centrades en productos y prendas kinky y BDSM".

Esta fiesta organizada por este colectivo buscaba precisamente también el disfrute de la libertad sexual y un espacio para la sexualidad desatada, que fuera al mismo tiempo seguro. Generalmente, una manera de generar espacios seguros cuando hay minorías subalternas susceptibles de sufrir peligros externos -agresiones, acoso, señalamientos, etc.- es la generación de espacios no-mixtos. No por generar un espacio no-mixto automáticamente un espacio o entorno se vuelve seguro -por ejemplo, pueden venir otros peligros o dinámicas

[146] Por una cuestión de protección de dicho colectivo y a las personas que lo componen, estimo conveniente no difundir su nombre.

negativas desde dentro del propio entorno-, pero es una manera de establecer cortafuegos ante posibles situaciones que pongan en peligro a personas vulnerables.

Por ejemplo, en el entorno de los feminismos y de los activismos queer, muchas veces he asistido a espacios no-mixtos donde, por ejemplo, solo se aceptaba la presencia de mujeres para no estar expuestas a la violencia masculina. Sin embargo, se generaba la duda ¿quiénes son las mujeres? Las personas transexcluyentes no aceptarían a ninguna mujer que no fuera cis. En segundo lugar, también se generaban otras preguntas: ¿las personas no-binarias? ¿las masculinidades femeninas? ¿las feminidades masculinas? En los últimos años, cada vez más he visto que este tipo de espacios definían lo no-mixto como todas las personas que no fueran hombres cis-heterosexuales. El debate, sin embargo, no tenía fin, porque entraba, por un lado, una cuestión de clase, y por otro, una cuestión de raza, que en último lugar apelaba a una cuestión de interseccionalidad. "¿Tiene un hombre cis-heterosexual de clase obrera más privilegios o comporta más peligros que una persona queer de clase alta?, ¿estamos generando espacios que excluyen a personas migrantes o racializadas? ¿qué somos y qué espacios deseamos generar?"

En esa lógica, el colectivo que comenzó a organizar estas fiestas para la práctica lúdica de una sexualidad libre y desatada, rompiendo con la heteronorma y la mononorma, sacó un comunicado respecto de las decisiones sobre la configuración de lo no-mixto en estas fiestas:

> "La [nombre de la fiesta] es un espacio kinky y de disfrute, lujuria y perversión hecho por disidencias y para disidencias. Pero, ¿a qué nos referimos cuando hablamos de disidencias? Desde [nombre del colectivo] queremos darle una vuelta a esta palabra para comenzar a entender a las personas atravesadas por uno o varios ejes de opresión, dominación o explotación. Por ello, entendemos que la [nombre de la fiesta] debe ser un espacio para personas de clase trabajadora, precarizadas, racializadas, discas, lokes, gordes, migras y/o psiquiatrizadas, independientemente de cómo definan su identidad y de cómo desarrollen, o no, su vida sexual. Creemos que esto debe ser así por motivos totalmente políticos: ser personas kuir no nos exime de poder ejercer violencias sobre otres, al igual que los espacios no mixtos únicamente aumentan la hipervigilancia y refuerzan la rigidez y el hermetismo de las categorías identitarias. De la misma forma, queremos que el germen transmaribibollero infecte a las personas más cercanas a la cisheteronorma para que se den cuenta de lo chulísimo, y político, que es vivir más allá del sistema binario cisheterocentrado. Queremos desconfigurar las lógicas binarias cis/trans y hetero/homo para que el

deseo disidente se expanda apuntando hacia un claro objetivo: destruir la cisheteronormatividad colonial y capitalista.

Erótica trans: La [nombre de la fiesta] nació con la idea de explorar, mostrar, expandir y disfrutar de nuestra erótica, es decir, de la erótica trans. Queremos que ese disfrute no únicamente pueda darse entre cuerpos trans, sino que también ocurra con otro tipo de corporalidades. También queremos erotizar y ser erotizades por personas cis, queremos mostrar nuestras vidas y cuerpas como totalmente vivibles y deseables.

Cuidados: Entendemos que la decisión que hemos tomado en relación a la mixtura puede producir inseguridad a algunas personas. Por ello, hemos decidido reforzar los cuidados y redactar un protocolo que nos ayude a abordar toda una posible situación. Para poder desarrollar la cuestión de los cuidados de forma más detallada, publicaremos otro post dedicado exclusivamente a ello.

Cuarto Oscuro: Como en la última [fiesta], en esta ocasión también contaremos con cuarto oscuro. Éste estará perfectamente señalizado y en la puerta podréis encontrar condones, lubricantes, barreras y corta uñas. Pide siempre permiso, comunícate, y no des por hecho nada. Si sufres cualquier situación incómoda o violenta, o cualquier tipo de agresión dentro del cuarto oscuro, no dudes en comunicárselo a les compañeres de cuidados.

Semáforo: Al igual que en el anterior evento, esta vez también jugaremos al semáforo. Al entrar en la [espacio] podréis encontrar las pegatinas. El código es:

-Rojo: no quiero nada

-Amarillo: no tengo claro si quiero tema con alguien

-Verde: si me apetece tener tema con alguien(es)

RECUERDA: el color verde nunca significará un sí a todo, pregunta siempre y asegúrate de que la persona está dando su consentimiento

A todas las cuerpas insumisas que tengan ganas de pervertir, mover el culo, mamarrachear, cuidar(se) y disfrutar(se)

¡Vente a la [nombre de la fiesta] el [día] y de-generate con nosotres!"

Este colectivo plantea lógicas rupturistas incluso dentro de las propias dinámicas que se dan en los espacios que intentan plantearse como seguros, pues tal y como indican, a veces se generan lógicas de hipervigilancia. Cada vez más, en espacios contestatarios transfeministas, queer, anarquistas y libertarios -o en la amalgama de ellos- resuena "que le jodan a la policía significa que dejemos de comportarnos como polis unes sobre otres", una frase que viene de la activista y autora de fanzines Clementine Morrigan. "Fuck the Police Means We Don't Act Like Cops to Each Other" (Morrigan, 2020) es un fanzine que reúne diferentes textos sobre libertad, en contra de la llamada cultura de la cancelación, y que aboga por prácticas libertarias, incluidas las NMC. La vivencia de la sexualidad no-normativa, de esta manera, se dota de un espacio físico para el despliegue de la sexualidad, y al mismo tiempo plantea la necesidad de construir espacios abiertos, desde una perspectiva interseccional, que permita la inclusión de nuevas personas las cuales quizá no accederían a este tipo de lugares por otros medios. Todo ello, atendiendo también a cuestiones como la seguridad y planteando estrategias para el cuidado que no excluyan a personas desde el inicio.

En septiembre de 2023, el espacio de igualdad de mi barrio junto con una de las asociaciones organizó una charla titulada "Poliamor y relaciones abiertas: desde el buen trato". Dada la gran cantidad de gente que se apuntó al taller -había que hacerlo previamente-, el taller se trasladó al local de la asociación de vecinos. Mi barrio es un lugar empobrecido, de clase trabajadora, con mucha presencia migrante (entre el 20 y el 25% de personas extranjeras según datos del Ayuntamiento de Madrid, sin tener en cuenta los datos de las personas nacionalizadas) y muchos niños y adolescentes. Cuando asistí al taller, por un lado, me sorprendió la gran blanquitud de la gente que se acercó -yo misma incluida-. Seríamos unas 30 o 40 personas. El perfil de los asistentes era, por un lado, mujeres de entre 50 y 60 años activas en el espacio de igualdad y en la asociación de vecinos; algunos jóvenes en sus veinte y en sus treinta en pareja o con amigos; y, por último, con gran diferencia la mayoría, muchísimos adolescentes y posadolescentes -hasta los 20 más o menos- del barrio. Las pocas personas racializadas que había comprendían este grupo de jóvenes, aunque ni de lejos este grupo de jóvenes representaba a la mayoría de los jóvenes del barrio.

La dinamizadora del taller era una joven psicóloga que se había hecho algo conocida en Instagram precisamente a la hora de divulgar sobre NMC -yo que llevo años siguiendo cuentas sobre esta temática no la conocía, por ejemplo-, y la habían invitado a dar una charla introductoria sobre estos modelos relacionales y a responder preguntas del público. En su charla, habló de amor romántico y mononormatividad, de la importancia de la comunicación en pareja y de los acuerdos. El debate fue divertido, y mucha gente preguntaba cosas como,

"pero ¿cómo se hace? ¿abro la relación y ya? ¿qué tipo de acuerdos habría que poner?" La dinamizadora hizo lo que pudo porque eran respuestas difíciles de responder. Recomendaba leer libros, ir probando poco a poco, tener una comunicación abierta y honesta.

Si bien en los asistentes a la charla no estaba representada la interseccionalidad y pluralidad de lo que caracteriza mi barrio, me hizo ilusión el hecho de que personas -y especialmente jóvenes- de barrios obreros estuvieran muy interesadas sobre estas temáticas, y que además se hablara de ellas en espacios en los que colaboraban instituciones públicas y asociaciones de barrio, y no, como solía ser la tónica, en lugares mucho más politizados como los Centros Sociales Okupados, también necesarios, pero a los que no accede mucha población. Además, de la charla salió la formación de un grupo -que se estaba planteando previamente- de jóvenes LGTBIQ+ del barrio, para lo que se hizo una lista de correo y se programaron quedadas mensuales.

Es complejo poder acceder a todos los lugares y difundir herramientas para que las personas puedan construir sus vínculos y relaciones del modo que desean. En cualquier caso, tal y como las estadísticas muestran (CIS, 2023, Sanmartín et al., 2023; 40dB, 2022) hay un conocimiento de los modelos alternativos de la monogamia, así como una aceptación creciente de los mismos. La presencia cada vez mayor de modelos diferentes de la monogamia en los productos culturales del espacio mediático y la difusión de ideas sobre sexualidad alternativa a raíz de la cuarta ola feminista en redes sociales (Day y Wray, 2018), también muestra precisamente esa toma del espacio público por parte de elementos antes -y todavía en ocasiones- relegados a la intimidad y la vida privada, y puede que sean lugar de entrada para personas que no pueden acceder a la información y representación de estos modelos en otros lugares como las universidades o algunos grupos activistas. Estos intereses, en última instancia, se trasladan también a geografías concretas, y suponen lugares de puesta en común, así como la generación de nuevas comunidades también físicas -como la creación del grupo de jóvenes LGTBIQ+ del barrio-.

Para ello, se vuelve también necesario dotarse, más allá de las posibilidades que ofrece la Red a la hora de conectar, de lugares físicos que permiten otros modos de sociabilidad, espacios -como las asociaciones o los centros sociales (okupados o públicos)- que generan lugares comunes y el reconocimiento en las personas de alrededor. El activismo LGTBIQ+ y las sexualidades diversas siguen siendo activos en espacios físicos, a pesar de tener que enfrentar en muchas ocasiones cierta gentrificación, como ha ocurrido con los lugares clásicos de encuentro y reunión en algunos barrios de grandes ciudades -véase el caso de Chueca y de

Lavapiés en Madrid-. Por ello, el poder seguir construyendo estos espacios y comunidades supone, no solo enfrentarse a las dinámicas que se imponen desde los vaivenes del mercado inmobiliario y el capitalismo, sino la posibilidad de difundir prácticas y realidades no-normativas en -y de vuelta a- lugares no regulados por una lógica comercial.

5.6 Síntesis del capítulo

A lo largo de este capítulo se ha podido realizar una aproximación a las no-monogamias consensuadas (NMC), término paraguas utilizado para denominar diferentes formulaciones sexoafectivas que rompen con la exclusividad sexual y/o afectiva en el marco de las relaciones. Como se ha visto, esta pluralidad de modelos puede oscilar desde parejas que realizan intercambios sexuales con otras parejas o *swinging*; relaciones de pareja abiertas solo en el ámbito sexual o en el plano sexual y afectivo a terceras personas; o redes afectivas que escapan de la formulación de la pareja, de maneras no jerárquicas, como puede ocurrir en algunas polículas poliamorosas, o las personas que practican la anarquía relacional.

Si bien se pueden identificar prácticas y propuestas no-monógamas en algunos entornos culturales, artísticos y políticos desde inicios del siglo XX, o incluso su práctica en entornos o comunidades no-heterosexuales -fuera de la heteronormatividad y la mononormatividad-, las NMC comienzan a adquirir cierta relevancia o visibilidad a partir de las últimas décadas del siglo XX: la promulgación del amor libre desde los movimientos *hippies*/neopaganos y algunos contraculturales, así como a partir de ciertos sectores de corte activista y progresista, la práctica de los intercambios de parejas en las clases medias a partir de la revolución sexual, los movimientos en torno al BDSM y la sexualidad *kink* y entornos LGTBIQ+. A partir de los años 90' del siglo XX será que comience a realizarse una sistematización de las formulaciones sexoafectivas sin exclusividad sexual y afectiva, hablando en términos de poliamor o de no-monogamias y refiriéndose a la importancia del componente ético en estas vinculaciones. Con un activismo muy cercano a los movimientos LGTBIQ+ y algunos sectores feministas *pro-sex*, se ha ido generando un corpus teórico, la creación de guías y una difusión de estos modelos que ha adquirido cierta relevancia, primero de manera interna a ciertos movimientos y activismos -también en contacto con los entornos académicos- y, posteriormente, al público más general; especialmente a partir de la década de los 2010 en el contexto de la cuarta ola feminista, con una mayor presencia mediática y difusión de estos modelos en redes sociales por parte de activistas, sexólogos, terapeutas y *coach*. Series,

películas, libros, artículos de revistas, son espacios mediáticos en los que se han representado vinculaciones no-monógamas; en ocasiones, algunas series y películas realizan este trabajo de representación desde una visión ampliamente heterosexual, blanca, de clase media, y estereotipada, especialmente aquellos productos más comerciales como algunas *sitcoms* y películas que se dirigen a un público general. Sin embargo, también es posible encontrar representaciones más complejas que relatan estas vivencias -sin por ello dejar de lado formatos como la comedia, por ejemplo-, y donde destacan la representación de experiencias LGTBIQ+ y de las mujeres en primera persona en el ámbito de las NMC, y que en muchas ocasiones son productos creados por personas que pertenecen a estos colectivos.

También se ha atendido, a partir de datos secundarios, a cómo los modelos NMC en el caso de España parecen ser practicados aproximadamente por el 5% de la población que declara tener una relación; y otra apreciación importante es la estrecha relación existente entre las prácticas no-monógamas y el mundo LGTBIQ+, especialmente en el caso de las personas bisexuales y los varones gays. Los datos, por otro lado, también ofrecen que son modelos relacionales deseados por más personas de las que los practican, especialmente en el caso de los varones, lo cual podría corresponderse con los preceptos de la masculinidad relativos a una visión positiva de la sexualidad en el caso de ellos, así como la incentivación de su autonomía.

En cuanto a las experiencias de las personas en relaciones NMC recogidas, destacan cuestiones como el estigma, aspecto que se deriva de transgredir una norma social como la exclusividad sexual en el seno de la pareja. A pesar de que estudios muestren una mayor aceptación de las NMC a nivel social en nuestro contexto -de manera destacada en sectores más jóvenes, urbanos y con mayor nivel educativo-, los señalamientos y reacciones ante este tipo de relaciones siguen operando de acuerdo con las personas entrevistadas. Esto lleva, por un lado, a relegar este tipo de vinculaciones al ámbito de lo secreto, lo no-dicho, sea en todos los ámbitos de la vida, o en ámbitos concretos, como espacios familiares, el trabajo o ciertas amistades. Los varones en muchas ocasiones se enfrentan a los señalamientos de sus pares varones, pudiendo ser tachados de *cornudos* y ridiculizados, muestra de cómo compite la masculinidad por el estatus. En el caso de ellas, los señalamientos pueden venir dados en forma de reprimendas, de manera derivada de lo considerado adecuado en el comportamiento sexual de las mujeres. "*En realidad, no es amor*", "*infidelidades consentidas*", "*faltas de respeto*", etc., son expresiones que denuestan regularmente este tipo de vinculaciones también, y que van al centro de lo considerado adecuado en las relaciones sexoafectivas, en tanto que insertas en un sistema mononormativo.

Las personas entrevistadas también han mostrado, a través de sus experiencias, el trabajo realizado en lo que respecta a los celos, el establecimiento de acuerdos y límites en el seno de las relaciones, y sus maneras de adaptarse a unas realidades fuera de la norma monógama. De manera general, destaca la experiencia y el ensayo y el error como forma de aprendizaje, y la adaptación a las realidades que se van sobreviniendo. Por lo que se ha podido apreciar, el establecimiento de límites más estrictos sobre cómo llevar a cabo la relación -por ejemplo, abrirse solo en el plano sexual, el acordar no contarse nada, la utilización de preservativos o el número de experiencias que se pueden tener con una persona, etc.- en no pocas ocasiones lleva a readaptaciones, y las conversaciones respecto a la reformulación de los límites se vuelven importantes en el seno de las relaciones.

Se puede apreciar que las NMC están adquiriendo cierta visibilidad en el espacio público, donde aumentan las representaciones y el conocimiento sobre este tipo de vinculaciones, así como una progresiva aceptación hacia su existencia, así como un decalaje entre su práctica y la adscripción por este tipo de modelos. Sin embargo, las experiencias de las personas nos muestran que todavía deben enfrentarse a estigmas y señalamientos, dirigidos en gran medida a la transgresión de la norma monógama y al comportamiento sexual inadecuado de acuerdo con el género; si bien la práctica de estos modelos va a la par con los deseos y preferencias de estas personas y los aprecian enriquecedores en su vida.

Conclusiones

Recientemente, cuestión de año y algo, me he ido encontrando en las redes sociales, y de manera concreta en X, la utilización de un concepto de manera regular en algunas publicaciones a modo de tendencia: *monogamia*, o en su defecto, *monogamia o bala*[147]. En ocasiones el uso de estos términos viene seguido de las expresiones *familia* o *romance*. Por lo general, estas palabras acompañan a fotografías de parejas y familias, imágenes de los propios usuarios y usuarias que las suben, o bien de parejas formadas por celebridades que aparecen en actitudes cariñosas y familiares. También en ocasiones son citaciones de otras publicaciones -*retweets*- que buscan censurar la promiscuidad sexual. Por lo que he ido apreciando, además, estas publicaciones que exaltan la monogamia son, en la mayoría de los casos, realizadas por mujeres o por perfiles con esta apariencia[148]. Si bien esta tendencia de recurrir a la palabra monogamia es más o menos nueva, y no sabemos cuánto va a durar -las tendencias nacen y mueren en las redes sociales-, a mí me resulta de interés aproximarme a este hecho para cerrar este trabajo.

Nombrar la monogamia como tal, y recurrir a este nombramiento a modo de reafirmación, es muestra de un concepto que emerge -aunque no sea nuevo- en el espacio público porque puede estar enfrentándose a tensiones. Si la monogamia fuera la única manera de concebir las relaciones sexoafectivas, el recurso a este término a modo de reafirmación probablemente no fuera necesario. La difuminación de los estrictos límites de lo público, lo privado y lo íntimo que se ha ido fraguando desde las últimas décadas del siglo XX ha generado situaciones tales en las que cuestiones íntimas adquieran centralidad en el espacio público. La esfera pública íntima definida por Laurent Berlant (1997), ampliamente hetero- y mononormativa, pone en marcha su maquinaria cuando aparecen nuevas realidades en la esfera pública que ponen en cuestión las normas hegemónicas. Este aspecto, de manera similar, lo encontramos también en las nuevas reafirmaciones de la masculinidad y la feminidad, cuando escuchamos hablar a *coach* y a creadores de contenido sobre cómo "recuperar" o "desarrollar" dichos mandatos, como solución a un supuesto tambaleo de las normas hegemónicas de género modernas. Esta visibilización de la monogamia mediante su

[147] *Monogamia o bala* es una expresión utilizada para reafirmar la monogamia por sobre otro tipo de relaciones sexoafectivas en redes sociales. Anna Pacheco y Andrea Gumes en un episodio de su podcast, *Ciberlocutorio,* dedicado a la anarquía relacional, hablaron precisamente de esta tendencia en las redes sociales. https://open.spotify.com/episode/3UyhLXnEiimFPnGn8cKenq?si=15c0c208014145e3

[148] Cabe mencionar la gran cantidad de *bots* con apariencia de personas reales que hay en X.

reclamo es un síntoma, por tanto, de que algo no está funcionando en su seno, o de que alguna manera, ha podido ser puesta en cuestión.

El objetivo 1 de este trabajo pretendía entender cuál era el papel de la monogamia -y su opuesto, lo promiscuo- con relación a variables como el género, la edad, las divisiones y rupturas entre lo público y lo privado o la orientación sexual. Yo me adelantaré aquí, y tomando como ejemplo el reclamo a la monogamia que en X hacen algunas personas, a decir que **el papel de la monogamia en la actualidad es la continuación de su funcionamiento como sistema**, del mismo modo que lo hace la heterosexualidad, no como meros deseos relacionales o prácticas que surgen individualmente entre las personas. La monogamia es un sistema, además, ambivalente, que desde el inicio muestra una serie de supuestas contradicciones o quiebres, como el derecho de la masculinidad hegemónica a tener una vida sexual paralela a la pareja -si bien no socialmente aceptada, de alguna manera asumida-, o una vida sexual previa al matrimonio que, a nivel normativo, a las mujeres les ha sido negada a lo largo de la modernidad. A lo largo del capítulo 2 de este trabajo he intentado explicar este marco, precisamente para entender cómo los cambios sociales acaecidos en los procesos de individualización de las mujeres, la progresiva aceptación y normalización de orientaciones sexuales no heterosexuales y los cambios en el ámbito la sexualidad, desarrollados a partir de las últimas décadas del siglo XX, han podido incidir o no, en cambios en este sistema y norma monógamos.

La legitimación de la sexualidad fuera del marco de la pareja y de manera ociosa, sin embargo, no consigue romper con el papel de la monogamia como sistema, del mismo modo que tampoco lo hacen en muchas ocasiones otras configuraciones como las no-monogamias consensuadas. La doble moral y señalamientos aplicados a las mujeres y a personas no heterosexuales cuando no cumplen con las normas de una sexualidad correcta son muestra de las correcciones que desde el sistema monógamo -y heteronormativo- se reproducen. La aceptación de cierta promiscuidad se relega a una especie de paréntesis, referida a la experimentación, que en muchas ocasiones tiene que ver con la propia búsqueda de la pareja monógama. De este modo, la edad también tiene una parte importante en este aspecto: la sexualidad promiscua es aceptada a edades jóvenes, o en transiciones entre relaciones estables, subsumida en último lugar a la búsqueda de una relación estable que dote de madurez a la persona. Por ello, a partir de ciertas edades, la soltería femenina y en identidades no heterosexuales se aprecia con cierta sospecha. En lo referido a la masculinidad hegemónica y heterosexual, si bien esta promiscuidad o la soltería misma no llegan a ser censuradas ni señaladas al mismo nivel, también opera cierta inercia social que aprecia como

síntoma de madurez, de devenir adultos, el "sentar la cabeza" llegado un momento mediante la pareja. De hecho, quizá una cuestión interesante es que, al hablar de promiscuidad femenina o de promiscuidad en personas no heterosexuales, los discursos disciplinantes vengan más por la vía de la salud mental o el inadecuado comportamiento: personas promiscuas que se *validan* mediante el sexo, personas que *no se valoran* a sí mismas, personas *hipersexualizadas*. Sin embargo, las referencias a la promiscuidad de varones que cumplen con los preceptos de la masculinidad hegemónica heterosexual van más bien en la línea de una suerte de *chiquilladas* propias de los hombres, de un *no estar preparado para una relación estable,* de la *naturaleza* de ellos.

Estos aspectos, por ejemplo, se han podido identificar en este trabajo de manera destacada en los discursos que desde la manosfera o el *coaching* masculino se hacen tanto de las mujeres solteras -que van a acabar con *vino, prozac y gatos*-, como de aquellas que son promiscuas -*inestables, tóxicas, infieles*-. Al mismo tiempo, también son identificables en las audiencias del *coaching* femenino, con relatos de mujeres que anhelan buscar relaciones estables, o también en las menores motivaciones de las mujeres para utilizar aplicaciones de citas, aparentemente inadecuadas para la búsqueda de la pareja estable según algunos discursos apreciados en foros. Y es que, como se ha visto también en el capítulo 2, el amor romántico -en tanto que correlato de la monogamia- es un atributo dirigido a las mujeres, en su cualidad de cuidado y dependencia, promesa última de la felicidad femenina. En los productos culturales posfeministas dedicados a mujeres, el romance y la monogamia siguen siendo, por excelencia, las promesas últimas de felicidad tras el desarrollo laboral y la experimentación sexual (Gill y Herdieckerhoff, 2006), lo que nos muestra también las maneras en las que se representan las aspiraciones y los anhelos femeninos.

Cuando afirmo que la monogamia funciona como sistema lo que quiero decir es que, precisamente, es desde el marco hetero- y mononormativo que explicamos las diversas realidades sexoafectivas. Por ejemplo, el uso del término *monogamia seriada* para definir las formas de vincularse de las personas que han tenido varias relaciones a lo largo de su vida pero que no han sido al mismo tiempo. O, por otro lado, el cómo se define la monogamia como tal: ¿se basa en la exclusividad sexual? ¿qué tipo de exclusividad sexual? ¿es exclusividad emocional? ¿cuáles son los límites? Como se ha visto en el presente trabajo, las propias definiciones de lo que es la exclusividad sexual -y la exclusividad emocional- pueden ir cambiando también de persona a persona, de pareja a pareja, y dependen también de grupos sociales, hecho que he tratado en el capítulo 5 y donde el trabajo de Katherine Frank y John Delamater (2010) también aporta interesantes perspectivas al respecto.

Por ejemplo, la ausencia de exclusividad sexual en los vínculos sexoafectivos "más casuales" -sexo casual, amistades con las que se mantiene sexo, *situationships* o vínculos de largo plazo sin definición-, no entra en contradicción, a priori, con la norma monógama, precisamente porque se elude la definición misma de estos vínculos como pareja. O no entra en parte, pues a medida que se puedan volver más estrechos, afectivos y de larga duración, pueden comenzar a surgir tensiones y conflictos sobre la definición misma de este tipo de vínculos y sobre las normas de exclusividad, cuidado, atención y dedicación en los mismos.

Lo normativo no tiene por qué coincidir con lo ordinario, y encontramos en las prácticas de las personas un amplio rango de realidades que están fuera del marco de la exclusividad sexual y de la monogamia como práctica -que no como sistema-. El objetivo 2 de este trabajo planteaba identificar prácticas, discursos y creencias en torno a los vínculos sin exclusividad sexual, los cuales son una gran amalgama de realidades muy diversas. En este aspecto podemos identificar, en primer lugar, dos realidades diferenciadas: la ausencia de exclusividad sexual durante la soltería -socialmente más aceptada- y, en segundo lugar, la ausencia de exclusividad sexual en vínculos definidos como pareja, las NMC, si bien este segundo grupo también presenta grandes diferencias internas y realidades muy diferentes.

Sobre el primer tipo de vínculos sin exclusividad sexual -sexo casual, amigos con derechos, *situationships*- ya he indicado que, en principio, parecen no entrar en contradicciones con las normas de la exclusividad sexual en el seno de la pareja precisamente porque no son vínculos que se definan como pareja al uso. Sin embargo, el hecho de que la monogamia siga funcionando como sistema, también opera en estos vínculos: la propia imposibilidad de definir estos vínculos, su capacidad para ser escurridizos ante las etiquetas –*no relaciones, casi algos, follamigxs, rollos,* etc.- es muestra precisamente de cómo funciona este sistema de jerarquización de vínculos. O, si de alguna manera son definidos, no denotan la seriedad y el estatus que una relación de pareja al uso implica.

Dada la legitimación del sexo casual, en muchas ocasiones, este tipo de vinculaciones suelen funcionar como preludio de las relaciones estables. Sin embargo, este aspecto en ocasiones trae malestares, como cuando hay pareceres diferentes sobre las aspiraciones y expectativas que de un tipo de vínculo así se tienen. Si bien se trata de situaciones sexoafectivas practicadas tanto por hombres como por mujeres, los preceptos de género operan en expectativas divergentes sobre este tipo de vinculaciones en ocasiones. A pesar de que varias de las mujeres a las que he entrevistado para mi trabajo habían tenido este tipo de vinculaciones y no parecían mostrar conflictos al respecto, sí que había una idea de fondo que sobrevolaba

y que he apreciado también en mis observaciones etnográficas digitales: los choques y limitaciones entre los preceptos de la masculinidad y los de la feminidad, donde se enfrentan la autonomía masculina y la demanda de afecto y comunicación femeninas. A pesar de que estas tensiones ocurran también en las formulaciones de pareja estables (Lasén y Casado, 2012) y tienen que ver más con cómo se conjugan las identidades masculinas y femeninas, en estas relaciones "no definidas" estos choques se imbrican también en ocasiones con la divergencia de expectativas y el devenir de los vínculos. La ambigüedad y la indefinición se acoplan bien con la autonomía masculina (Castrillo Bustamante, 2018), y es precisamente desde las posiciones masculinas que se marcan en ocasiones los ritmos y devenires de este tipo de vinculaciones y la ausencia de etiquetas y definiciones. Esto es, el control sobre el desarrollo de estas vinculaciones viene marcado en ocasiones desde las pautas masculinas, control que es parte de sus preceptos hegemónicos de género. Por otro lado, las demandas o malestares femeninos no encuentran lugar en un vínculo no definido, que no existe porque no hay manera de nombrarlo.

El sistema monógamo y su estrecha vinculación con el sistema de género y su distribución desigual de roles, privilegios y desventajas que lo sitúa en múltiples tramas -trabajo, cuidados, sexualidad-, claves para el sostenimiento de los ordenamientos sociales existentes, hace que la pareja *formal, estable y monógama* se vuelva un espacio de legitimación. Si bien hay asimetrías y desigualdad en los vínculos estables y de pareja *clásicos*, su reconocimiento como tal, esto es, como pareja, en ocasiones puede dejar espacio -o tolera- ciertas demandas femeninas en tanto que lugar legitimado y reconocido para ello. En ocasiones, las situaciones sexoafectivas no definidas, amparadas bajo el "en realidad no somos nada", puede dificultar la demostración de ciertas demandas, enfados y malestares, elemento regularmente declarado por mujeres, tanto en las redes sociales como en las entrevistas. **Decir "somos novios" es un acto performativo**, que implica la definición de un nosotros, una proyección a futuro, el desarrollo de un trabajo emocional y el cuidado mutuo en las relaciones igualitarias que se presuponen ahora. Ese "somos novios", también en la mayoría de los casos, implica abrazar la exclusividad sexual y someterse a una menor autonomía. Los preceptos hegemónicos de la masculinidad juegan a favor de la actividad sexual y de la autonomía; los de la feminidad, juegan a favor del amor y la dependencia. Si bien no todos los hombres ni todas las mujeres se ven definidos por estos aspectos, estos preceptos de género generan expectativas y choques en un momento en el que la construcción de relaciones estables y de pareja *formales* no son un prerrequisito para la sexualidad.

Tal y como se ha podido ver en las problemáticas de sus audiencias tratadas por los *coach*, encontramos mujeres que desean aprender a buscar pareja y hombres que se comprometan, y encontramos a hombres que desean aprender a buscar más contactos sexuales y éxito laboral. Sin embargo, de mi trabajo de campo también he extraído que las mujeres también disfrutan de las situaciones más casuales o sin exclusividad sexual, pero, en aquellas que se relacionan con varones, es precisamente el marcaje de la autonomía de estos -en forma de *ghosting*, de no preocuparse por ellas, de no prestarles atención- lo que genera más bien malestares en ocasiones. Frente a estas realidades frustrantes, las mujeres pueden desarrollar diferentes estrategias: desde apelar a la responsabilidad emocional como se apreciaba en el capítulo 4, el reclamo de la monogamia, el romance y la familia, como indicaba al inicio de estas conclusiones; o, en un nuevo giro muy reciente que no he podido tratar a lo largo de esta tesis, en mantenerse solteras y sin relaciones sexuales, en una nueva tendencia en redes sociales en las que mujeres cuentan sus experiencias en dicho aspecto.

De manera general, podemos resumir, que las prácticas, creencias y discursos hallados sobre los **vínculos sin exclusividad sexual enmarcados en *la soltería*, que éstos están ampliamente arraigados y aceptados al menos en etapas jóvenes**, y que en muchas ocasiones funcionan como posible preludio de la formación de la pareja. El género, sin embargo, genera diferencias en su valoración y en las expectativas en ocasiones. Desde el menor deseo de las mujeres respecto de los hombres hacia el sexo casual o los rollos de una noche, o los tiras y aflojas y desigualdades y asimetrías que derivan de los preceptos de género, donde la autonomía masculina se enfrenta a la demanda femenina de afecto y el deseo de construir relaciones en algunos casos. De este modo, podría identificarse quizá una mayor adscripción por este tipo de vínculos sin exclusividad sexual por parte de los varones que por parte de las mujeres, tal y como muestran varias estadísticas (40dB, 2022; Sanmartín et al., 2023) que han sido mostradas en el capítulo 5.

En el caso de las NMC, sin embargo, encontramos una diferencia inicial: la definición de un "nosotros", una suerte de vínculo estable que se reconoce como tal. Las NMC son amplias y variadas -parejas que se abren en el plano sexual o afectivo a terceras personas, redes no jerárquicas poliamorosas o de vínculos en la anarquía relacional, etc.-, y algunas enfrentan más -o ponen en cuestión en mayor medida- el modelo monógamo que otras. Esto es, aquellas vinculaciones donde hay una pareja central y "abren" la relación, a nivel solo sexual o afectivo hacia terceras personas, son de alguna manera similares a las parejas monógamas al uso, con el único aspecto relativo a que la exclusividad sexual o afectiva se rompe, si las comparamos con las redes afectivas de marcos que rompen con la idea de la pareja -anarquía

relacional, y poliamor no jerárquico, por ejemplo-. Por supuesto, esto trae consigo fricciones, normas, arreglos y acuerdos, incluso en las que son más similares a la pareja monógama, pues siguen siendo una excepción a la norma monógama y romántica: desde atender a los celos, las relaciones de poder que se pueden dar, los complejos por sentirse inferior o incluso las envidias, además de las asimetrías de género que pueden operar de fondo de manera interna. De manera general, hay cada vez un mayor reconocimiento de este tipo de parejas en la sociedad, ocupan debates públicos y entrevistas y también son representadas en productos culturales como se ha desarrollado en el capítulo 5. En España, en los sectores más jóvenes, urbanos y con mayor nivel educativo de la sociedad aumenta la aceptación de este tipo de modelos (CIS, 2023), lo cual no quiere decir que sean ampliamente practicados. Las estadísticas (40dB, 2022; Yougov, 2022; Scoats y Campbell, 2022) muestran que éstas se sitúan en torno al 5% de las relaciones de nuestro contexto, aunque más personas parecen mostrar, por dichas estadísticas, el interés por las mismas, con el caso destacado y diferenciado de los varones (Sanmartín et al., 2023; 40dB, 2022; Yougov, 2022). Esto, además, se corresponde con los discursos encontrados en el terreno del *coaching* sobre relaciones abiertas desde una perspectiva de género: donde el c*oaching* dirigido a los hombres destacaba aspectos positivos, de crecimiento interior, y se recalcaba la importancia de diseñar las relaciones a gusto de cada uno, a la par que el disfrute sexual que se podía obtener; frente a los discursos de *coaching* dirigidos a mujeres analizados, que apreciaban estos modelos relacionales con sospecha y la creencia de que estaban condenados al fracaso.

También cabe recalcar que las NMC son tratadas como tema en las secciones de amor y sexualidad de revistas femeninas con cierta apertura y sin censura, elemento que nos muestra también el interés, por parte de audiencias y de las propias periodistas, por el tratamiento de estas temáticas, lo cual implica un interés sobre la sexualidad fuera del marco normativo en estos productos culturales femeninos (McRobbie, 1998). Sin embargo, en las representaciones audiovisuales sobre NMC, en muchas ocasiones estas se muestran descafeinadas, ausentes de relaciones de poder o con una mínima incidencia de estas, como meras decisiones individuales en el seno de una pareja de clase media y heterosexual, con el establecimiento de una serie de normas que se cumplen o son transgredidas, y donde en algunos casos la solución última parece la vuelta a la exclusividad sexual o la ruptura de la relación. A pesar de ello, también se pueden encontrar representaciones más interesantes y complejas, donde se da espacio a las relaciones de poder, a las dudas, los miedos, los conflictos, desde un tratamiento más humano, igual que podemos encontrar en la literatura.

Las personas que tienen o han tenido relaciones no-monógamas entrevistadas mostraban diferentes experiencias sobre el estigma, síntoma de la ausencia de la plena aceptación de estos modelos: desde una entrevistada que mantenía este tipo de vinculación en secreto, por miedo a censuras de su entorno, hecho que lo relacionaba directamente con la edad, a otros entrevistados más jóvenes o de entornos sociales y culturales concretos -urbanos, modernos, LGTBIQ+-, que hablaban en otros términos de estas experiencias. Por ejemplo, en entornos gays, donde es común encontrar este tipo de vinculaciones, hay una gran apertura respecto de estas temáticas, de la misma manera que en otros entornos LGTBIQ+; de manera general, las personas LGTBIQ+ tienden en mayor medida a formar este tipo de vinculaciones no-monógamas si las comparamos con las heterosexuales, donde destacan claramente los varones gays y las personas bisexuales a la hora de formar este tipo de vínculos (Levine et al., 2018). Esto es, en entornos que escapan de la heterosexualidad hay cierta normalización y asunción de este tipo de prácticas de manera interna, de la misma manera que ocurre quizá en ciertos entornos más (contra)culturales o en algunos colindantes con movimientos o ideologías progresistas. Sin embargo, en otros entornos -familiares, laborales, amigos varones heterosexuales, etc.- siempre parece haber cierto cuidado sobre qué se comparte de la intimidad de la pareja, pues existe el riesgo de ser objeto de burla y señalamiento.

La mayor aceptación de las NMC a nivel social en la actualidad (CIS, 2023) sin embargo, se enmarca también en el sistema monógamo y la esfera pública íntima. Cuando una persona no declara o hace acciones explicitas que muestren que puede tener un vínculo de dichas características, rara vez se interpretará tal elemento desde sus interlocutores. En las redes sociales, cuando encuentro contenido sobre NMC, aparte de los comentarios que rechazan totalmente este tipo de modelos, y otros que los apoyan o los respetan en equidad, también es común encontrarse aquellos relativos a que "cada uno haga lo que desee en su dormitorio". Este tipo de comentarios, si bien pueden hacer referencia al respeto por estas formas relacionales, también pueden traer consigo una suerte relegación a lo privado de las prácticas que se salen de lo normativo. De manera similar ocurre también cuando escuchamos comentarios plumófobos o en contra del Orgullo LGTBIQ+, que plantean que la gente haga lo que quiera en su privacidad, pero que, en última instancia, *no se note*. Esto es, **los discursos sociales sobre las NMC pueden mostrar en algunos casos una progresiva aceptación de estos modelos**, cuanto menos a un nivel teórico, pero **queda por ver si la toma del espacio público por este tipo de vinculaciones puede generar grandes rechazos**, más allá de una mera práctica relegada a la privacidad de algunas parejas o lo anecdótico.

En los discursos, prácticas y creencias recogidas hasta ahora sobre la valoración y el papel de diferentes modelos sexoafectivos, he ido dando varias pinceladas también del objetivo 3, que buscaba atender a los discursos que se encontraban en redes sociales, psicología, foros y productos culturales sobre la monogamia y lo no-exclusivo. Sin embargo, incidiré un poco más en los aspectos del *coaching* porque a lo largo de mi trabajo de campo ha sido quizá una de las grandes sorpresas que me he encontrado. Donde en un inicio buscaba discursos psicológicos sobre el ámbito sexoafectivo que llevaba vislumbrando años atrás en redes sociales, el *coaching* emergió como una cuestión clave que en un inicio no esperaba, resultado de las recomendaciones algorítmicas de mis redes sociales.

Las problemáticas en el ámbito sexoafectivo tratadas por los *coach* analizados, están en línea con algunas problemáticas presentes tanto en redes sociales, foros, como por algunas personas entrevistadas. De nuevo, quizá uno de los mayores quiebres que me he encontrado, sea el deseo de autonomía masculina, y un mayor interés por las experiencias sexuales en ellos, frente al mayor interés que parecían mostrar las mujeres -aunque tampoco todas- por lo afectivo y lo amoroso, y la dificultad de conjugar ambas realidades.

En el ámbito del *coaching*, de nuevo, los discursos dirigidos a ellos y los dirigidos a ellas, al igual que sus problemáticas, como se ha visto en el capítulo 4, divergían, aunque emergían desde lugares similares. En general, lo más interesante para poner solución a las problemáticas de sus audiencias, es que **estos *coach* recomendaban, en último lugar, *hacer género***. Por supuesto, desde una perspectiva individualista, que apelaba al trabajo interior de cada uno, al desarrollo personal y al autoconocimiento, y donde parecían no emerger otras problemáticas o relaciones de poder, como la clase social, la racialización, o el género mismo. El recurso al eufemismo de la "energía", como una suerte de esencia interior que se corresponde con el género, con el objetivo de trabajarla para encontrar lo que se busca, es otra de las maneras en las que se hace y se prescribe el género. Ser un alfa o desarrollar energía masculina, ser beta o tener energía femenina: las mujeres debían modular su energía, ser receptivas, amorosas, conectar con su interior; los hombres debían desarrollar su ser alfa, atreverse, lanzarse, ser activos, tomar el control de las situaciones. Ellas debían controlar su sexualidad si deseaban encontrar una pareja estable, ellos debían animarse a contactar y tener relaciones con mujeres hasta que decidieran sentar la cabeza con la *adecuada*, aquella de *valor*.

Resulta interesante, además, cómo en los discursos del *coaching* dirigido al público masculino analizados, se encontraba un lenguaje desacomplejado que alertaba sobre la promiscuidad

femenina, tildando a las mujeres promiscuas de tóxicas y no deseables. En el *coaching* femenino, esta promiscuidad femenina, en una suerte de giro discursivo, no se señalaba de manera tan directa, pero era igualmente censurada: *tu cuerpo es un templo*, *hay que dejar espacio emocional*, *no te puedes concentrar en alguien si estás conociendo o hablando con otra gente*. En realidad, aunque estas expresiones sean menos agresivas, vuelven a incidir sobre el hecho de que las mujeres que desean buscar pareja deben contenerse sexualmente. Así, el *coaching* vuelve a repetir exactamente los mismos preceptos sobre la sexualidad y el género hegemónicos, distanciándose todavía más quizá de las expresiones posfeministas sobre la sexualidad desenfadada (McRobbie, 1998), y volviendo, con un discurso reciclado que apela a la individualidad y al interior, sobre el recurso de la buena chica. Si las mujeres empoderadas y sexualmente activas ya no tienen éxito a la hora de buscar una pareja, parece que la receta sea volver a la contención sexual. No se niega el derecho y el disfrute de las experiencias sexuales casuales, pero, si lo que se busca activamente es una pareja estable, los contactos plurales no son recomendados. Esto, además, es una clara muestra de la **continuación de la monogamia como sistema, sistema que se imbrica con la heteronormatividad y con los preceptos hegemónicos de género.**

Si bien los discursos analizados de *coaching* eran análisis de casos concretos, parte de estas ideas relativas al comportamiento adecuado de género encuentran replicaciones, más o menos extremas, en medios como las redes sociales. La extensión de ideas y apoyo a la extrema derecha, de negación de la igualdad y la diversidad, son también parte catalizadora de toda serie de prácticas discursivas sobre género y sexualidad, que presentan un gran activismo online a la vez que un apoyo a estas ideas por los CEOs de las empresas tecnológicas a las que pertenecen estas redes sociales, pudiendo influenciar en cómo estos discursos se multiplican mediante el diseño algorítmico. Las declaraciones de Elon Musk -CEO de X- y de Mark Zuckerberg -CEO de META Platforms- en contra de las políticas de igualdad y diversidad, y su apoyo a Donald Trump es muestra también de ello.

Sin embargo, a pesar de que emerjan (no tan) nuevos discursos que apelan al seguimiento de los mandatos de género modernos en el ámbito sexoafectivo en redes sociales y en el *coaching*, y que estos se correspondan, además, con un momento de efervescencia de la nueva extrema derecha, también se ha atendido a otras miradas y perspectivas. El objetivo 4 de este trabajo, buscaba analizar el tratamiento de estos elementos en investigaciones académicas sobre sexualidad. A lo largo de los capítulos 2 y 3 de este trabajo, he intentado recabar parte de este corpus de investigaciones sobre el ámbito sexoafectivo. Desde algunas perspectivas, véanse las referencias de autores como Bauman (2005) o Illouz (2020), la mayor legitimación del

sexo casual en la actualidad se encontraría acoplada con el capitalismo tardío y una aparente lógica de consumo aplicada al ámbito sexoafectivo. Esto es, algunos autores parecen incidir en la idea que la cultura del sexo casual o fuera del marco de la pareja, legitimada de manera extendida en Occidente a partir de las últimas décadas del siglo XX, se inscribe en una suerte de *hipersexualidad* que se distancia de los afectos y donde, desde una perspectiva individualista, priman el interés individual y racional. También estos autores remarcaban la incidencia de las TICs y de internet en la potenciación de este tipo de dinámicas sexoafectivas consumistas. Ahora, también en estas perspectivas hay divergencias, donde Eva Illouz (2020) ha incidido -cuestión que Bauman no- en cómo los preceptos de la masculinidad son los que han marcado, en principio, este tipo de pautas sexuales: la acumulación de las experiencias como fuente de valor, el desarrollo de la autonomía y el distanciamiento de la interdependencia, así como de los afectos y la vulnerabilidad, y en los quiebres que de estas asimetrías surgen en las mujeres a raíz de estas experiencias.

Autores como Giddens (1995), por otro lado, se han alejado de esta mirada centrándose precisamente en cómo los cambios sociales relativos a la sexualidad y la mayor igualdad entre hombres y mujeres generan un cambio donde aumenta la reflexividad sobre la experiencia sexual y amorosa, y donde las ideas de amor romántico parecerían ir transformándose hacia el amor confluente. Esto es, el amor romántico, según Giddens, sería propio de un régimen de clara desigualdad entre hombres y mujeres, de etapas de la modernidad previas a los cambios señalados en el género y sexualidad del siglo XX. Sin embargo, una mayor igualdad entre sujetos y la existencia de una menor constricción normativa en el ámbito sexoafectivo, haría que los propios miembros de las relaciones pudieran tener un mayor margen de acción sobre las decisiones de los vínculos sexoafectivos y su propio devenir, donde se incluiría también la decisión sobre la propia exclusividad sexual. Esta perspectiva señala una igualdad en el ámbito sexoafectivo que se corresponde con las ideas de un supuesto orden de igualdad de género ya alcanzado. Sin embargo, esta visión choca con las todavía presentes asimetrías de género que se han venido analizando a lo largo de todo este trabajo. Precisamente, autoras como Mari Luz Esteban (2011) o Coral Herrera (2015), tal y como se ha apreciado en el capítulo 2, señalan la existencia y perduración del amor romántico, y su imbricación con las todavía presentes asimetrías de género. Ambos elementos que podemos situar como partícipes de un sistema monógamo y heteronormativo.

Las alertas sobre la mediación tecnológica en el ámbito sexoafectivo, donde internet parecía aumentar los contactos descontextualizados, de una manera privatizada, y donde parecía incitarse una sexualidad de consumo únicamente mediada por la imagen, presentes en autores

como Lerdellier (2014) o Illouz (2020), sin embargo, también son contestadas desde trabajos empíricos recientes. En el capítulo 3 he recopilado numerosos trabajos que se han dedicado a analizar, mediante etnografías virtuales e híbridas, con una gran perspectiva interseccional -que atendían al género, a la clase social, a la orientación sexual-, las diferentes experiencias relativas al uso de aplicaciones para ligar o redes sociales a la hora del contacto sexual y afectivo, trabajos mediante los que he guiado mi propio trabajo de campo y análisis. Se puede apreciar, de este modo, que estos medios conectados a la Red tienen una multiplicidad de usos y efectos, consecuencia de las agencias compartidas entre sus diseños algorítmicos y los usos específicos de las personas, con la especificidad de su carácter ubicuo y acelerado y la inscripción que queda de nuestras experiencias en los dispositivos tecnológicos (Lasén, 2019).

El objetivo 5 de este trabajo pretendía analizar los usos y los efectos de este tipo de aplicaciones a la hora de la búsqueda de parejas sexoafectivas. Conecto este último punto con el párrafo anterior, para precisamente incidir en la gran variedad de usos y realidades que resultan. Como se ha visto a lo largo del capítulo 3, en las aplicaciones de citas o las redes sociales se reproducen parte de las dinámicas sociales *offline*. Esto se ha visto, por ejemplo, en las dinámicas de género a la hora del cortejo; en el diferente volumen de varones y mujeres -como ha ocurrido en otros espacios para ligar, como las discotecas-; en las diferentes expectativas de uso de acuerdo con el género; o el potencial acoso, señalamiento y corrección a los que pueden ser sometidas las mujeres por sus comportamientos si se salen de las normas de lo considerado adecuado para ellas. También encontramos diseños algorítmicos que, precisamente, reproducen el sistema mono- y heteronormativo, donde el género es el filtro por excelencia para la búsqueda de contactos, se establece una obligatoriedad de los contactos uno-a-uno, se reproducen la homogamia y la hipergamia, se establece un sistema que puntúa y jerarquiza corporalidades -racialización, tamaño, altura-, y donde, además, existe una lógica comercial donde el pago de suscripciones permite afinar aún más en la reproducción de dichos elementos. También se identifica un distanciamiento de las expresiones sexuales más explícitas y menos normativas en los términos y políticas de las aplicaciones generalistas, estableciendo un régimen de lo adecuado.

Sin embargo, al mismo tiempo, los usos y las experiencias son variados: las aplicaciones también pueden permitir experiencias sexuales a las mujeres sin someterse al control y censura de sus entornos y tienen la potencia de establecer medios en los que es posible revertir normas de género; permiten el desarrollo de comunidades sexuales y de amistades; a pesar de la reproducción de la homogamia mencionada, también dejan margen al contacto

con usuarios de entornos diferentes; los contactos entre personas no tienen por qué darse de manera descontextualizada, donde las conversaciones para recopilar información se vuelve clave, y permiten el establecimiento de públicos íntimos donde se comparten experiencias sobre su uso y la sexualidad.

Volviendo sobre el objetivo general de este trabajo, así como a la pregunta de investigación inicial, que se referían a atender al sentido y el valor de la monogamia -y lo promiscuo-, así como del amor romántico en la actualidad, podría concluirse, como ya he dicho varias veces, que la monogamia funciona como sistema, ocupando una posición jerárquica en la estratificación sexual, y desde donde se explican el resto de las diferentes prácticas y configuraciones sexoafectivas en base a dicha posición. Su **funcionamiento como sistema se liga de manera estrecha con la heteronormatividad, las concepciones hegemónicas de género y el amor romántico, y todo este entramado compone una estructura que se va reproduciendo por su propia inercia** (Becker, 2009). Este elemento sistémico y estructural es observable en la perduración de la pareja como aspiración y lugar valorado socialmente, configuración que dota de una suerte de madurez a las personas, síntoma de su posición jerárquica en el entramado social. Las relaciones de pareja se han visto inmersas en importantes cambios a lo largo de décadas en el contexto occidental: la no obligatoriedad de tener descendencia, la opcionalidad del matrimonio, la posibilidad del matrimonio entre personas del mismo género cada vez en más países, el aumento de los divorcios y separaciones y la mayor experiencia con diferentes parejas. A pesar de los cambios, que muestran grandes rupturas respecto de las estrictas normas sobre género, sexualidad y matrimonio extendidas a lo largo del siglo XIX y la primera mitad del siglo XX, se observa que la figura de la pareja monógama y el amor romántico sigue ocupando una posición central en expectativas, anhelos y aspiraciones, así como en su valoración social.

Ahora, otra cuestión diferente, es **la monogamia como práctica o la ausencia de exclusividad sexual en las diferentes configuraciones sexoafectivas, en lo ordinario de la vida cotidiana**. La legitimación de la sexualidad casual, ociosa y fuera del marco de la pareja estable, extendida a partir de las últimas décadas del siglo XX, a la par que los procesos de individualización extendidos a las mujeres permiten romper con las estrictas costuras del modelo anterior, siempre teniendo en cuenta que los hombres disfrutaron del derecho a dicha sexualidad ociosa y no exclusiva de manera histórica. Este nuevo marco plantea una suerte de posibilidades sexuales fuera de la pareja, que tienen que ver con la experimentación, el disfrute y el ocio. La sexualidad casual y no exclusiva también se vuelven una práctica legítima a partir de la cual se forman relaciones de pareja, transitando de la sexualidad y las citas hacia

el amor, al contrario que en el modelo normativo moderno previo, lo cual no quiere decir que las prácticas ordinarias anteriores no fueran tales[149]. Sin embargo, esta legitimidad de lo casual o no exclusivo viene supeditada en última instancia a la configuración de la pareja monógama en muchos casos, y en mayor medida como prescripción dirigida hacia las mujeres, parte de lo aceptado para un comportamiento sexual adecuado. La sexualidad más casual o no definida en el marco de la pareja -rollos, *situationships*, amigos con derechos o follamigxs, etc.- se aprecian como una suerte de experimentación inicial, parte de la adquisición de herramientas para aprender a ser un adulto pleno -entre ellas, aprender y disfrutar el sexo-, normalizado en las etapas educativas y durante los primeros años de la introducción en el mercado de trabajo o en momentos transitorios entre relaciones. Además, las mujeres siguen enfrentando mensajes contradictorios en los que se les anima a desplegar su sexualidad, pero al mismo tiempo, pueden ser señaladas por ello. Pasada una etapa inicial donde esta soltería y despliegue de la sexualidad están aceptadas -en la juventud o tras una ruptura-, las mujeres enfrentan en muchas ocasiones señalamientos por estar precisamente solteras y no emparejarse. O ellas mismas sienten la urgencia y necesidad de desarrollar un proyecto de pareja y familiar, parte de los preceptos de género que, si bien pueden dirigirse en ocasiones hacia los varones, no les afectan de la misma manera y no son señalados al mismo nivel por ello. La mayor valoración de la soltería masculina con respecto a la femenina, unido al precepto de la autonomía masculina que plantea, en ocasiones, reticencias al emparejamiento, a la comunicación o a lo afectivo, resulta no pocas veces en tensiones y malestares en las relaciones interpersonales entre hombres y mujeres.

Por otro lado, el funcionamiento de la monogamia como sistema también se aprecia, por ejemplo, en la -mayor- tolerancia hacia las configuraciones sexoafectivas entre personas del mismo género en forma de pareja estable, pero en el rechazo todavía presente, al igual que ocurría en el caso de las mujeres, cuando las prácticas sexoafectivas de estas personas trascienden lo normativo.

Poco a poco, se aprecia una apertura y progresiva aceptación en lo que respecta a las no-monogamias consensuadas, de manera destacada en sectores más jóvenes, instruidos, de clases medias y urbanos. En línea con los preceptos de género sobre sexualidad, además, los hombres declaran un mayor interés por estos modelos relacionales que ellas (40dB, 2022; Sanmartín et al., 2023; Yougov, 2020). Sin embargo, a pesar del aumento de representaciones

[149] La propia expresión *matrimonio de penalti*, esto es, con una mujer ya embarazada, es un ejemplo de este tipo de realidades. Al hablar con personas mayores sobre estas experiencias en la cotidianeidad siempre me he encontrado con cierto secretismo y cuidado cuando son relatadas.

de configuraciones de este tipo en productos culturales -películas, series, revistas, literatura-; grupos sociales en los que estas prácticas puedan ser más comunes -entornos progresistas, culturales, LGTBIQ+-; o esa mayor aceptación apreciada en algunas estadísticas (CIS, 2023), la mononormatividad del espacio público íntimo sigue dificultando la muestra, en abierto, de este tipo de realidades en muchos casos. En ocasiones estas formulaciones son tachadas de infidelidades consentidas o faltas de respeto, aunque practicadas, quizá, en mayor medida de lo que se crea -5% de las personas en relaciones-, quedando relegadas estas experiencias a la privacidad de los dormitorios o las conversaciones en pareja.

****

El presente trabajo nos sirve para reflexionar sobre cómo, a pesar de los cambios sociales que pueden implicar importantes cambios en las prácticas cotidianas, como se ha apreciado en el aspecto de la sexualidad, éstos no implican la ruptura de grandes estructuras y sistemas, que tienen la increíble capacidad de adaptarse y amoldarse a nuevas realidades por su propia inercia (Becker, 2009). La inercia o estabilización de la monogamia reside en la existencia de un paquete o red que la sustenta (Latour, 2008); esto hace más costoso cambiar e innovar este entramado, en tanto que crea un fenómeno con otras tramas sociales y el enrolamiento con diferentes entidades -personas, colectivos, objetos, tecnologías, instituciones, imaginarios, subjetividades, etc.- lo hace todavía más estable. La pérdida de piezas de este paquete-red-entramado monógamo, sin embargo, genera cierta inestabilidad y lo hace vulnerable al cambio. De este modo, la red monógama ha perdido ciertos nodos -el matrimonio y la pareja como único espacio legitimado para la sexualidad y como paso obligatorio en las trayectorias vitales, procesos de individualización femeninos y mayor libertad sexual para ellas y para las identidades no-heterosexuales, un precepto de igualdad normativa, las posibilidades de decisión sobre la exclusividad sexual de las parejas, etc.-; esto es, el entramado monógamo se ha erosionado y desestabilizado de alguna manera, pero no lo suficiente como para desaparecer y ser sustituida por otro modo de hacer hegemónico; sí, sin embargo, como para no ser el único paso obligado, abriendo la puerta a nuevas dinámicas y conflictos.

La amplitud de lo que implica analizar estructuras o sistemas como la monogamia, la heterosexualidad o el género, trae consigo la imposibilidad y limitación de poder atender a todo de manera adecuada. En este trabajo he intentado centrarme en analizar los cambios sociales relativos a la monogamia desde una perspectiva que tuviera en cuenta las mediaciones digitales, en tanto que internet es en la actualidad parte de nuestra realidad social

ordinaria, lugar desde el que conocer, ver y hablar, pero también un lugar denostado en algunos aspectos respecto del ámbito sexoafectivo. A lo largo de este trabajo, sin embargo, creo que han ido surgiendo varios vacíos o nuevos lugares de interés a los que quizá merecería la pena prestar atención:

En lo que se refiere a la sistematización y análisis de datos obtenidos durante el trabajo de campo, hubiera sido interesante el recurso a la utilización de *software* específico para el análisis cualitativo, que en este caso se ha realizado de manera "manual", tanto mediante el cuaderno de campo como en documentos de *Microsoft Word*. En dicho sentido, la utilización de *software* puede que hubiera ayudado a refinar y comparar los discursos obtenidos tanto de las entrevistas, como de las entrevistas informales realizadas a través de las aplicaciones de contacto, y de los discursos encontrados en la Red -foros, *coach* y terapeutas presentes en redes sociales, secciones de comentarios, etc.-, de forma conjunta, y poder catalogar de mejor manera dichos discursos y sentidos. Probablemente, de este modo, el análisis hubiera podido darse de manera más completa, pudiendo realizar mejores comparativas y apreciaciones más finas. Formarme en el uso de *software* para el análisis cualitativo es una de las necesidades personales que extraigo de esta tesis doctoral, la cual ha sido un proceso de aprendizaje en el camino de la investigación.

Por otro lado, tal y como se ha adelantado en el capítulo 1, dedicado a la metodología, las entrevistas en profundidad o conversatorios se han realizado a personas que, en su mayoría, son adultas-jóvenes, cuentan con estudios universitarios e ideologías progresistas. Este aspecto, por ejemplo, limita la generalización de resultados a la población general, si bien estos no dejan de ser interesantes dentro de los grupos estudiados. Por ello, ampliar estos grupos con variables sociodemográficas más amplias o realizar una comparativa de discursos entre perfiles sociodemográficos diferentes podría ser un lugar interesante.

Considero que uno de los grandes inconvenientes a los que me he enfrentado ha sido el factor edad. He intentado, en la medida de lo posible, realizar el trabajo de campo con personas de edades variadas, específicamente en lo que las entrevistas o conversatorios respecta, pero este aspecto ha quedado limitado y las personas de mayor edad que he entrevistado eran mujeres. Creo que sería interesante, en dicho aspecto, por ejemplo, realizar un trabajo que tuviera una especial atención a sectores de la población de más de 50 años, edades en las que muchas personas están en una nueva etapa de la vida, hijos -en caso de tenerlos- mayores, experiencias diversas en el ámbito sexoafectivo, desde rupturas de relaciones largas a la vivencia y experiencia de haber podido apreciar cambios sociales en

primera persona en el ámbito de la sexualidad. También creo que es interesante atender a los usos específicos de los dispositivos conectados a la Red, y en concreto de aplicaciones para ligar o de páginas web de encuentro a estas edades, pues la mayoría de los trabajos en dicho sentido se han centrado más en edades más jóvenes -menores de 40 años-, y mis entrevistadas adultas no declaraban haber utilizado este tipo de aplicaciones.

Conectado con lo anterior, otra tarea dificultosa ha sido la de poder contar con varones heterosexuales de edades medias-adultas -40 años en adelante- que desearan participar en este trabajo, cuestión que he intentado, pero donde me he encontrado muchísimas reticencias a la participación. A pesar de haber recurrido a los discursos sobre la masculinidad en el *coaching*, a las audiencias de este tipo de productos, a las redes sociales e incluso a discursos de la manosfera para observar algunos relatos, resultaría interesante un trabajo que se centre en estos discursos sobre el género y el ámbito sexoafectivo. El crecimiento de la extrema derecha a nivel occidental, y la capitalización de los malestares masculinos en el terreno sexoafectivo desde estas perspectivas que niegan la igualdad y la diversidad, pueden resultar interesantes de investigar también. Del mismo modo, estas posiciones neoconservadoras en el ámbito masculino, también se traducen a su contraparte femenina en una nueva vuelta de valores tradicionales sobre la feminidad que debe ser atendida. En definitiva, los nuevos discursos que reestabilizan las asimetrías y los roles de género hegemónicos merecen atención.

Las dificultades para aproximarse a investigaciones que tienen que ver con la sexualidad, la intimidad y los afectos, y que requiere de informantes para este trabajo, tiene que ver en gran medida con que las personas tiendan a -o prefieran- ocultar, vergüenza, pudor y culpa mediante, sus experiencias y prácticas. El miedo a las reprobaciones, a ser "descubierto" ante algo socialmente no deseable, genera grandes reticencias en muchas personas, donde su reputación e, incluso, su propia realidad cotidiana -la relación con parejas, familia, amigos, trabajo- pueden verse comprometidas. En este aspecto, ha sido común con los entrevistados que ciertas temáticas -adulterio, sexo grupal o *kink*, relaciones abiertas, situaciones de maltrato, depresiones y otra suerte de malestares psíquicos, etc.- no salieran a flote hasta que los conversatorios no se habían desplegado en mayor medida, y parecía establecerse cierto clima de confianza. Sin embargo, cabe mencionar que desde algunos discursos masculinos -con la excepción de aquellos recogidos a partir de varones gays- siempre había más reticencias a la apertura respecto de estas temáticas en muchas ocasiones, o incluso el requerimiento, a veces, de preguntas más específicas o mi parte activa a la hora de preguntar sobre cómo les hacían sentir algunas cosas. Mientras que las mujeres y los varones gays tendían a relatar sus

vivencias de manera muy acoplada a sus sentires, y podían relatarlas durante largo rato enlazando diversos aspectos de su vida, éste no solía ser el caso del resto de los varones. De manera similar me ocurría también al comparar mis conversaciones con hombres y con mujeres mediante los chats de las aplicaciones de citas. Esto lo asocio también con una mayor reticencia por parte de varones a participar en este trabajo que, como he indicado en el párrafo anterior, era todavía inferior a medida que aumentaba la edad. Los mandatos de masculinidad, de este modo, también operan en estos aspectos relativos a la menor predisposición a hablar sobre la intimidad propia o, incluso, sobre otras experiencias y realidades que les pueden hacer sentir vulnerables. El marcaje de la autonomía, el control sobre las situaciones y el distanciamiento respecto de la vulnerabilidad, de poder sentirse señalados y cuestionados, son aspectos que han podido incidir en estas mayores reticencias. Por mi parte, quizá debería haber sido más insistente y haber intentado, en mayor medida, conseguir informantes varones de mayor edad, puesto que la falta de sus discursos en el trabajo es en parte tangible. Para futuros trabajos, tener en cuenta este aspecto, e intentar contactar con más varones -dando por hecho que algunos de ellos pueden echarse para atrás, como me ha ocurrido a mí- se aprecia importante.

Otro hueco que considero importante de mi trabajo de campo es el relativo a los relatos de personas que tienen vinculaciones no-monógamas consensuadas. Todos los relatos recogidos pertenecían a personas que habían estado o estaban en configuraciones similares a las relaciones abiertas, esto es, donde existe la centralidad de una pareja y, después, esta pareja se abre a contactos sexuales y afectivos con terceras personas. Sin embargo, no hay relatos de personas que se situaban en redes afectivas que contestan en mayor medida las fórmulas clásicas de la pareja, como las polículas poliamorosas no-jerárquicas o personas que practican la anarquía relacional. Intenté, a través de personas conocidas en diferentes grupos activistas -tanto de no-monogamias como de activismos LGTBIQ+-, conseguir informantes para este trabajo, pero, o bien hubo reticencias, o bien tuve que hacer ciertas consideraciones al respecto que hicieron que me echara para atrás. Ser una *outsider* -por mucho que yo también me vincule de una manera no-monógama- de estos entornos donde había redes afectivas no-monógamas, especialmente en aquellos casos donde había un activismo en torno a las NMC, me generaba cierta disonancia. En dicho aspecto, un trabajo de investigación en los contornos de las prácticas activistas -sean grupos formales o no- en el marco de diferentes disidencias sexuales, además, probablemente sea mucho más interesante desde la acción participativa. Esto es, un trabajo hecho en común y que sea parte del activismo mismo, que ayude a relatar y construir, conjuntamente, diferentes modos de sentir, de estar y de

experimentar realidades fuera de la norma monógama y la pareja, así como los modos de enfrentar estas normas y los ejercicios frente al estigma y los señalamientos, así como la generación de espacios seguros y de cuidados.

En línea con los relatos de personas en relaciones no-monógamas, algo de lo que no he sido consciente hasta la escritura de este texto ha sido la falta de relatos de las "terceras personas". Cuando en una relación abierta hay una pareja central que se abre a terceras personas – "solo sexualmente" o afectivamente también-, se genera una jerarquía hacia estas, que tienen que adaptarse a los deseos y límites de las parejas. Esto puede generar la cosificación de estas personas, que pierden cierta agencia respecto del vínculo principal. A la hora de realizar entrevistas no tuve en cuenta este aspecto, y creo que es un hueco que ahora me parece tangible. Las relaciones de poder, los malestares y, en ocasiones, la falta de legitimidad para comunicarlos, son hechos que toman parte de estas realidades y que a lo largo de mi experiencia en las NMC he podido apreciar.

El análisis de los discursos de *coaching* sobre el ámbito sexoafectivo quizá haya sido una de las grandes sorpresas que me he llevado de mi trabajo de campo. Si bien conocía de antes parte de los gurús de la seducción y *coach* de masculinidad porque adquieren gran viralidad en las redes sociales, no había atendido aquellos discursos dirigidos al público femenino tan detenidamente hasta que me di de bruces con ellos mediante mi trabajo de campo. La reformulación de los preceptos de género mezclada con la cultura de la autoayuda y el trabajo sobre uno mismo, desde una perspectiva que recae exclusivamente sobre los individuos, es un elemento interesante en un contexto de desinstitucionalización, donde deja de haber claras guías y normas sobre la búsqueda y el establecimiento de la pareja, pero también, parece, sobre cómo performar el género. En dicho sentido, además, en mi interés creciente por estos aspectos, me he ido encontrando *coach* que reformulaban parte de ideas *new-age,* espiritualidad, crecimiento personal, prescripciones de género y otros aspectos como el estilo de vida o el deporte. Creo que son prácticas discursivas a las que sería interesante prestar atención y de las que pueden salir interesantes trabajos, como el realizado por Sabina Balishyan y Panos Kompatsiaris (2023).

Por último, me gustaría indicar que el trabajo realizado para el análisis de las aplicaciones de citas ha sido estimulante, sin embargo, han quedado hilos sueltos que convendría resolver. Destaca, por ejemplo, la gran diferencia entre los volúmenes de usuarios y de usuarias que hay en las aplicaciones de citas, donde creo que convendría indagar los motivos para esas diferencias teniendo en cuenta, además, la orientación sexual, para apreciar las motivaciones

y reticencias concretas a la hora de usar este tipo de medios cruzando variables como el género y la orientación sexual. Al mismo tiempo, otro aspecto interesante es el descenso de la utilización de aplicaciones de citas como Tinder y Bumble (Sánchez, 2024), lo cual nos muestra que no solo las mujeres, sino que la población en su conjunto parece mostrar, cada vez más, reticencias a su uso. Por ello, sería interesante analizar estos aspectos desde una perspectiva académica, pues seguramente los estudios de mercado de estas empresas lleven tiempo indagando en estas cuestiones.

Conclusions – English version

Lately, let's say for about a year now, I have encountered an increasingly common use of a particular concept on social media, especially on X, to the point that it has become a trend: "monogamia" [*monogamy*]; or, at times, the expression "monogamia o bala" [*either monogamy or a bullet*[150]]. Sometimes, the occurrence of these terms is followed by other notions such as family or romance. In general, these terms are accompanied by photographs of couples and families, which may either depict the users themselves or celebrities, presented in tender and loving poses. It may also happen that these posts are retweets of other publications aimed at decrying or condemning promiscuity. As far as I am aware, these posts that exalt monogamy are predominantly shared by women or presenting this appearance[151]. Although this tendency to approach monogamy is relatively novel, and it is unknown how long it will last – as trends on social media emerge and fade on a daily basis – it does exhibit certain characteristics that capture my interest and are noteworthy for drawing conclusions in this research.

Designating or proclaiming monogamy as such, while resorting to that proclamation as a means of self-affirmation, denotes a certain phenomenon: a concept may be increasingly proclaimed in the public sphere precisely because it might be navigating novel tensions. Were monogamy to be the one and only framework to conceptualize sexual-affective and romantic relations, resorting to this explicit proclamation as a means for self-affirmation would probably be redundant, just unnecessary. The blurring of the strictly enforced limits between the public, the private and the intimate, a process which has been ongoing since the last decades of the XX century, has led to situations where intimate questions have gone public and have acquired a central role in public space. The *intimate public sphere*, such as conceptualized by Laurent Berlant (1997), broadly hetero- and mono-normative as it is, launches its own reactive machinery every time that new monogamy-contesting realities enter that public sphere. Likewise, this phenomenon might also be traced in the new reaffirmations of masculinity and femininity, for instance on occasions where coaches and content-creators lecture us on how to "take back" or "develop" those mandates as ready-made solutions that would serve to fight back against the presumed dire straits experienced by hegemonic gender-

[150] "Monogamia o bala" [*either monogamy or a bullet*] is an expression used to reaffirm monogamy over other types of sexual relationships on social networks. Anna Pacheco and Andrea Gumes in an episode of their podcast, Ciberlocutorio, dedicated to relational anarchy, talked precisely about this trend on social networks. https://open.spotify.com/episode/3UyhLXnEiimFPnGn8cKenq?si=15c0c208014145e3

[151] It is worth mentioning the large number of bots that look like real people that exist on the social network X.

rules of modern times. Thus, this increasing visibility of monogamy through its explicit reclamation stands as a symptom of the fact that, inside it, something is no longer working or, rather, has been challenged.

Objective 1 of this study aimed at grasping what was monogamy's role – and its opposite's, i.e. promiscuity's role – concerning variables such as gender, age, sexual orientation or the divisions and ruptures undergone by the public and private spheres. Now, based on this vindication of monogamy asserted on X and other media, I will posit that **monogamy's role nowadays lies in its continuation as a functioning system**. In the same vein as heterosexuality does, this would operate not as a set of mere relational desires or practices that are individually undertaken, but as a coherent whole. Furthermore, monogamy is an ambivalent system, which, from the outset, is characterized by contradictions and fractures: e.g. hegemonic masculinity's right to develop a sexual life outside the formal couple (which, although not socially accepted, is nonetheless somehow taken for granted) or the historical normative stance which, all throughout modernity, denies women the right to a sexual life before marriage. Next, all along Chapter 2, I have attempted to flesh out that framework, precisely in order to understand how social changes on women's processes of individuation, the increasing acceptance and normalization of non-heterosexual sexual orientations and other transformations of the sexual sphere, which have taken place since the last decades of the XX century, might have influenced, and to what extent, the changes undergone by this monogamous system and norms.

However, it must be underscored that the legitimization of sexuality outside the realm of the couple, and as a means of pure entertainment, joy and pleasure, does not break, *per se*, monogamy's role as a system. Likewise, the integrity of that system is neither completely challenged by other configurations, such as consensual non-monogamy (CNM). Thus, double standards and shaming processes enforced on women and on non-heterosexual people whenever they do not abide by the norms of a so-called *correct sexuality* are symptoms of the disciplining reactions that the monogamous (and hetero-normative) system reproduces. It follows that the acceptance of a relative promiscuity is predicated on its relegation to a sort of parenthesis, conceived as experimentation, which often is closely linked to the quest for a monogamous relationship. Thus, age also plays a relevant role in this respect: promiscuous sexuality may be accepted at a young age, or during a transition time towards stable relationships; that is to say, subsumed within the quest for a stable relationship

that leads the person towards emotional maturity and becoming an adult. Therefore, at a certain point in time, single status among women and non-heterosexual identities is perceived with suspicion. As for, hegemonic and heterosexual masculinity, even though promiscuity or single status are not decried or condemned to the same extent, there also exists a certain social inertia whereby the act of "settling down" by way of establishing a couple is construed as a symptom of maturity. As a matter of fact, an interesting point lies on the fact that, when addressing promiscuity among women and non-heterosexual people, disciplining discourses are especially rooted in mental-health or inappropriate-behavior strands of thought: thus, some discourses target *people that validate themselves through sex*, *people that do not value themselves, hypersexualized people*, etc. In opposition to that, promiscuity among men that comply with the standards of hegemonic heterosexual masculinity tend to gravitate around the idea of *typical masculine puerility*, of an *unpreparedness for affective commitment*, of their *unremitting nature*, etc.

These latter aspects, for instance, have been found by this research to enjoy a very strong presence among certain discourses uttered by the *manosphere* and some strands of masculine coaching. These discourses deal both with single women (which are said to be doomed to *wine, Prozac and cats*) and with promiscuous women (which are deemed to be *unstable, toxic or unfaithful*). Meanwhile, these trends also resonate among the audiences of feminine coaching or in related online forums: they sometimes crystallize in narratives of women that yearn for stable relationships, as well as in women's purported lesser motivations to use dating apps, due to their supposed inherent incapacity to result in such serious relationships. This brings us to an idea which has also been featured in Chapter 2, i.e. romantic love's tendency (as an outcome of monogamy) to be an idea manufactured mainly for women, characterized by its promise of care and dependence as the ultimate gift for feminine happiness. For instance, among postfeminist cultural products aimed at female audiences, romance and monogamy are still, chronologically following career improvement and sexual experimentation, the happiness promises *par excelence* (Gill and Herdieckerhoff, 2006). This serves as a reminder of the general manner whereby feminine aspirations and longings are represented.

When I posit that monogamy works *as a system*, what I want to say is that hetero- and mono-normative frameworks are the defining perspectives whereby we explain sexual-affective relations. One example would be the use of the term *serial monogamy* in order to define the partnering practices whereby some people have had several partners during their lives, not concurrently but successively. Likewise, the question arises as to how is monogamy *as such*

defined: is it based on sexual exclusivity? What kind of sexual exclusivity? What are the limits? Is it rather emotional exclusivity? What are then the limits? This study has shown that the very definitions of what sexual exclusivity and emotional exclusivity are might evolve either on an individual basis, depending on the couple at stake or depending on what social group is in focus. This latter point has also been addressed in Chapter 5, based on the interesting perspective that Katherine Frank and John Delamater (2010) bring to this matter.

In this vein, it might be stated that the absence of sexual exclusivity in the "most casual end" of sexual-affective relations (i.e. in casual sex, sexual friendships, situationships or undefined long-term relationships) does not contradict, *a priori*, the monogamous norm, precisely because the very definition of these types of relationships is out-rightly eluded. Alternatively, it only contradicts the monogamous norm only partially, because as these relationships become closer in nature, i.e. more affective and long-lasting, they might give way to tensions and conflicts concerning their very definition and the potential negotiation of agreed rules on exclusivity, care, attention and dedication.

Normative and ordinary do not have to be one and the same. People's practices include a broad range of realities which do not necessarily fit into the strict framework of sexual exclusivity and of monogamy construed as a practice (i.e. not as a system). Objective 2 of this research has addressed practices, discourses and beliefs concerning non-exclusive sexual relations, an umbrella concept which amalgamates a diverse range of realities. In this respect, we might identify two differentiated phenomena: firstly, the absence of sexual exclusivity during singlehood (which is socially rather accepted); secondly, the absence of sexual exclusivity in personal relationships conceptualized as couples, which would concern CNM. This umbrella term also includes a meaningful diversity of internal differences and nuances.

As for the first type of non-sexually-exclusive relationships (i.e. casual sex, sexual friendships or situationships), I have already expressed that, in principle, they do not clash with the norms of sexual exclusivity in the couple, precisely because they are not framed as a regular couple. Nonetheless, the fact that monogamy persists in its functioning as a system, determines that it also operates within those relationships: i.e. the very impossibility to define those relations, their very elusiveness in the face of various categorizing labels – *non-relations, almost-somethings, fuckbuddies, stories* – is surely a manifestation of how that system of hierarchization of relationships actually works. Alternatively, if those ties ever come to be

defined, they do not imply the seriousness and status that are usually ascribed to an actual couple relationship.

Given the fact that casual sex is legitimized, these types of relationships often operate as a prelude to *stable* relationships. However, this aspect is also not immune to different types of malaise, such as those arising from situations where expectations and aspirations differ on the point of how such a relationship should work. Even though these ties are a practice of both men and women, gender precepts often result in divergent expectations as to these types of bonds. Even though some of the women I have interviewed for this research had lived through these types of relationships and did not seem be conflicted around it, there certainly was an idea that floated around the matter and that I have equally encountered in my digital ethnography: i.e. the clashes and limitations between the precepts of masculinity and femininity, resulting in the confrontation between masculine autonomy and the feminine claim for affection and communication. In spite of the fact that these tensions do also occur in the standard configuration of a stable couple (Lasén and Casado, 2012) and are directly linked to how masculine and feminine identities are shaped, these "undefined" relationships present a situation where these clashes are on occasion imbricated with divergent expectations as to the relationship's continuation. In fact, ambiguity and undefinition are easily coupled to masculine autonomy (Castrillo Bustamante, 2018) and, thus, it is precisely from the standpoint of masculine positions that the rhythm and evolution of these relationships, as well as the absence of labels and definitions, are often set. That is to say, the control over the development of these relationships is usually shaped by masculine standards, in accordance with prevailing hegemonic gender precepts. Besides, feminine demands or malaises do not usually feel at home in an undefined relationship, which might seem not to even exist due to its unnamed nature.

The monogamous system, closely intertwined with the gender system and its unequal distribution of roles, privileges, and disadvantages—embedded in multiple spheres such as labour, caregiving, and sexuality—plays a crucial role in sustaining existing social structures. This interconnection positions the formal, stable, and monogamous couple as a space of legitimacy. Although asymmetries and inequalities persist within traditional stable relationships and couples, their formal recognition as such—i.e., as a couple—can, at times, provide a space that legitimizes and accommodates certain female demands. Conversely, undefined sex-affective situations, often framed under the notion of "we are not really

anything," may hinder the expression of certain expectations, frustrations, or grievances. This difficulty is frequently reported by women, both in social media discussions and in interviews. **Stating "we are partners/we are a couple" is a performative act** that entails the definition of an "us", a future projection, the undertaking of emotional labour and the mutual care that are presupposed in nowadays equal relationships. That statement, "we are a couple" also entails, in a majority of cases, the embracement of sexual exclusivity and the acceptance of a smaller autonomy. Hegemonic precepts of masculinity favour sexual activity and autonomy, whereas hegemonic femininity precepts tend to favour love and dependence. Even though not all men and not all women are defined by these aspects, those gender precepts do generate clashes and expectations in a moment where the construction of stable couple relationships are no longer a prerequisite for sexuality.

When examining the issues experienced by the typical audiences of intimacy and relationship coaches, we generally find women striving to learn how to establish a couple and to find men that are open to commitment; on the other hand, we tend to find men eager to learn to get frequent sexual intercourse and a higher professional success. Nonetheless, it also appears from my fieldwork that women do enjoy casual or non-exclusive sex settings; however, in the context of their relations with men, it is precisely in the affirmation of men's autonomy (in the form of ghosting, disregard for women's wellbeing or neglect) where the women's malaise seems to really lie. In the face of these frustrating realities women might develop different strategies: from appealing to emotional responsibility (see Chapter 4), to reclaiming monogamy, romance and family (as mentioned at the outset of these Conclusions), to remaining single and unwilling to engage in sexual intercourse (a recent trend in social media that I have not been able to engage with during this PhD study).

In sum, it could be posited that practices, beliefs and discourses examined during this research point to the conclusion that **non-sexually-exclusive relationships framed in terms of singlehood are widely rooted and are, at least at the stage of youth life, broadly accepted**, and that they often work as a possible prelude to the establishment of a couple. However, on occasion, gender produces differences in their evaluation and the expectations attached thereto. Examples of this would be women's lower longing for casual sex or one-night stands, as compared to men; the back-and-forth disputes, inequalities and asymmetries that flow from gender precepts where the masculine claim for autonomy meets the feminine demands for affection and, in some cases, the desire to build relationships.

Thus, a higher aspiration for this type of relationships may be identified among women, according to several statistical sources (40db, 2022; Sanmartín et al., 2023) that have been examined in Chapter 5.

However, in the case of CNM, we find an initial difference: the definition of an "us" concept, i.e. a sort of enduring bond that is acknowledged as such. CNM are varied and broad in nature (they may range from previously ordinary couples that "open up" to third persons in their sexual and/or affective dimensions, to non-hierarchical polyamory, to relationship anarchy, etc.); within that variety, some confront or challenge the monogamous model more than others. That is to say, those CNM relationships where there is a central couple which "opens up" their relationship to third persons, be it on the sexual and/or affective dimension, are somehow similar to standard monogamous couples. Their main difference would lie upon the fact that the aspect of sexual or affective exclusivity is dissolved, if we compare them with the affective networks that outrightly negate the idea of a couple – relational anarchy, non-hierarchical polyamory, for instance. To be sure, this brings about frictions, rules, arrangements and agreements, even among those partnerships which are more similar to ordinary monogamous couples, since they still constitute an exception to the monogamous and romantic norm: they range from dealing with jealousy, to managing power relations, to complexes derived from feeling inferior, to even envy, as well as to other gender asymmetries that might otherwise operate internally. In general terms, there is growing acknowledgement of this type of couples in society, since they are present in public debates or interviews and they are pictured and represented in cultural products, as Chapter 5 has shown. In Spain, among younger, urban and highly educated social sectors, the acceptance of this kind of relations tends to grow (CIS, 2023), although it does not necessarily follow that they are broadly practiced. Statistical data (40dB, 2023; Yougov, 2022; Scoats y Campbell, 2022) shows that the practice level is set around 5% of nowadays' couples; a higher percentage of people appear to show at least a degree of interest on those practices, men being a category that may be singled out in this regard as they show greater interest in the formulation of these relationship models (Sanmartín et al., 2023; 40dB, 2022; Yougov, 2022). Likewise, these findings are in accordance with discourses found in the context of professional intimacy coaching centered around open relationships from a gendered perspective. Whereas coaching targeted at men emphasized positive aspects of open relationships such as personal growth and the importance of shaping relationships according to individual preferences—while also highlighting the potential for sexual enjoyment—

coaching discourses aimed at women, in contrast, tended to view these relational models with skepticism, often perceiving them as inherently destined to fail.

It is equally noteworthy that CNM are addressed as a topic in many love/sexuality sections of women's magazines. This is done with a considerable degree of openness and avoiding moral condemnation, a point that denotes the interest these issues might elicit both among journalists and among their audiences. This might be read as an interest towards non-normative sexuality in the world of feminine cultural products (McRobbie, 1998). However, in audiovisual representations of CNM, oftentimes they tend to be shown somewhat diluted, in a *light* version so to say. This might be reflected in the purported absence or quasi-absence of power relations or in the representation of these relationships as mere individual decisions within a middle-class, heterosexual couples, in a manner whereby some rules are agreed upon and are subsequently observed or infringed upon, thereby leading to settings where, sometimes, the solution is provided by a return to sexual exclusivity or an exit through break-up. In spite of this, one may also find more interesting and complex representations, where power relations are given some room and really addressed, together with any correlative doubts, fears and conflicts; in sum, where a more integrally human treatment is undertaken in a properly literary fashion.

Interviewed people engaged or having been engaged in non-monogamous relationships showed different patterns of experiences around stigma, a point which reflected the general lack of social acceptance of such affective models. In one case, a woman had kept one such relationship in secret, due to a fear of condemnation by her social environment, a cautious stance that she attributed explicitly to her old age. Some other interviewees, which belonged to other, more special circles (urban, modern, LGBTIQ+ friendly), had undergone different experiences. For instance, in gay environments, where it is rather common to find such types of models, there exists a considerable openness towards these issues, a trend that is also perceivable in other LGBTIQ+ environments. In general, it is more common for LGTBIQ+ people to address CNM relationships if we compare them to heterosexuals, where gay male and bisexual people stand out in these practices (Levine et al., 2018). That is to say, environments located outside the common heterosexual framework seem to show a certain normalization and assumption of these practices, at least internally, similarly to contracultural circles or progressive movements and ideologies. Nonetheless, concerning other environments (the family, the workplace, male heterosexual friends, etc.) some caution does

seem to exist as to the extent to which intimate configurations are shared, or there is at least a fear of becoming a target of mockery and condemnation.

However, our time's growing social acceptance of CNM (CIS, 2023) must be also formulated within the framework of the monogamous system and the intimate public sphere. Any time a person does not explicitly state, or avoids any clear indication that may point to the existence of that type of relationship, only rarely will any interlocutor infer the existence of such a CNM bond. In social media, whenever I find content around CNM, messages of strong support and statements of utter disgust share space with other comments that go on the line that "anything happening in one's bedroom is just that person's business". Even though this kind of discourse may emphasize respect towards personal choices to engage in that type of relations, they may be equally slip towards the actual relegation of non-normative practices towards the strictly private realm. Some similar phenomena come up whenever "sissyphobic" comments or slurs against LGTBIQ+ Pride day are uttered, running on the lines that "people may do anything they want as long as it remains on their private sphere"; that is to say, *as long as it is not noticed*. This leads to the result that **social discourses around CNM may on occasion embark on a progressive acceptance of this models, at least at a theoretical level**; however, **it remains to be seen whether if the access to the public sphere of this kind of relationships may also spark strong social rejections**, in case the actors at stake do not accept to be relegated to strict couple privacy or to anecdotal stories.

Discourses, practices and beliefs of various kinds have been collected and examined for this research on the topic of the assessment of different sexual-affective models and their role in society. In that regard, Chapter 3 has provided some observations that have attempted to zoom in onto discourses found in social media, in the professional psychology world, in online forums, as well as in cultural products around monogamy and non-exclusiveness. However, I would like to focus even more on some aspects linked to affective and intimacy coaching. Indeed, it has probably been one of the main surprises I have encountered during my fieldwork: whereas, in the beginning, I had endeavoured to investigate psychological discourses in the sexual-affective sphere that I had been interested in during some years, the topic of affective coaching endogenously and unexpectedly emerged as a key point in the contemporary socio-affective reality. This evolution was partly the result of algorithm-based guidance carried out by my own social media.

The issues addressed by the coaches under our research scope have great parallelisms with the issues that have arisen as per our analysis of social media, online forums and interviewees' statements. Once again, one of the main fault lines I have encountered has probably been the wish for masculine autonomy, as well as their higher aspiration towards sexual experiences among them, in opposition to the stronger wishes that women in general (although with considerable exceptions) appeared to show towards the more affective and love-related sphere. What followed from that friction was the difficulty of reconciling both realities.

In the field of coaching, one may posit that, so to say, the discourses addressed to men and those addressed to women, as well as the stakes they faced, were divergent even though they emerged from similar starting points. In general terms, the key, most interesting finding was that, in order to live up to and solve the challenges undergone by their respective audiences, **these coaches' reaction was, ultimately, to recommend *doing gender***. Of course, this was done from an individualistic standpoint that appealed to everyone's inner emotional undertakings, to personal development and to self-knowledge. In this vein, other stakes such as power relations, social class, racialization, or gender itself, did not seem to have any room in these coaches' approaches. Resorting to euphemisms such as "energy", construed as an inner essence of sorts that would correspond with gender, in order to pursue that energy and thus find one's ultimate objectives, would constitute another mechanism by which gender is done and prescribed. Then, for men the choice would oscillate between "being an alpha" or developing one's masculine energy in opposition to "being a beta" or having feminine energy. Women, on their side, should modulate their energy, be receptive, be connected to their inner self; whereas men should develop their alpha self, dare, throw themselves forwards, be active, take control of the situation. Females should discipline their sexuality, were they to find a stable partner, whereas males should dare to contact women and have sexual intercourse with them up to the point where they decided to *settle down* with the *right one*, the one endowed with *real value*.

Likewise, it is interesting to emphasize how, through coaching discourses addressed at masculine audiences, there emerged an unrestrained discourse decrying and warning about feminine promiscuity, condemning women as promiscuous, toxic and undesirable. On the other hand, within feminine coaching, this feminine promiscuity tended, in a discursive turn

of sorts, not to be explicitly addressed, but was nevertheless equally, albeit indirectly, censored: i.e. *your body is a temple*; *you must keep emotional room*; *you cannot concentrate on someone if you are seeing or talking to other people*, etc. Actually, even though these formulations are certainly less aggressive, they do revolve around the point that women seeking for a partner must be sexually self-restraint. Thus, it comes back to the very same hegemonic standards on sexuality and gender, keeping its distances from postfeminist formulations of laid-back sexuality (McRobbie, 1998) and returning, by way of a discourse that recycles the appeals to individuality and inwardness, to the standard of the *good girl*. The right to enjoy casual sexual experiences is not negated *per se*, but if one actively seeks a stable relationship, one is discouraged from having a plurality of contacts. In sum, this constitutes a crystal-clear **continuity of monogamy as a system, a system that is interwoven with heteronormativity and with hegemonic concepts of gender**.

Even though the analysed coaching examples constituted specific instances, some of the ideas they convey around the purportedly correct gender behaviour are replicated, either more or less extremely, in social media. The spread of extreme-right ideas and the support they gather, as well as the outright rejection of equality and diversity, are also the catalysing mechanism of a whole range of discursive practices on gender and sexuality. These discourses are supported by a solid and constant online activism that is also endorsed by some of the CEOs of leading technological companies that own some of this social media. This, in turn, raises the question of the extent to which that ownership and ideological adherence may interact in order to influence how these discourses spread thanks to algorithmic design. Public statements made by Elon Musk (CEO of X) and Mark Zuckerberg (CEO of META Platforms) against pro-equality and pro-diversity policies, and their support of Donald Trump, are other examples of such concern.

In any case, analysing the emergence of (not so) new discourses that, through social media and extreme-right discourses, appeal to the adherence to modern gender mandates in sexual and affective spheres, has not prevented this study from also reaching out to other perspectives. Objective 4 of this research aimed at examining how these elements have been addressed by academic investigations of sexuality. In this vein, Chapters 2 and 3 of this work have attempted to map and navigate a representative part of this research corpus on the sexual- and affective sphere. According to some theoretical standpoints, such as those endorsed by Bauman (2005) and Illouz (2020), a growing legitimization of casual sex in

nowadays world is directly coupled to late capitalism and to the prevalent consumerist logic being applied also to the *sexual-affective realm*. Indeed, some authors seem to emphasize the tenet that casual sex culture, or the culture associated to sex outside the framework of a couple, is inscribed in a *hypersexualization* of sorts that sidelines affective elements and where, from an individualistic perspective, individual and rational interests prevail. These authors equally underscore the influence of IT and the Internet in potentiating this type of consumerist sexual-affective dynamics. However, these analogous theories do present some divergences. For instance, Eva Illouz (2020), unlike Zygmunt Bauman, has emphasized how masculinity precepts are in principle responsible for this kind of sexual standards: the accumulation of experiences as a source of value; the development of autonomy and the act of distancing oneself from interdependence, from affects and from vulnerability; and the fault lines that these asymmetries induce on women.

On their side, authors such as Giddens (1995) have stayed away from this stance. They have rather focused on how social change concerning sexuality, linked to a higher equality between men and women, generates a transformation whereby reflexivity on the sexual and amorous experience increases, and whereby ideas of romantic love tend to transform towards so-called confluent love. That is to say, romantic love, according to Giddens, would pertain to a regime of clear inequality between men and women, belonging to stages of modernity that have preceded the aforementioned changes on gender and sexuality that culminated at the end of the XX century. However, a higher equality between subjects and the existence of a lower normative constraint at the sexual-affective sphere would result in the outcome that the actors of relationships enjoy a broader margin of action concerning the evolution of their sexual-affective relations; this would also include their margin of action regarding sexual exclusivity. This perspective points towards an equality-based relations setting that would match the standards of a purportedly accomplished gender equality order. However, this vision is conflicted with the still-persistent gender asymmetries that have been examined all along this research. Authors such as Mari Luz Esteban (2011) or Coral Herrera (2015), as analysed in Chapter 2, establish conclusions that point to the existence and persistence of romantic love, as well as to its imbrication with still-persistent gender asymmetries. Both elements may be considered as constitutive elements of a monogamous and hetero-normative system.

In any case, some alerts have been raised concerning technological mediation in the sexual-affective sphere. Indeed, the Internet was accused of increasing uncontextualized contacts established in a privatized manner. A consumerist sexual culture exclusively mediated through image was also attributed to it, in a vision that might be found in authors such as Lerdellier (2014) or Illouz (2020). However, these stances are also challenged by some recent empirical studies. In Chapter 3 I have collected numerous research pieces that have set out to employ digital and hybrid ethnographies sensible to intersectional perspectives that consider gender, social class and sexual orientation, in order to analyse different experiences linked to the use of dating apps or other social media in the quest for sexual and affective contact. These studies have also served to guide and orient my own fieldwork and analysis. Thus, it may be posited that these media connected to the Web do possess a multiplicity of uses and effects. These, in turn, may be construed as a consequence of shared agencies between their algorithmic designs and the specific uses undertaken by users, a decisive feature of them being set by their ubiquitous and accelerated nature and the inscriptions of our own experiences on technological devices (Lasén, 2019).

Objective 5 of this study intended to examine the uses and effects of this type of apps as employed to search for sexual-affective partners and experiences. I would like to connect this latter point with the previous paragraph in order to emphasize the wide variety of uses and realities that flow therefrom. As per the conclusions reached in Chapter 3, dating apps and social media are a setting for the reproduction of some previous offline social dynamics. For example, this is visible in gender dynamics concerning flirting; in the different volume of men and women (similar to other flirting spaces, such as discos); in the different use-expectations according to gender; or on the potential harassment, condemnation and disciplining to which women may be subjected any time their behavior falls outside the prevalent rules. Likewise, we may find algorithmic designs that, precisely, tend to reproduce the mono- and hetero-normative system. For example, in these apps gender is a mandatory filter for the quest of contacts, one-to-one contacts and chats are the only possible ones, homogamy and hypergamy are reproduced by these elements and by different searching filters, and their algorithmic design rates and hierarchically ranks corporalities (racialization, size, height). In addition, there exists a commercial logic where the payment of subscriptions allows to further refine the reproduction of such elements. Besides, it is possible to identify a distancing process by which more explicit and less normative sexual expressions are

rejected or undermined by terms and conditions of mainstream apps, thus establishing a "correctness regime" of sorts.

However, in parallel, uses and experiences are varied: apps may equally allow women the option to undergo sexual experiences that do not necessarily entail control and censoring of their environments, and have the potential to establish means by which it is possible to revert gender norms; they allow for the development of sexual and friendship communities; in spite of the aforementioned reproduction of homogamy, they also leave room for contact with users from different backgrounds; contacts between people do not have to be uncontextualized, i.e. conversation may become a key point to collect information; and, finally, they allow for the establishment of intimate publics for sharing experiences on their use and on sexuality.

Now, we shall come back to the general objective of this study and to the initial research question, which intended to address the sense and value of monogamy, of promiscuity and of romantic love nowadays. It may be concluded that, as anticipated on several occasions, monogamy works as a system, occupying a hierarchical position in sexual stratification, thus operating as a nodal point in relation to which all other practices and configurations are explained and interpreted. **Its functioning as a system is closely linked to hetero-normativity, hegemonic conceptions on gender and romantic love; all this intricate web constitutes a structure that is reproduced by its very own inertia** (Becker, 2009). This systemic and structural element may be traced in the persistence of the couple as an aspiration and as a socially valued element. It is a configuration that provides people a sense of maturity, a symptom of its hierarchical position within the social world. Couple relations have undergone tremendous change during decades in Western social contexts: the disappearing of offspring as something mandatory; marriage as an option among others; the growing legal acceptance of same-sex marriage in many countries; the rise of divorce and separation rates; or growing experience with different sex partners. In spite of these deep transformations, which in any case indicate important ruptures with prevalent gender, sexuality and marriage norms during the XIX and XX century standards, it may be observed that the figures of the monogamous couple and romantic love still remain in a central position of expectations, longings and aspirations, as well as in the social status thereof.

Now, a different question is that of **monogamy as a practice, i.e. the absence of sexual exclusivity in various sexual-affective configurations of ordinary, everyday life**. The legitimization of casual sex as leisure and pleasure existing outside the framework of a stable couple, on the one hand, which has spread since the last decades of the XX century; and, on the other hand, the process of individuation that has come to include also women, have contributed to break the building blocks of the previous model (even if assuming that, historically, men did enjoy a partial recognition of that right to sexuality as leisure and as non-exclusive). This new framework presents a series of new sexual possibilities outside the realm of the couple, which are based on experimentation, enjoyment and leisure. Casual and non-exclusive sexuality has become a legitimate practice, a point of departure from which couple relations might be formed, transitioning from sexuality and dating towards love, thus standing in opposition to the previous normative model (which, however, may have *de facto* included hided instances of some of these now naturalized practices)[152].

However, this legitimization of casual or non-exclusive sexuality is ultimately subordinated, oftentimes, to the monogamous couple as a configuration, especially as a behavior mandate addressed at women as a part of what is deemed an appropriate sexual behavior. Even more casual or undefined sexuality, if performed outside the couple (stories, situationships, fuckbuddies, etc.) are conceived as an initial experimentation of sorts, a part of the acquisition of the tools necessary to become an adult (among others, learning about and enjoying sex). This phenomenon is normalized during educational stages and during the first years after entering the job market, or else during interludes between long-lasting relationships. In addition, women remain confronted to contradictory messages: while they are certainly encouraged to unfold their sexuality, they may be equally condemned for doing so. Beyond an initial stage where single status and the enjoyment of sexuality are accepted (in one's youth or after a break-up) women are oftentimes reproached precisely for staying single or for refusing to enter a couple. Alternatively, women feel the need, or they urge themselves to develop a couple or family undertaking, as a constitutive part of gender precepts that, even though might also affect men, do not condition them as fully as they do with women. Indeed, the higher social status of masculine singlehood, in comparison to the feminine one, joint to the social precept of masculine autonomy, on occasion leads to reluctance to become a couple, to communication or to affection from masculine positions.

[152]The Spanish expression *matrimonio de penalti,* i.e. conerning the marriage of an already pregnant woman, stands as a example of this types of realities. My own conversations with elderly people around everyday experiences of this vein has always encountered a degree of silence and caution.

This, in turn, may sometimes result in tensions and malaise in interpersonal relationships between men and women.

In another dimension, the workings of monogamy as a system may be also found, concerning same-sex relations, in the comparatively higher acceptance of stable couples, in opposition to a higher mistrust of non-normative sexual-affective practices among this community.

In any case, a gradual yet slow opening and a progressive acceptance may be found with regards to consensual non-monogamies, in particular among the younger, more educated, middle-class, urban demographic sections. Furthermore, in accordance with gendered norms surrounding sexuality, men express a greater interest in these relational models than women (40dB, 2022; Sanmartín et al., 2023; Yougov, 2020). Nonetheless, the increase in the representation of this type of configurations in cultural products (films, TV series, magazines, literature), the higher prevalence of them in some social groups (progressive environments, the cultural sphere, LGBTIQ+ circles), or the aforementioned higher acceptance as shown by statistical data (CIS, 2023) are not enough to overcome the centrality of mono-normativity in the public intimate sphere. Thus, this hard fact persists in making it difficult to publicly assume this type of realities. Oftentimes, these options are decried as "consensual infidelities" of lacks or acts of disrespect but, given that they are more prevalent that generally assumed (a prevalence of around 5%), they are relegated, as a result, to the dormitory or to intimate conversations.

******

This work serves as a reflection on how, despite the social changes that may imply significant shifts in daily practices—such as those observed in the domain of sexuality—these do not necessarily result in the disruption of large structures and systems, which possess the remarkable ability to adapt and conform to new realities by their own inertia (Becker, 2009). The inertia or stabilisation of monogamy lies in the existence of a network or framework that supports it (Latour, 2008); this makes it more difficult to change and innovate within this structure, as it becomes intertwined with other social systems, and its entanglement with various entities—people, collectives, objects, technologies, institutions, imaginaries, subjectivities, etc.—renders it even more stable. However, the loss of elements from this

monogamous network-framework creates some instability and makes it vulnerable to change. In this way, the monogamous network has lost certain nodes—such as marriage and the couple as the only legitimate space for sexuality, and as a mandatory step in life trajectories, female processes of individualisation, increased sexual freedom for both women and non-heterosexual identities, the principle of normative equality, decision-making on sexual exclusivity within couples, etc.; in other words, the monogamous framework has eroded and destabilised to some extent, but not enough to disappear and be replaced by another hegemonic mode; it has, however, ceased to be the only obligatory path, thereby opening the door to new dynamics and conflicts.

The breadth of what it entails to analyse structures or systems such as monogamy, heterosexuality, or gender brings with it the impossibility and limitation of addressing all aspects adequately. In this study, I have attempted to focus on analysing the social changes related to monogamy from a perspective that considers digital mediations, as the Internet is currently part of our ordinary social reality—a space from which to learn, view, and converse, but also, in some respects, a place that is criticised regarding the sex-affective domain. However, throughout this work, several gaps or new areas of interest have emerged that perhaps deserve further attention:

With regard to the systematisation and analysis of data collected during the fieldwork, it would have been valuable to employ specific software for qualitative analysis. In this case, however, the process was carried out manually, using both a fieldwork diary and Microsoft Word documents. Such software might have contributed to a more refined comparison of the discourses gathered, whether from in-depth interviews, informal conversations conducted via dating applications, or from online content such as forums, social media sex-affective mentors and therapists, comment sections, and so forth. This would have facilitated a more integrated and systematic categorisation of the discourses and meanings. It is likely that, in doing so, the analysis could have been more comprehensive, enabling more robust comparisons and more nuanced interpretations. Acquiring training in the use of qualitative analysis software is one of the personal needs identified through the process of this doctoral research, which has constituted a significant learning journey.

On the other hand, as outlined in Chapter 1, the in-depth interviews were conducted primarily with young adults holding university degrees and progressive ideologies. This characteristic, for instance, limits the extent to which the findings can be generalised to the wider population, although the insights remain significant within the studied groups.

Expanding the sample to include a broader range of sociodemographic variables or undertaking a comparative analysis of discourses across differing sociodemographic profiles could thus offer a promising direction for further research.

I believe that one of the major challenges I faced was the factor of age. I have tried, as far as possible, to conduct fieldwork with people of varied ages, specifically concerning interviews or discussions, but this aspect was limited, and the older individuals I interviewed were women. I believe it would be interesting, in this regard, to conduct research that specifically focuses on population groups aged 50 and above, as many individuals in this age group are at a new stage of life, with adult children (if they have any), diverse experiences in the sex-affective domain—from long-term relationship breakdowns to having experienced significant social changes in the domain of sexuality. It would also be interesting to examine the specific use of devices connected to the internet, especially dating apps or websites for meeting others at these ages, as most studies in this area have focused on younger individuals—under 40—while my adult female interviewees did not report using such apps.

Connected to the previous point, another difficult task has been securing the participation of heterosexual men in middle to older age groups—40 and above—who were willing to participate in this study, a challenge I encountered despite attempting various strategies. Although I turned to discourses on masculinity in coaching, targeted audiences for these products, social media, and even manosphere discourses to explore certain narratives, it would be interesting to conduct research focusing on these gendered discourses within the sex-affective domain. The rise of the far right in the Western world, and the exploitation of male discontent in the sex-affective sphere by perspectives that deny equality and diversity, could also be a valuable area of study. Similarly, these neoconservative positions within masculinity are also reflected in their female counterparts, where a new wave of traditional values on femininity should also be examined. Ultimately, new discourses that re-stabilise hegemonic gender asymmetries and roles deserve attention.

The challenges of approaching research on sexuality, intimacy, and affection, and the need for informants in this work, are largely linked to the tendency of individuals to conceal, due to shame, embarrassment, or guilt, their experiences and practices. The fear of disapproval, of being "discovered" in socially undesirable situations, creates great reluctance in many people, as their reputation and even their daily reality—relationships with partners, family, friends, and work—can be compromised. In this respect, it was common among interviewees

that certain topics—adultery, group sex or kink, open relationships, abuse, depression, and other psychological distress—only surfaced once the discussions had progressed and a certain level of trust had been established. However, it is worth noting that in some male discourses—with the exception of those gathered from gay men—there was often greater reluctance to open up about these topics, or even the need, at times, for more specific questions or a more active role from me in asking how certain things made them feel. Whereas women and gay men tended to recount their experiences in great detail, linking various aspects of their lives, this was not typically the case with other men. Similarly, I noticed this difference when comparing my conversations with men and women through dating app chats. I also associate this with a greater reluctance among men to participate in this study, as I mentioned earlier, and this reluctance seemed to increase with age. Masculinity mandates, therefore, also operate in these aspects of a lesser willingness to discuss one's intimacy or even other experiences and realities that might make them feel vulnerable. The emphasis on autonomy, control over situations, and distance from vulnerability—fearing being singled out or questioned—are elements that may have influenced these greater hesitations. In hindsight, I might have been more persistent and tried harder to recruit older male informants, as the absence of their discourses in this study is somewhat tangible. For future studies, addressing this aspect and attempting to contact more men—while acknowledging that some may back out, as I experienced—seems important.

Another gap I consider significant in my fieldwork is the lack of narratives from individuals involved in consensually non-monogamous relationships. All the narratives I gathered were from individuals in configurations similar to open relationships, where a central couple opens up to sexual and affective contact with third parties. However, there were no accounts from people involved in affective networks that challenge traditional couple models, such as non-hierarchical polyamorous networks or individuals practicing relationship anarchy. I attempted to recruit informants through contacts in various activist groups—both non-monogamous and LGBTQ+ movements—but either there was reluctance, or I had to make certain considerations that led me to step back. Being an outsider—despite also identifying as non-monogamous—within these spaces, particularly where there was activism surrounding NMCs, created a sense of dissonance. In this respect, research within activist contexts—whether formal groups or not—focused on different sexual dissidences would probably be more compelling from a participatory action approach. This means a collaborative study, integrated into the activism itself, that helps co-construct and narrate different ways of

feeling, being, and experiencing realities outside the monogamous norm and the couple paradigm, while addressing how to challenge these norms and deal with stigma and labelling, as well as generating safe and supportive spaces.

In line with the narratives of individuals in non-monogamous relationships, something I only realised while writing this text is the lack of narratives from the "third parties." In open relationships, where a central couple opens up to third individuals—whether sexually or affectively—there is a hierarchy created towards these individuals, who must adapt to the desires and boundaries of the couple. This can lead to the objectification of these individuals, who lose a certain degree of agency within the primary relationship. When conducting interviews, I did not consider this aspect, and now it seems to be a noticeable gap. Power dynamics, discomfort, and sometimes a lack of legitimacy in communicating these feelings are part of these realities, which I have observed throughout my experience within CNMs.

The analysis of coaching discourses on the sex-affective domain has perhaps been one of the greatest surprises in my fieldwork. While I was already familiar with some of the seduction gurus and masculinity coaches due to their viral presence on social media, I had not closely examined coaching directed at women until I encountered it during my research. The reformulation of gender precepts mixed with self-help culture and self-improvement, from a perspective that places the responsibility solely on the individual, is an interesting element in a context of deinstitutionalisation, where clear guidelines and norms regarding the search for and establishment of a couple no longer exist, and perhaps also regarding how to perform gender. In this regard, I have increasingly encountered coaches who incorporate elements of new-age thinking, spirituality, personal growth, gender prescriptions, and other aspects such as lifestyle and fitness. I believe these discursive practices merit attention, and they could form the basis for interesting research, such as the work by Sabina Balishyan and Panos Kompatsiaris (2023).

Finally, I would like to mention that the work carried out to analyse dating apps has been stimulating; however, there are still loose ends that need to be addressed. For instance, there is a significant difference between the number of male and female users on dating apps, and it would be valuable to investigate the reasons for these differences, considering sexual orientation, in order to better understand the motivations and hesitations regarding the use of these platforms, especially when intersecting variables such as gender and sexual

orientation. At the same time, another interesting aspect is the decline in the use of dating apps such as Tinder and Bumble (Sánchez, 2024), which suggests that not only women, but the population as a whole appears to be increasingly reluctant to use them. Therefore, analysing these aspects from an academic perspective would be valuable, as market research by these companies has likely already been exploring these issues.

Bibliografía

40dB (2022). *Estudio social la percepción del amor.* El País – SER. https://elpais.com/sociedad/2022-06-05/consulte-todos-los-datos-internos-de-la-encuesta-de-el-pais-sobre-la-percepcion-del-amor-cuestionarios-y-respuestas-individuales.html

Abad, P. (2021). Gabriela Wiener y el poliamor: una disidencia que (ahora) vuelve al teatro. *Vogue Spain.* https://www.vogue.es/living/articulos/teatro-obra-gabriela-wiener-poliamor

Acic, I., Stevens, H., Yu, X., y Taylor, L. D. (2021). How gay men discuss their bodies online. *Communication Research Reports*, *38*(5), 325–335. https://doi.org/10.1080/08824096.2021.1976630

Actis, M. F., Cremona, M. F., y Gariglio, R. (2018). Entre el deseo y los sacrificios. El dispositivo del amor romántico en el relato de las mujeres. *De Prácticas Y Discursos*, *7*(10). https://doi.org/10.30972/dpd.7103530

Agirre Miguelez, A. (2014). La gestión de la sexualidad en parejas con ideología igualitaria: de la monogamia dada por sentada a la negociación, *RIPS: Revista de investigaciones políticas y sociológicas*, (13), 67-101.

Ahmed, S. (2019). *La promesa de la Felicidad: Una crítica cultural al imperativo de la alegría*. Caja Negra.

Albury, K. (2017). Heterosexual casual sex: From free love to Tinder. En, Clarissa Smith y Feona Attwood (Eds.), *The Routledge Companion to Media, Sex and Sexuality*, (pp. 81-89). Routledge.

Albury, K., Burgess, J., Light, B., Race, K., & Wilken, R. (2017). Data cultures of mobile dating and hook-up apps: Emerging issues for critical social science research. *Big Data & Society, 4*(2). https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/2053951717720950

Albury, K., y Byron, P. (2016). Safe on My Phone? Same-Sex Attracted Young People's Negotiations of Intimacy, Visibility, and Risk on Digital Hook-Up Apps. *Social Media + Society, 2*(4). https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/2056305116672887

Albury, K., McCosker, A., y Evers, C. (2021). 'Men seeking women': Awkwardness, shame, and other affective encounters with dating apps. *First Monday, 26*(4). https://doi.org/10.5210/fm.v26i4.11637

Aldaz, C. (2023). Encuesta Sigma Dos. Los datos hablan: ellos más infieles que ellas. Desvelamos las causas. *Yo Dona.* *https://www.elmundo.es/yodona/lifestyle/2023/08/18/646b2865fdddff8ca88b4587.html*

Allen, W. R., Jewell, J. O., Griffin, K. A., & Wolf, D. S. (2007). Historically Black Colleges and Universities: Honoring the Past, Engaging the Present, Touching the Future. *The Journal of Negro Education, 76*(3), 263–280. http://www.jstor.org/stable/40034570

Alonso, L. E. (1995). Sujeto y discurso. El lugar de la entrevista abierta en las prácticas de la sociología cualitativa. En J. M. Delgado y J. Gutiérrez Fernández (coords.), *Métodos y técnicas de investigación en ciencias sociales*. Madrid: Síntesis, págs. 225-240.

Alonso, M. (2023a). Entre Instagram y pornografía: por qué el círculo verde de tus mejores amigos ya no es apto para tímidos. *ICON. https://elpais.com/icon/2023-09-15/entre-instagram-y-pornografia-por-que-el-circulo-verde-de-tus-mejores-amigos-ya-no-es-apto-para-timidos.html*

Alonso, M. (2023b). Cuándo es el momento idóneo para decidir abrir una pareja. *Smoda. https://elpais.com/smoda/placeres/cuando-es-el-momento-idoneo-para-decidir-abrir-una-pareja.html*

Álvarez-Benavides, A. y E. Toscano (2021): "Nuevas articulaciones de la extrema derecha global: actores, discursos, prácticas, identidades y los retos de la democracia", *Política y Sociedad*, 58(2), e74471. https://doi.org/10.5209/poso.74471

Alvaro (22 de marzo de 2010). Sexy o no Como funciona. *Utilidades.* https://utilidadesss.blogspot.com/2010/03/sexy-o-no-como-funciona.html

Angel, K. (2021). *El buen sexo mañana: Mujer y deseo en la era del consentimiento.* Alpha Decay.

Arruzza, C. (2016). *Las sin parte: Matrimonios y divorcios entre feminismo y marxismo*. Sylone.

Aviram, H. (2010). Geeks, Goddesses, and Green Eggs: Political Mobilization and the Cultural Locus of the Polyamorous Community in the San Francisco Bay Area. En Meg-John Barker y Darren Langdridge (eds.) *Undestanding non-monogamies* (pp.97-93). Routledge.

Ayuso Sánchez, L., Jiménez Rodríguez, O. y Khamis Gutiérrez, N. (2021). *Jóvenes andaluces 2021: Opiniones, actitudes y comportamientos*. Junta de Andalucía. Centro de Estudios Andaluces.

Balishyan, S., & Kompatsiaris, P. (2024). Platform Spiritualities: Entrepreneurial Selves and Post-Feminist Sensibilities of Russian Influencers. *Observatorio (OBS*)*, *17*(5). https://doi.org/10.15847/obsOBS17520232420

Barker, M.-J. (2018). *Reinventa las reglas: Una guía de anti-autoayuda sobre el amor, el sexo y las relaciones*. Editorial Melusina.

Barker, M.-J., Gill, R., y Harvey, L. (2018). Mediated intimacy: Sex advice in media culture. *Sexualities, 21*(8), 1337-1345. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1363460718781342

Barrada J.R., Castro, Á., Fernández del Río, E. y Ramos-Villagrasa, P.J. (2021). Do dating app users and non-users differ in mating orientations? *PLoS ONE, 16*(2): https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246350

Barthes, R. (1977/1993). *Fragmentos de un discurso amoroso.* Siglo XXI.

Bateson, Gregory (1972/1998). *Pasos hacia una ecología de la mente: Una aproximación revolucionaria a la autocomprensión del hombre.* Lohlé-Lumen.

Bauman, Z. (2003). *Modernidad Líquida.* Fondo de Cultura Económica.

Bauman, Z. (2005). *Amor líquido: Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos.* Fondo de Cultura Económica.

Bauman, Z. (2010). *Modernidad y Holocausto*. Sequitur.

Beck, U. y Beck-Gernsheim, E. (2001). *El normal caos del amor: Las nuevas formas de la relación amorosa*. Paidós.

Becker, H. S. (2009). El poder de la inercia. *Apuntes de investigación del CECYP,* (15), 99-111.

Bergström, M. (2012). Nouveaux scénarios et pratiques sexuels chez les jeunes utilisateurs de sites de rencontres. *Agora débats/jeunesses, 60,* 107-119. https://doi.org/10.3917/agora.060.0107

Berlant, L. (1997). *The Queen of America Goes to Washington City: Essays on Sex and Citizenship*. Duke University Press.

Berlant, L. (2008). *The Female Complaint: The Unfinished Business of Sentimentality in American Culture*. Duke University Press.

Berlant, L., & Warner, M. (1998). Sex in Public. *Critical Inquiry*, *24*(2), 547–566. http://www.jstor.org/stable/1344178

Bizzotto, C. (s.f.). ¿Todavía no sabes consentir en el sexo? *Joy Club.* https://www.joyclub.com/es/magazin/sexeducation/todavia_no_sabes_consentir_en_el_sexo.html?aff_partner_name=pilot_es&aff_partner_id=consentimientoceci&aff_sub_id=joyinsta

Bock, G. (1991). La historia de las mujeres y la historia del género: Aspectos de un debate internacional. *Historia Social*, (9), 55-77.

Bolter, J. y Grusin, R, (2000). *Remediation: Understanding New Media*. MIT Press.

Butler, J. (1990/2007). *El género en disputa: El feminismo y la subversión de la identidad.* Paidós.

Butler, J. (1997/2004). *Lenguaje, poder e identidad.* Síntesis.

Byron, P., Albury, K., y Pym, T. (2021). Hooking up with friends: LGBTQ+ young people, dating apps, friendship and safety. *Media, Culture & Society, 43*(3), 497-514. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/0163443720972312

Cadena SER (2024). Este es el país de Europa con más bares por habitante: y ya no es España. *SER* https://cadenaser.com/nacional/2024/08/20/este-es-el-pais-de-europa-que-tiene-mas-bares-por-habitante-ya-no-es-espana-cadena-ser/

Calvo, M. (2015). La mujer en el cine (II): Los años treinta. *El Palomitrón.* https://elpalomitron.com/la-mujer-en-el-cine-los-anos-treinta/

Capel Martínez, R. M. (2008). Mujer y socialismo (1848-1939). *Pasado Y Memoria*, (7), 101–122. https://doi.org/10.14198/PASADO2008.7.06

Cardoso, D. (2018). Celos, género y comunidad. En, VV. AA., *(h)amor 3: Celos y culpas,* (pp. 239-249).

Cardoso, D., Rosa, A., & da Silva, M. T. (2021). (De)Politicizing Polyamory: Social Media Comments on Media Representations of Consensual Non-Monogamies. *Archives of sexual behavior*, *50*(4), 1325–1340. https://doi.org/10.1007/s10508-020-01887-5

Casado Aparicio, E. (2003). La emergencia del género y su resignificación en tiempos de lo post. *Foro Interno*, (3), 41-65.

Casado Aparicio, E. (2012). Tramas de violencia de género: sustantivación, metonimias, sinécdoques y preposiciones. *Papeles del CEIC 85*(2-2012). 1-28. https://doi.org/10.1387/pceic.12459

Casado, E. (2014). Tramas de género en la comunicación móvil en pareja. En, Amparo Lasén y Elena Casado (eds.), *Mediaciones tecnológicas: Cuerpos, afectos y subjetividades,* (pp. 53-70). Centro de Investigaciones Sociológicas – Universidad Complutense de Madrid.

Casilli, A. (2010). *Les liasons numériques. Vers une nouvelle sociabilité*. Éditions du Seuil.

Castrillo Bustamante, M. C. (2016). La incertidumbre amorosa contemporánea. Estrategias de los jóvenes. *Política y Sociedad*, *53*(2), 443-462. https://doi.org/10.5209/rev_POSO.2016.v53.n2.49369

Castrillo Bustamante, M. C. (2018). Entre la abnegación y la autonomía. Disposiciones de género en tensión en la experiencia de los vínculos amorosos heterosexuales. *Revista Española De Sociología*, *27*(3). https://doi.org/10.22325//fes/res.2018.18

Castro, A. (2021). Stories Told Together: Male Narratives of Non-Monogamous Bi+ and Heterosexual Men. *Archives of sexual behavior, 50*(4), 1461-1477 [10.1007/s10508-021-02008-6].

Cervantes González, F. D. y Rodríguez Salazar, T. (2022). El discurso psicológico en narrativas autobiográficas de jóvenes y adultos sobre relaciones amorosas. En, Zeyda Rodríguez Morales y Tania Rodríguez Salazar (coords.), *Parejas contemporáneas: De los arreglos tradicionales a las relaciones abiertas, la responsabilidad afectiva, tinder y el sugar dating* (pp. 167-202). Universidad de Guadalajara.

Chuca, A. (2022a). ¿Qué es la mononormatividad? El paso de una norma a una normatividad en el marco del crecimiento de las relaciones no monogámicas. *Revista de la Carrera de Sociología. Entramados y Perspectivas 12*(12), 688-718.

Chuca, A. (2022b). La cultura material de la monogamia: ¿Transformó el teléfono móvil nuestra forma de amar? *Revista Horizontes Sociológicos 9*(13), 33-48.

CIS Centro de Investigaciones Sociológicas (2021a). *Encuesta sobre relaciones sociales y afectivas en tiempos de pandemia de la COVID-19*. https://www.cis.es/-/avance-de-resultados-del-estudio-3325-encuesta-sobre-relaciones-sociales-y-afectivas-en-tiempos-de-pandemia-de-la-covid-19-

CIS Centro de Investigaciones Sociológicas (2021b). *Encuesta sobre relaciones sociales y afectivas en tiempos de pandemia de la COVID-19 (II). https://www.cis.es/-/avance-de-resultados-del-estudio-3339-encuesta-sobre-relaciones-sociales-y-afectivas-en-tiempos-de-pandemia-de-la-covid-19-ii-1*

CIS Centro de Investigaciones Sociológicas (2023). *Encuesta sobre relaciones sociales y afectivas pospandemia (III)*. https://www.cis.es/-/avance-de-resultados-del-estudio-3400-encuesta-sobre-relaciones-sociales-y-afectivas-pospandemia-iii-

CIS Centro de Investigaciones Sociológicas (2025). *Barómetro de enero 2025*. https://www.cis.es/es/detalle-ficha-estudio?idEstudio=14870

Coleman, J. (2009). An introduction to feminisms in a postfeminist age, *Women's Studies Journal,* 23 (2): 3-13.

Coll, E. (2021). *Resistencia bisexual: Mapas para una disidencia habitable*. Melusina.

Connell, R. (1995/2015). *Masculinidades.* Universidad Nacional Autónoma de México.

Cook, M. (2008). *London and the Culture of Homosexuality, 1885–1914*.Cambridge University Press.

Coontz, S. (2006). *Historia del matrimonio: cómo el amor conquistó el matrimonio.* Gedisa.

Correa, A.B., Castro, Á., Barrada, J.R. y Ruiz-Gómez, P. (2017). Sociodemographic and Psychosexual Characteristics of Students from a Spanish University Who Engage in Casual Sex. *Sex Res Soc Policy 14*, 445–453. https://doi.org/10.1007/s13178-017-0274-0

Day, K. y Wray, R. (2018). Fourth-wave feminism and postfeminism: Successes and failures. *Transform: A Journal of the Radical Left*, *4*, 113-137.

Debord, G. (1967/2000). *La sociedad del espectáculo.* Pre-textos.

Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género (2020). *Macroencuesta de Violencia contra la Mujer 2019.* Ministerio de Igualdad. https://violenciagenero.igualdad.gob.es/macroencuesta2015/macroencuesta2019/

Dobson, A.S., Carah, N. y Robards, B. (2018). Digital Intimate Publics and Social Media: Towards Theorising Public Lives on Private Platforms. In: Dobson, A.S., Robards, B., Carah, N. (eds) *Digital Intimate Publics and Social Media,* (pp. 3-27). Palgrave Macmillan, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-97607-5_1

Donzelot, J. (1977/2008). *La policía de las familias.* Nueva Visión.

Duarte, F. (4 de febrero de 2025). X (Formerly Twitter) User Age, Gender, & Demographic Stats (2024). *Exploding Topics.* https://explodingtopics.com/blog/x-user-stats

Dubet, F. (2006). *El declive de la institución*. Gedisa.

DuBois, E. C. y Gordon, L. (1984/1989). La búsqueda de éxtasis en el campo de batalla: peligro y placer en el pensamiento sexual feminista norteamericano del siglo XIX. En Carole S. Vance (comp.) *Placer y peligro: Explorando la sexualidad femenina* (selección de textos), (pp. 51-78). Revolución.

Duguay, S., Burgess, J., y Light, B. (2017). Mobile dating and hookup app culture. En P. Messaris, y L. Humphreys (Eds.), *Digital media: Transformations in human communication* (pp. 213–221). Peter Lang.

Duportail, J. (2019). *El algoritmo del amor: Un viaje a las entrañas de Tinder*. Contra.

Durán, G.G. (2021). Sicalípticas: El gran libro del cuplé y la sicalipsis. La Felguera.

Easton, D. y Hardy, J. W. (1997/2018). *Ética promiscua.* Melusina.

Echols, A. (1984/1989). El ello domado: la política sexual feminista entre 1968-1983. En Carole S. Vance (comp.) *Placer y peligro: Explorando la sexualidad femenina* (selección de textos), (pp. 79-112). Revolución.

Elias, N. (1939/2001). *El proceso de la civilización: Investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas.* Fondo de Cultura Económica.

Elorduy Cádiz, M. (2017). Slut-shaming. En, Lucas R. Platero, María Rosón y Esther Ortega (eds.), *Barbarismos queer y otras esdrújulas,* (pp.389-395). Bellaterra.

Espigado Tocino, G. (2002). Las mujeres en el anarquismo español (1869-1939). *Ayer, 45*, 39–72. http://www.jstor.org/stable/41324839

Estebam, M.L (2004). Antropología encarnada. Antropología desde una misma. *Papeles del CEIC 12*(06-2004). https://doi.org/10.1387/pceic.12093

Esteban, M. L. (2011). *Crítica del pensamiento amoroso: Temas contemporáneos*. Bellaterra.

Eurostat (2024). *Marriage and Divorce Statistics*. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Marriage_and_divorce_statistics

Fausto-Sterling, A. (1998). Los cinco sexos. En José Antonio Nieto (comp.), *Transexualidad, transgenerismo y cultura: Antropología, identidad y género* (pp. 79-90). Talasa

Fausto-Sterling, A. (2000). *Sexing the body: Gender politics and the construction of sexuality*. Basic Books.

Fernandez, J. (2024). Cultura 'swinger': del terror sexual a la subversión feminista. *Pikara Magazine. https://www.pikaramagazine.com/2024/09/cultura-swinger-del-terror-sexual-a-la-subversion-feminista/*

Ferrándiz, A. y Verdú, V. (1974). *Noviazgo y matrimonio en la burguesía española.* Cuadernos para el Diálogo.

Ferris, L., y Duguay, S. (2020). Tinder's lesbian digital imaginary: Investigating (im)permeable boundaries of sexual identity on a popular dating app. *New Media & Society, 22*(3), 489-506. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/

Filice, E., Johnson, C. W., y Parry, D. C. (2022). Unicorns on the Digital Range: Bisexual Persons' Experiences of Geo-Social Networking Application Use. *Journal of Bisexuality*, *23*(1), 50–79. https://doi.org/10.1080/15299716.2022.2124214

Filice, E., Matharu, A., Parry, D. C., y Johnson, C. W. (2024). A Thousand Catcalls: Survivors' Experiences of Sexual Violence in Online Dating. *Leisure Sciences*, 1–19. https://doi.org/10.1080/01490400.2024.2330946

Fisher, H. E. (2007). *Anatomía del amor: Historia natural de la monogamia, el adulterio y el divorcio.* Anagrama.

Font, E. (2020). El 30% de los españoles conoce a su pareja online. *Yougov.* https://es.yougov.com/society/articles/27902-el-30-de-los-espanoles-conoce-su-pareja-online

Forés Català, E. (2023). Anna Castillo confirma su relación con Álvaro Mel: "Mucho cuidado con la bifobia, que es algo feísimo". *Diari ARA.* https://es.ara.cat/misc/anna-castillo-confirma-relacion-alvaro-mel-cuidado-bifobia-feisimo_1_4802964.html

Foucault, M. (1978). *Historia de la sexualidad 1: La voluntad del saber.* Siglo XXI.

Foucault, M. (2005). *El poder psiquiátrico: Curso en Collège de France (1973-1974).* Fondo de Cultura Económica.

Foucault, M. (1981/2008). *Tecnologías del yo y otros textos afines.* Paidós/ ICE-UAB.

Frank, K. (2008). `Not gay, but not homophobic': Male sexuality and homophobia in the`lifestyle'. *Sexualities*, *11*(4), 435–454. doi:10.1177/1363460708091743

Frank, K. y Delamater, J. (2010). Deconstructing Monogamy: Boundaries, Identities, and Fluidities across Relationships. En Meg-John Barker y Darren Langdridge (eds.) *Undestanding non-monogamies* (pp.9-20). Routledge.

franzke, a. s., Bechmann, A., Zimmer, M., Ess, C. and the Association of Internet Researchers (2020). *Internet Research: Ethical Guidelines 3.0*. https://aoir.org/reports/ethics3.pdf

Frederick, D. A., John, H. K. S., Garcia, J. R., y Lloyd, E. A. (2018). Differences in Orgasm Frequency Among Gay, Lesbian, Bisexual, and Heterosexual Men and Women in a U.S. National Sample. *Archives of sexual behavior*, *47*(1), 273–288. https://doi.org/10.1007/s10508-017-0939-z

Friedan, B. (1963/2016). *La mística de la feminidad.* Cátedra.

García, A. (2016). Rebelión feminista contra un 'youtuber' que enseña cómo ligar. *El País. https://elpais.com/ccaa/2016/03/11/catalunya/1457699095_241644.html*

García, A. A. (2010). Exponiendo hombría. Los circuitos de la hipermasculinidad en la configuración de prácticas sexistas entre varones jóvenes. *Revista de Estudios de Juventud*, (89), 59-78.

García, A. A. y Casado, E. (2008). Peleando por reconocerse. Herramientas para el análisis de la violencia de género. En, Miren Elixabete Imaz Martinez (ed.), *La materialidad de la identidad,* (pp. 181-198). Hariadna.

Garcia, M. C. (2021). Entre la familia y el amor - Between Family and Love: tensiones de género entre los amantes. *Reis: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, *175*, 47–62. https://www.jstor.org/stable/27093798

García, N., Fernández, E., Rastrollo, C., Millán, T. y Garaizabal, C. (1988/2009). Documento nº5: El deseo de las demás es cutre, amigas mías, el mío no. En Paloma Uría Ríos, *El feminismo que no llegó al poder: Trayectoria de un feminismo crítico* (pp. 224-233). Talasa.

García Dauder, D. (2024). La historia olvidada de las mujeres de la Escuela de Chicago. *Revista Española De Investigaciones Sociológicas*, (131), 11–41. https://doi.org/10.5477/cis/reis.131.11

García Higueras, L. (2018). Por qué las comedias románticas siguen sin acertar con las relaciones abiertas. *Eldiario.es.* https://www.eldiario.es/cultura/cine/peliculas-relaciones-abiertas_1_1985477.html

García-Mingo E., Díaz Fernández S. y Tomás-Forte S. (2022). (Re)configurando el imaginario sobre la violencia sexual desde el antifeminismo: el trabajo ideológico de la manosfera española: el trabajo ideológico de la manosfera española. *Política y Sociedad*, *59*(1), e80369. https://doi.org/10.5209/poso.80369

García Puig, M. (2023). *La historia de los vertebrados*. Penguin Random House.

Ghaziani, A. (2014). *There Goes the Gayborhood?* Princeton University Press.

Giddens, A. (1995). *La transformación de la intimidad: Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas*. Cátedra.

Gill, R. (2016). Post-postfeminism? New feminist visibilities in postfeminist times. *Feminist Media Studies*, *16*(4), 610-630. doi: 10.1080/14680777.2016.1193293

Gill, R., & Herdieckerhoff, E. (2006). Rewriting The Romance: New Femininities in Chick Lit? *Feminist Media Studies*, *6*(4), 487–504. https://doi.org/10.1080/14680770600989947

Giuliani, C. R. (2023). Love, Liberty and the Pursuit of Polyamory: A Look Under the Covers of Nonmonogamy and Its Burgeoning Civil Rights Battle. *Vanity Fair.* https://www.vanityfair.com/style/2023/07/love-liberty-and-the-pursuit-of-

polyamory?srsltid=AfmBOooFbMemNRolKc8XZjDmqZTkbjSujLJsu7it86GQpxieBzTByRHK

Goas, M. A. (4 de agosto de 2022). LA MENTIRA DE LA "DISCRIMINACIÓN POSITIVA" EN EL OCIO NOCTURNO. *periféricas – Escuela de feminismos alternativos.* https://perifericas.es/blogs/blog/la-mentira-de-la-discriminacion-positiva-en-el-ocio-nocturno

Goffman, E. (1959/1997). *La presentación de la persona en la vida cotidiana*. Amorrortu.

Goldman, E. (1910/2010). Matrimonio y amor. *Marxists Internet Archive.* https://www.marxists.org/espanol/goldman/1910/001.htm

Goldman, E. (1910/2015). Celos: Causa y posible cura. *Biblioteca Anarquista.* *https://es.anarchistlibraries.net/library/emma-goldman-celos-causa-y-posible-cura*

Goldman, E. (1896/2022). El anarquismo y la cuestión sexual. *Libértame.* https://libertamen.wordpress.com/2022/08/04/el-anarquismo-y-la-cuestion-sexual-1896-emma-goldman/

Gómez-Urrutia, V., y Tello-Navarro, F. (2024). Género, intimidad y poder: uso de medios digitales en interacciones románticas en jóvenes chilenos. *Comunicación Y Sociedad*, 1–20. https://doi.org/10.32870/cys.v2024.8604

González Ulloa, K. (2020). Poliamor: qué es y todo lo que debes saber al respecto. *Vogue México y Latinoamérica.* https://www.vogue.mx/estilo-de-vida/articulo/que-es-el-poliamor

Graham, T. y Andrejevic, M. (2024). *A computational analysis of potential algorithmic bias on platform X during the 2024 US election*. [Working Paper] (Unpublished). https://eprints.qut.edu.au/253211/

Gras-Velázquez, A., y Maestre-Brotons, A. (2019). #Gayspain: homonormativización y transnacionalidad en Instagram. *Journal of Spanish Cultural Studies*, *20*(4), 551–567. https://doi.org/10.1080/14636204.2019.1689708

Gras-Velázquez, A., y Maestre-Brotons, A. (2023). Spanish gay male subjectivity, body, intimacy, and affect on Instagram. *Sexualities, 26*(3), 331-353. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/13634607211031418

Gravningen, K., Mitchell, K. R., Wellings, K., Johnson, A. M., Geary, R., Jones, K. G., Clifton, S., Erens, B., Lu, M., Chayachinda, C., Field, N., Sonnenberg, P., y Mercer, C. H. (2017). Reported reasons for breakdown of marriage and cohabitation in Britain: Findings from the third National Survey of Sexual Attitudes and Lifestyles (Natsal-3). *PloS one*, *12*(3), e0174129. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0174129

Gusmano, B. (2018). Coming out Through an Intersectional Perspective: Narratives of Bisexuality and Polyamory in Italy. *Journal of Bisexuality*, *18*(1), 15–34. https://doi.org/10.1080/15299716.2017.1416510

Haraway, D. J. (1995). *Ciencia, cyborgs y mujeres: La reinvención de la naturaleza.* Cátedra.

Haraway, D. J. (2004). *Testigo_modesto@ segundo_milenio, HombreHembra©_conoce oncoratón®: Feminismo y tecnociencia.* Universidad Oberta de Catalunya.

Harding, S. (1996). *Ciencia y feminismo.* Morata.

Hartman, S. (2019). *Wayward Lives, Beautiful Experiments: Intimate Histories of Socioal Upheaval.* W. W. Norton & Company

Haritaworn, J., Lin, C., y Klesse, C. (2006). Poly/logue: A Critical Introduction to Polyamory. *Sexualities, 9*(5), 515-529. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1363460706069963

Hernando, A. (2012). *La fantasía de la individualidad: Sobre la construcción sociohistórica del sujeto moderno.* Traficantes de Sueños.

Herrera, C. (2015). Otras formas de quererse son posibles: Lo romántico es político. En VVAA, *(h)amor1*. Continta Me Tienes.

Herrera, C. (2020). Amor Romántico. En Rosa Cobo Bedia y Beatriz Ranea Triviño (eds.), *Breve diccionario de feminismo.* Catarata.

Herrera Gómez, C. (2011). *La construcción sociocultural del amor romántico*. Fundamentos.

Hess, A., y Flores, C. (2018). Simply more than swiping left: A critical analysis of toxic masculine performances on Tinder Nightmares. *New Media & Society, 20*(3), 1085-1102. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1461444816681540

Hine, C. (2004). *Etnografía virtual.* Editorial UOC.

Hobbs, M., Owen, S., y Gerber, L. (2017). Liquid love? Dating apps, sex, relationships and the digital transformation of intimacy. *Journal of Sociology, 53*(2), 271-284. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1440783316662718

Hochschild, A. R. (1979). Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure. *American Journal of Sociology, 85*(3), 551–575. http://www.jstor.org/stable/2778583

Hochschild, A. R. (2008). *La mercantilización de la vida íntima: Apuntes de la casa y el trabajo*. Katz.

Hollibaugh, A. (1984/1989). El deseo del futuro: la Esperanza radical en la pasión y el placer. En Carole S. Vance (comp.) *Placer y peligro: Explorando la sexualidad femenina* (selección de textos), (pp. 191-204). Revolución.

hooks, bell (2021). *El deseo de cambiar: Hombres, masculinidad y amor.* Bellaterra.

Illouz, E. (2009). *El consumo de la utopía romántica: El amor y las contradicciones culturales del capitalismo.* Katz.

Illouz, E. (2020). *El fin del amor: Una sociología de las relaciones negativas*. Katz.

INAP Instituto Nacional de Administración Pública (2021). Las administraciones públicas cuentan hoy con 57 mujeres y 43 hombres por cada 100 puestos de trabajo. *La administración al día.* https://laadministracionaldia.inap.es/usuarios/noticia.asp?id=1511584

INE Instituto Nacional de Estadística (2016). *Encuesta de condiciones de vida. Módulo año 2016. Acceso a los servicios.* https://www.ine.es/dynt3/inebase/index.htm?path=/t25/p453/modulo/2016/

INTIMATE (2014). *Proyecto.* https://www.ces.uc.pt/intimate/index.php?id=10437&id_lingua=4&pag=10438

Jaque, A. (2013). Urbanizando lo doméstico. Domesticando lo urbano. *Arquine,* (64).

Jiménez Cabello, J. M. y Ayuso Sánchez, L. (2022). Ruptura de parejas en España y procesos de reemparejamiento. En Félix Requena Santos y Luis Ayuso Sánchez (eds.), *La gestión de la intimidad en la sociedad digital: Parejas y rupturas en la España actual,* (pp. 341-376). Fundación BBVA.

Johnson, C. W., Cousineau, L. S., Filice, E., y Parry, D. C. (2023). Methodology in Motion: Reflections on Using Appnography for the Study of Dating Apps. *Qualitative Inquiry, 29*(10), 1052-1063. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/10778004231163166

Jónasdóttir, A. G. (1993). *El poder del amor: ¿Le importa el sexo a la democracia?* Cátedra.

Kaldera, R. (2010). *Power Circuits: Polyamory in a Power Dynamic.* Alfred Press.

Kaufmann, Jean-C. (1993). *Sociologie du couple*. Presses Universitaires de France

Kennedy, J. (2018). Oversharing Is the Norm. En, Dobson, A.S., Robards, B., Carah, N. (eds) *Digital Intimate Publics and Social Media* (pp.265-280). Palgrave Macmillan, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-97607-5_16

Klesse, C. (2006). Polyamory and its 'Others': Contesting the Terms of Non-Monogamy. *Sexualities, 9*(5), 565-583. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1363460706069986

Klesse, C. (2007). *The Spectre of Promiscuity: Gay Male and Bisexual Non-monogamies and Polyamories*. Ashgate.

Klesse, C. (2018). Bisexuality, Slippery Slopes, and Multipartner Marriage. *Journal of Bisexuality, 18*(1), 35–53. https://doi.org/10.1080/15299716.2017.1373264

Kollontai, A. (1921/1976). El comunismo y la familia. En, Alexandra Kollontai, *Autobiografía de una mujer emancipada,* (pp. 157-182). Fontamara.

Kollontai, A. (1923/1976). La juventud y la moral sexual. En, Alexandra Kollontai, *Autobiografía de una mujer emancipada,* (pp. 119-156). Fontamara.

Kompatsiaris, P. (2024). The Construction of Entrepreneurial Masculinity: Competition, Tech-savviness and Choice in Online Intimacy Coaching. En, Mylonas, Y., Psyllakou, E. (eds) *Class, Culture, and the Media in Greece, Volume 2*. Palgrave Macmillan, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-031-55159-8_6

Labriola, K. (2017). *El libro de los celos.* Melusina.

Lakunza, R. (2021). Silvia Llop: "El sexo sin amor está estupendamente bien". *Noticias de Navarra. https://www.noticiasdenavarra.com/gente/2021/06/10/silvia-llop-sexo-amor-estupendamente-2132683.html*

Langlais, M., Podberesky, A., Toohey, L. y Lee, C. T. (2024). Defining and Describing Situationships: An Exploratory Investigation. *Sexuality & Culture, 28*, 1831–1857. https://doi.org/10.1007/s12119-024-10210-6

Lardellier, P. (2014). El liberalismo a la conquista del amor. Algunas constataciones y reflexiones sobre el consumo sentimental y sexual de masa en la era de internet. *Revista De Sociología*, (29), 77–87. https://doi.org/10.5354/0719-529X.2014.36179

Lasén, A. (2009). Tecnologías afectivas: De cómo los teléfonos móviles participan en la constitución de subjetividades e identidades. En, Gabriel Gatti, Iñaki Martínez de Albeniz y Benjamín Tejerina (coords.), *Tecnología, cultura experta e identidad en la sociedad del conocimiento,* (pp.215-248). Euskal Herriko Unibertsitatea.

Lasén, A. (2012). Autofotos: Subjetividades y medios sociales. En, Néstor García, Francisco Cruces y Maritza Urteaga (coords.), *Jóvenes, culturas urbanas y redes digitales. Prácicas emergentes en las artes, las editoriales y la música,* (pp. 253-272). Ariel.

Lasén, A. (2014). Remediaciones móviles de subjetividades y sujeciones en relaciones de pareja. En, Amparo Lasén y Elena Casado (eds.), *Mediaciones tecnológicas: Cuerpos, afectos y subjetividades,* (pp. 17-34). Centro de Investigaciones Sociológicas – Universidad Complutense de Madrid.

Lasén, A. (2019). Lo ordinario digital: digitalización de la vida cotidiana como forma de trabajo. *Cuadernos de Relaciones Laborales*, *37*(2), 313-330. https://doi.org/10.5209/crla.66040

Lasén, A., y Casado, E. (2012). Mobile Telephony and the Remediation of Couple Intimacy. *Feminist Media Studies, 12*(4), 550–559. https://doi.org/10.1080/14680777.2012.741871

Lasén, A., y García, A. (2015). '… but I haven't got a body to show': Self-pornification and male mixed feelings in digitally mediated seduction practices. *Sexualities, 18*(5-6), 714-730. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1363460714561720

Lasén, A., y Puente, H. (2021). Haunting shame and haunted bodies: Mixed feelings and entangled times in the online sharing of personal images. *First Monday*, *26*(4). doi: http://dx.doi.org/10.5210/fm.v26i4.11647

Latour, B. (2008). *Reensamblar lo social: Una introducción a la teoría del actor-red.* Manantial.

Lauretis, T. (1996). Tecnologías del género. *Mora: Revista del Área Interdisciplinaria de Estudios de la Mujer*, (2), 6-34.

Leeds Revolutionary Feminist Group (1981). *Love your enemy? The debate between heterosexual feminism and political lesbianism.* Onlywomen Press.

Leilani, R. (2022). *Brillo.* Blackie Books.

Levine, E. C., Herbenick, D., Martinez, O., Fu, T. C., y Dodge, B. (2018). Open Relationships, Nonconsensual Nonmonogamy, and Monogamy Among U.S. Adults: Findings from the 2012 National Survey of Sexual Health and Behavior. *Archives of sexual behavior*, *47*(5), 1439–1450. https://doi.org/10.1007/s10508-018-1178-7

Ley 4/2023, de 28 de febrero, para la igualdad real y efectiva de las personas trans y para la garantía de los derechos de las personas LGTBI. *Boletín Oficial del Estado 51*, de 1 de marzo de 2023. https://www.boe.es/eli/es/l/2023/02/28/4

Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual. *Boletín Oficial del Estado 215,* de 7 de septiembre de 2022. https://www.boe.es/eli/es/lo/2022/09/06/10/con

Light, B., Burgess, J., y Duguay, S. (2018). The walkthrough method: An approach to the study of apps. New Media & Society, 20(3), 881-900. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1461444816675438

Llop, S. (s.f.). Estándares. *Silvia Llop: psicóloga del amor.* https://silviallop.com/wp-content/uploads/Estandares-extra-producto-patrones.pdf

Lopes, M. R., y Vogel, C. (2019). 3: Gender differences in online dating experiences. En Amir Hetsroni y Meriç Tuncez (eds.), *It happened on Tinder: Reflections and studies on Internet-infused dating* (pp. 31-47). Institute of Network Cultures.

Lora Medina, A. (2019). El amor libre y las relaciones sentimentales en el anarquismo español (1930-1939). *Historia Contemporánea, 60,* 581-617. https://doi.org/10.1387/hc.19430

Lorde, A. (1984/2003). *La hermana, la extranjera: Artículos y conferencias.* horas y HORAS.

Lores, A. (2023). ¿Está en crisis la monogamia? *Vogue Spain. https://www.vogue.es/articulos/monogamia-poliamor-nuevas-formas-de-relacionarse*

Lorey, I. (2016). *Estado de inseguridad: Gobernar la precariedad*. Traficantes de Sueños.

Lotman, Y. M. (1996). *La semiosfera: Semiótica de la cultura y del texto.* Cátedra.

Mackinnon, L. (2022). Love, Games and Gamification: Gambling and Gaming as Techniques of Modern Romantic Love. *Theory, Culture & Society, 39*(6), 121-137. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/02632764221078258

Madrid Pérez, A. (2022). La noción de "violencia de segundo orden": una novedad legislativa en la protección de derechos y libertades. A propósito de la ampliación del principio de indemnidad frente a las represalias vinculadas a la violencia machista. *DERECHOS Y LIBERTADES: Revista De Filosofía Del Derecho Y Derechos Humanos*, (47), 183-208. https://doi.org/10.20318/dyl.2022.6880

Martín Criado, E. (1998). Los decires y los haceres. *Papers, 56*, 57-71. https://doi.org/10.5565/rev/papers.1944

Martín Criado, E. (2014). Mentiras, inconsistencias y ambivalencias. Teoría de la acción y análisis de discurso. *Revista Internacional De Sociología, 72*(1), 115–138. https://doi.org/10.3989/ris.2012.07.24

Martín Gaite, C. (1972/2017). *Usos amorosos del dieciocho en España.* Siruela.

Martín Gaite, C. (1987/2023). *Usos amorosos de la postguerra española.* Anagrama.

Martínez, B. (2022). Aura García-Junco sobre las relaciones abiertas: «Quería entender por qué generan tanto rechazo». *Smoda.* https://elpais.com/smoda/placeres/aura-garcia-junco-sobre-las-relaciones-abiertas-queria-entender-por-que-generan-tanto-rechazo.html

Martínez, L. (2020). *Utopía no es una isla: Catálogo de mundos mejores*. Episkaia.

Maura, E. (2018). *Los 90: Euforia y miedo en la modernidad democrática española.* Akal.

McRobbie, Angela (1998). More! Nuevas sexualidades en las revistas para chicas y mujeres. En David Morley, Valerie Walkerdine y James Curran (coords.), *Estudios culturales y comunicación: Análisis, producción y consumo cultural de las políticas de identidad y el posmodernismo*. Paidós Ibérica.

McRobbie, Angela (2010). ¿Las chicas arriba? Las mujeres jóvenes y el contrato sexual posfeminista. *Debate Feminista*, *41*, 113–135. http://www.jstor.org/stable/42625139

Mellado García, A. M. (2019). Historia del acceso de las mujeres a la Universidad española. Medidas e instrumentos para erradicar las brechas de género entre el personal docente investigador. *Revista de educación y derecho*, (20). https://raco.cat/index.php/RED/article/view/366581.

Manot, L. (2022). *Amar más allá de la monogamia: Poliamor, de la teoría a la práctica*. Alienta.

Mills, C. W. (1959/1993). *La imaginación sociológica.* Fondo de Cultura Económica.

Mint, P. (2019). *Juego limpio: Guía de la no monogamia para hombres a los que les gustan las mujeres*. Melusina.

MITES Ministerio de Trabajo y Economía Social (2024). *La situación de las mujeres en el mercado de trabajo 2023*. https://www.mites.gob.es/ficheros/ministerio/sec_trabajo/analisis_mercado_trabajo/situacion-mujeres/Mujeres-y-Mercado-de-Trabajo-2023.pdf

Moose, G. L. (2000). *La imagen del hombre: La creación de la moderna masculinidad*. Talasa.

Morning Glory Zell-Ravenheart (1990). A bouquet of Lovers. Strategies for Responsible Open Relationships. *Green Egg Magazine, XXIII*(89).

Morrigan, C. (2020). *Fuck the Police Means We Don't Act Like Cops to Each Other*. Fanzine autoeditado.

moscacojonera (13 de febrero de 2017). ¿Cómo construir comunidades más seguras? Los consejos de Peppermint. *La Mosca Cojonera – Golfxs con Principios*. https://www.golfxsconprincipios.com/lamoscacojonera/como-construir-comunidades-mas-seguras-los-consejos-de-peppermint/

moscacojonera (29 de marzo de 2019). Dinámicas de poder en comunidades no monógamas y sus efectos en la investigación y organización de eventos. *La Mosca Cojonera – Golfxs con Principios*. https://www.golfxsconprincipios.com/lamoscacojonera/dinamicas-de-poder-en-comunidades-no-monogamas-y-sus-efectos-en-la-investigacion-y-organizacion-de-eventos/

moscacojonera (18 de marzo de 2020). Mis principales recomendaciones prácticas para las relaciones no monógamas (2): Los acuerdos, pactos, normas y límites. *La Mosca Cojonera – Golfxs con Principios*. https://www.golfxsconprincipios.com/lamoscacojonera/mis-principales-recomendaciones-practicas-para-las-relaciones-no-monogamas-2-los-acuerdos-pactos-normas-y-limites/

Noël, M. J. (2006). Progressive Polyamory: Considering Issues of Diversity. *Sexualities, 9*(5), 602-620. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1363460706070003

Norton, R. (s.f.). The Gay Subculture in Early Eighteenth-Century London. *Gay History & Literature. Essays by Rictor Norton*. https://rictornorton.co.uk/eighteen/molly2.htm

Olasagasti Cases, M. (2019). *Una aproximación al papel de la monogamia en el sistema sexual actual desde la perspectiva de lxs jóvenes* [Trabajo Final de Máster inédito]. Universidad Complutense de Madrid.

Orenstein, P. (2021). *Boys & Sex: Young Men on Hook-Ups, Love, Porn, Consent and Navigating the New Masculinity*. Souvenir Press.

Ovenden, O. (2024). How the open marriage plot upended fiction. *GQ Magazine*. https://www.gq-magazine.co.uk/article/books-about-polyamory-throuples-open-relationships

Pacheco, A. (2019). *Listas, guapas, limpias*. Caballo de Troya.

Panea, A. (2024). Quién es quién en una relación abierta. *ELLE España*. *https://www.elle.com/es/living/pareja-sexo/a61098098/quien-es-quien-relacion-abierta/*

Pariser, E. (2011/2017*). El filtro burbuja: Cómo la Red decide lo que leemos y lo que pensamos*. Taurus.

Parker, Dorothy (1928/s.f.). Una llamada telefónica. *Ciudad Seva.* https://ciudadseva.com/texto/una-llamada-telefonica/

Parry, D. C., Filice, E., y Johnson, C. W. (2024). Algorithmic heteronormativity: Powers and pleasures of dating and hook-up apps. *Sexualities, 27*(8), 1589-1607. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/13634607221144626

Patterson, K. A. (2018). *Love's Not Color Blind: Race and Representation in Polyamorous and Other Alternative Communities.* Thornapple Press.

Peinado, F. y Grasso, D. (2024). Madrid supera el millón de latinoamericanos, uno de cada siete habitantes. *El País.* https://elpais.com/espana/madrid/2024-12-20/madrid-llega-ya-al-millon-de-latinos-uno-de-cada-siete-habitantes.html

Pérez Cortés, J.C. (2020). *Anarquía relacional: La revolución desde los vínculos*. La Oveja Roja.

Petrychyn, J., Parry, D. C., y Johnson, C. W. (2020). Building community, one swipe at a time: hook-up apps and the production of intimate publics between women. *Health Sociology Review*, *29*(3), 249–263. https://doi.org/10.1080/14461242.2020.1779106

Pink. S., Horst, H., Postill, J., Hjorth, L., Lewis, T. y Tacchi, J. (2016). *Digital Ethnography: Principles and Practice.* SAGE Publications.

Plaza López, J. A. (2018). Las apps de contacto para gais inician la batalla contra la discriminación. *El País.* *https://elpais.com/retina/2018/10/29/tendencias/1540816788_209059.html*

Plummer, K. (2003). *Intimate Citizenship: Private Decisions and Public Dialogues*. McGill-Queen's University Press. http://www.jstor.org/stable/j.ctt130hj4x

Poch y Garcón, A. (1936). Elogio del amor libre. *Mujeres Libres: Cultura y Documentación Social, 3,* 12-13.

Poliamor Madrid (10 de marzo de 2023a). Modelos en no monogamias: ¿somos todes compatibles? – Guion para el debate. Polipalike 11 de Marzo de 2023. *Poliamor Madrid.* https://poliamormadrid.org/2023/03/10/modelos-en-no-monogamias-somos-todes-compatibles-guion-para-el-debate-polipalike-11-de-marzo-de-2023/

Poliamor Madrid (17 de enero de 2023b). Conclusiones reunión Polipalike 14 de enero de 2023. *Poliamor Madrid.* https://poliamormadrid.org/2023/01/17/conclusiones-reunion-polipalike-14-de-enero-de-2023/

Pollán, A. (2021). Manipulación emocional: Del <<amor romántico>> al <<poliamor>>. *Tribuna Feminista.* https://tribunafeminista.org/2021/08/manipulacion-emocional-del-amor-romantico-al-poliamor/

Pond, T., y Farvid, P. (2017). 'I do like girls. I promise': Young bisexual women's experiences of using Tinder. *Psychology of Sexualities Review, 8*(2), 6–24.

Preciado, P. (2010). *Pornotopía: Arquitectura y sexualidad en <<Playboy>> durante la Guerra Fría.* Anagrama.

Prieto Rodríguez, C., y Pérez de Guzmán, E. S. (2013). Desigualdades laborales de género, disponibilidad temporal y normativa social. *Revista Española De Investigaciones Sociológicas*, (141), 113–132. https://doi.org/10.5477/cis/reis.141.113

Przyblylski, L. (2021). *Hybrid Ethnography: Online, Offline, and In Between*. SAGE Publications.

Requena Aguilar, A. (2025). Más "energía masculina" en las empresas y un gobierno de machos alfa: Mark Zuckerberg y Elon Musk pelean para liderar la reacción 'bro'. *Eldiario.es*. https://www.eldiario.es/sociedad/energia-masculina-empresas-gobierno-machos-alfa-mark-zuckerberg-elon-musk-pelean-liderar-reaccion-bro_129_11966938.html#:~:text=%E2%80%9CUna%20cosa%20es%20decir%20que,mantra%20del%20'hemos%20ido%20demasiado

Requena Santos, F. y Ayuso Sánchez, L. (2022). Procesos de emparejamiento en España: Una propuesta para su interpretación. En, Félix Requena Santos y Luis Ayuso Sánchez, *La gestión de la intimidad en la sociedad digital: Parejas y rupturas en la España actual,* (pp.27-56). Fundación BBVA.

Rickert, E. (21 de febrero de 2015). Resources on Abuse in Polyamorous Relationships. *Brighter Than Sunflowers*. https://brighterthansunflowers.com/2015/02/21/resources-on-abuse-in-polyamorous-relationships/

Ritchie, A., y Barker, M.-J. (2006). 'There Aren't Words for What We Do or How We Feel So We Have To Make Them Up': Constructing Polyamorous Languages in a Culture of Compulsory Monogamy. *Sexualities, 9*(5), 584-601. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1363460706069987

Rivière (1929) -> citado por butler

Rivière, J. (1929/1986), "Womanliness as Masquerade", en V. Burgin y J. Donald (eds.) *Formations of Fantasy,* (pp.33-44). Methuen.

Roca, J. (2007). Migrantes por amor. La búsqueda y formación de parejas transnacionales. *AIBR. Revista de Antropología Iberoamericana, 2*(3), 430-458. https://recyt.fecyt.es/index.php/AIBR/article/view/32575

Rochat, L., Bianchi-Demicheli, F., Aboujaoude, E., y Khazaal, Y. (2019). The psychology of "swiping": A cluster analysis of the mobile dating app Tinder. *Journal of behavioral addictions*, *8*(4), 804–813. https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.58

Rochat, L., Orita, E., Jeannot, E., Achab, S., y Khazaal, Y. (2023). Willingness to Pay for a Dating App: Psychological Correlates. *International journal of environmental research and public health*, *20*(3), 2101. https://doi.org/10.3390/ijerph20032101

Rodríguez del Real, M. y Correa Román, J. (2024). *Micropolítica del amor: Deseo, capitalismo y patriarcado.* Punto de Vista.

Rodríguez Salazar, T. (2017). *El amor y la pareja: Nuevas rutas y representaciones en las prácticas juveniles*. Universidad de Guadalajara.

Rodríguez Salazar, T. (2022). *Los celos y las infidelidades: Tecnologías, emociones y poder*. Universidad de Guadalajara.

Rooney, S. (2018). *Conversaciones entre amigos*. Random House.

Rosenfeld, M. J., Thomas, R. J., & Hausen, S. (2019). Disintermediating your friends: How online dating in the United States displaces other ways of meeting. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *116*(36), 17753–17758. https://doi.org/10.1073/pnas.1908630116

Rubin, G. S. (1975/1986). El tráfico de mujeres: notas sobre la "economía política" del sexo. *Nueva Antropología*, *VIII*(30), 95-145.

Rubin, G. S. (1984/1989). Reflexionando sobre el sexo: notas para una teoría radical de la sexualidad. En Carole S. Vance (comp.), *Placer y peligro: Explorando la sexualidad femenina (selección de textos)* (pp. 113-190). Revolución.

Rubin, G. S. (2000). Sites, Settlements, and Urban Sex: Archaeology and the Study of Gay Men in San Francisco 1955-1995, en Robert Schmidt y Barbara Voss *Archaeologies of Sexuality*, (pp. 62-88). Routledge.

Rubin, G. S. (2011). *Deviations*. Duke University Press.

Rueda Córdoba, F. J. (2024). *La producción de lo público en interacción. La sociabilidad ordinaria en los bares de Madrid* [Tesis doctoral inédita]. Universidad Complutense de Madrid.

Saavedra, C. (2006). El informe Kinsey. *Índice: Revista de Estadística y Sociedad,* (2), 20-22.

Sáez, J. (2008/2012). El amor es heterosexual. *Las disidentes colectivo artístico.* *https://lasdisidentes.com/2012/04/19/el-amor-es-heterosexual/*

Sales, N. J. (2015). Tinder and the Dawn of the "Dating Apocalypse". *Vanity Fair.* https://www.vanityfair.com/culture/2015/08/tinder-hook-up-culture-end-of-dating?srsltid=AfmBOopR9KQF0NLLsP7WzBjzpXYBYdTSRtdzvzxr1y0_8x0blyWgkns0

Sánchez, J. (2024). Malos tiempos para Tinder: Así están barriendo Linkedin y TikTok a las apps de ligue (con más o menos éxito). *Vanity Fair.* https://www.revistavanityfair.es/articulos/linkedin-usuarios-app-ligue-tinder-tiktok-bumble

Sandel M. J. (2012). *What Money Can't Buy: The Moral Limits of Markets*. Farrar, Straus and Giroux.

Sanmartín, A., Gómez, A., Kuric, S. y Rodríguez, E. (2023). *Barómetro Juventud y Género 2023*. Centro Reina Sofía de Fad Juventud. DOI: 10.5281/zenodo.10144131

Schippers, M. (2016). *Beyond monogamy: Polyamory and the future of polyqueer sexualities*. New York University Press.

Scoats, R. (2018). 'If there is no homo, there is no trio': women's experiences and expectations of MMF threesomes. *Psychology & Sexuality, 10*(1), 45–55. https://doi.org/10.1080/19419899.2018.1546766

Scoats, R., y Campbell, C. (2022). What do we know about consensual non-monogamy? *Current opinion in psychology*, *48*, 101468. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101468

Segato, L. R. (2018). *Contra-pedagogías de la crueldad.* Prometeo libros.

Serra, C. (2024). *El sentido de consentir*. Anagrama.

Serrano-Puche, J. (2012). La presentación de la persona en las redes sociales: una aproximación desde la obra de Erving Goffman. *Anàlisi, 46,* 1-17.

Shapin, S. y Schaffer, S. (1985/2005). *El Leviathan y la bomba de vacío: Hobbes, Boyle y la vida experimental.* Universidad Nacional de Quilmes.

Simmel, G. (1934). *Cultura femenina y otros ensayos.* Revista de Occidente.

Simpson, J. A., & Gangestad, S. W. (1991). Individual differences in sociosexuality: Evidence for convergent and discriminant validity. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(6), 870–883. https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.6.870

Sontag, S. (1969). A letter from Sweden. *Ramparts, 8*(1), 23-38.

Srinivasan, A. (2022). *The Right to Sex*. Bloomsbury Publishing.

Suler J. (2004). The online disinhibition effect. *Cyberpsychology & behavior: the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, *7*(3), 321–326. https://doi.org/10.1089/1094931041291295

Sumter, S., Vandenbosch, L., & Ligtenberg, L. (2017). Love me Tinder: Untangling emerging adults' motivations for using the dating application Tinder. *Telematics and Informatics*, *34*(1), 67 – 78.

Tanenbaum, L. (1999). *Slut!: Growing Up Female with a Bad Reputation.* Seven Stories Press.

Tannen, D. (1992). *Tú no me entiendes: Por qué es tan difícil el diálogo hombre-mujer.* Círculo de Lectores.

Taormino, T. (2021). *Opening up: Una guía para crear y mantener relaciones abiertas*. Melusina.

Taylor, A. (2012). *Single Women in Popular Culture: The Limits of Postfeminism.* Palgrave Macmillan London.

Tello-Navarro, F., y Gómez Urrutia, V. (2021). Del primer contacto a la primera cita. interacciones en páginas de encuentro online en Chile. *Athenea Digital. Revista De Pensamiento E investigación Social*, *21*(2), e-2695. https://doi.org/10.5565/rev/athenea.2695

Tenenbaum, T. (2021). *El fin del amor: Amar y follar en el siglo XXI*. Seix Barral.

The Buzz (s.f.). You Asked, We Listened. Try an Easier Way To Start Conversations on Bumble with Opening Moves. *Bumble. https://bumble.com/the-buzz/bumble-opening-moves*

Torres, S. (2022). *Lo que hay*. Reservoir Books.

Trujillo, G. y Expósito, M. (2004). Fefa Vila: LSD. Extractos de entrevistas. *Documentos Archivo 69 (caja Marcelo Expósito). https://marceloexposito.net/pdf/exposito_lsd.pdf*

Turnbough, M. L., & Santiago, J. (2024). Cultura de autoayuda y trabajo sobre sí mismo/a en tiempos de crisis e individualización de la vida social. Las experiencias de las personas jóvenes adultas. *Revista Española De Sociología, 33*(2), a221. https://doi.org/10.22325/fes/res.2024.221

Turner, T. S. (2006). Tropos, marcos de referencia y poderes. *Revista de Antropología Social, 15*, 305-315. https://revistas.ucm.es/index.php/RASO/article/view/RASO0606110305A

Tyson, G., Perta, V.C., Haddadi, H. & Seto, M.C. (2016). A first look at user activity on Tinder. *Advances in social networks analysis and mining (ASONAM), 2016 IEEE/ACM international conference on.* IEEE, pp. 461–466.

Vagalume, M. (2015). Un traje a medida. En, VV.AA., *(h)amor1,* (pp.17-50). Continta me tienes.

Vagalume, M. (2017). Lo más contagiable es el miedo: cómo abordar las ITS sin alarmismo. *Pikara Magazine.* https://www.pikaramagazine.com/2017/05/miedo-its-alarmismo/

Valdés, I. (2024). Acercarse a los 40 y no tener hijos: "Ya no sé si es que no quiero o no quiero porque no puedo ni planteármelo". *El País*. https://elpais.com/sociedad/2024-08-26/acercarse-a-los-40-y-no-tener-hijos-ya-no-se-si-es-que-no-quiero-o-no-quiero-porque-no-puedo-ni-plantearmelo.html

Valles, M. S. (1999). *Técnicas cualitativas de investigación social: Reflexión metodológica y práctica profesional.* Síntesis.

Vance, C. S. (1984/1989). El placer y el peligro: hacia una política de la sexualidad. Carole S. Vance (comp.), *Placer y peligro: Explorando la sexualidad femenina (selección de textos),* (pp. 9-49). Revolución.

Vasallo, B. (2015). Ruptura de la monogamia: ¿Reforma o revolución? En, VV.AA., *(h)amor1,* (pp. 9-16). Continta me tienes.

Vasallo, B. (2018). *Pensamiento monógamo, terror poliamoroso.* La Oveja Roja.

Veaux, F. (20 de diciembre de 2017). An update to the Map of Non-Monogamy. *Franklin Veaux's Journal.* https://blog.franklinveaux.com/2017/12/an-update-to-the-map-of-non-monogamy/

Veaux, F. y Rickert, E. (2018). *Más allá de la pareja. Una guía práctica para el poliamor ético*. Continta me tienes.

Vicente Olmo, A. (2017). Sentidos y narrativas en torno al amor entre la juventud española heterosexual. *Política y Sociedad*, *54*(2), 449-468. https://doi.org/10.5209/POSO.52029

Wang, Z. (2025). *Conflict of Identities: The Intersection of Sexuality, Culture and Migration among Chinese Gay Men in Spain* [Tesis doctoral, Universitat Autònoma de Barcelona]. CORA TDX. https://www.tesisenred.net/handle/10803/693533#page=1

Weeks, J. (1981/2018). *Sex, Politics and Society: The Regulation of Sexuality since 1800.* Routledge.

Weeks, J. (1986/1998). *Sexualidad.* Paidós: Universidad Nacional Autónoma de México.

Welzer-Lang, D. (2008). Speaking Out Loud About Bisexuality: Biphobia in the Gay and Lesbian Community. *Journal of Bisexuality, 8*(1–2), 81–95. https://doi.org/10.1080/15299710802142259

West, C., y Zimmerman, D. H. (1987). Doing Gender. *Gender and Society*, *1*(2), 125–151. http://www.jstor.org/stable/189945

Western, S. (2012). *Coaching and Mentoring: A Critical Text*. SAGE.

Wilken, R., Burgess, J., y Albury, K. (2019). Dating apps and data markets: A political economy of communication approach. *Computational Culture, 7*, 1-26. http://computationalculture.net/dating-apps-and-data-markets-a-political-economy-of-communication-approach/.

Wittig, M. (1992/2006). *El pensamiento heterosexual y otros ensayos.* Egales.

Wolkomir, M. (2009). Making Heteronormative Reconciliations: The Story of Romantic Love, Sexuality, and Gender in Mixed-Orientation Marriages. *Gender & Society, 23*(4), 494-519. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/0891243209340033

Wolkomir, M. (2015). One But Not the Only: Reconfiguring Intimacy in Multiple Partner Relationships. *Qualitative Sociology 38*, 417–438. https://doi.org/10.1007/s11133-015-9312-5

Wolkomir, M. (2020). Swingers and polyamorists: A comparative analysis of gendered power dynamics. *Sexualities, 23*(7), 1060-1079. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/1363460719876845

Wouters, C. (1998). Balancing Sex and Love since the 1960s Sexual Revolution. *Theory, Culture & Society*, *15*(3-4), 187-214. https://doi-org.bucm.idm.oclc.org/10.1177/026327649801500300 9

Yougov (2022). *Infidelidad y relaciones no-monógamas. Estudio europeo en España, Bélgica, Francia, Alemania, Italia y UK.* Gleeden. https://pressroom.gleeden.com/es/wp-content/uploads/2022/06/EstudioGleeden.2022.pdf

Yuen, M. (2023). Social Media Forecasts Worldwide. *Insider Intelligence.* https://www.insiderintelligence.com/insights/social-media-forecasts-worldwide/

Lista de figuras y tablas

FIGURAS

Figura 1. La jerarquía sexual: el círculo mágico versus los límites exteriores. Fuente: Rubin (1984/1989). (p. 103).

Figura 2. La jerarquía sexual: la lucha por dónde trazar la línea divisoria. Fuente: Rubin (1984/1989). (p. 104).

Figura 3. Los tipos de no-monogamias. Fuente: Veaux (2017). (p. 134).

Figura 4. Meme "Lo siento, me tropecé en tu chat". Fuente: desconocida. (p. 177).

Figura 5. Responsabilidad afectiva también con tu follamiga. Fuente: Lucía Naval (2022) @nunilobiloba. (p. 246)

Figura 6. Respuesta de @silviallop en *Stories* de Instagram a seguidora. Fuente: @silviallop. (p. 257).

Figura 7. Actividades diarias de mentorías de Álvaro Reyes. Fuente: @alvarodaygame. (p. 277).

Figura 8. Explicaciones precio mentorías de Álvaro Reyes. Fuente: @alvarodaygame. (p. 277).

Figura 9. Respuestas de clientes de Álvaro Reyes. Fuente: @alvarodaygame. (p. 278).

Figura 10. Resultados propuestos mentorías de Álvaro Reyes. Fuente: @alvarodaygame. (p. 278).

TABLAS

Tabla 1. Perfiles de las personas entrevistadas. Elaboración propia. (p.23).

Tabla 2. Cuentas de Instagram observadas y la información destacada de cada una. Elaboración propia. (pp. 36-37).

Tabla 3. Aplicaciones de citas analizadas y fechas de las observaciones. Elaboración propia. (p. 41).