



El 41% de los españoles confiesa que ha sido infiel alguna vez. En muchas ocasiones, tener sexo con otra persona oxigena las relaciones largas y monótonas.



el diván

# el placer de ser

Disfrutar del sexo con alguien diferente a tu pareja puede convertirse en el balón de oxígeno que necesita tu relación.

por Gabriela Wiener

# infiel

## NUNCA SOMOS TAN

buenas amantes como cuando estamos traicionando a nuestro marido.» Esta frase es, en realidad, un giro de otra muy célebre que dijo Marilyn Monroe refiriéndose a los maravillosos que son en la cama los hombres casados. Lo cierto es que las performances de un infiel, sea éste hombre o mujer, son casi siempre sobresalientes a nivel sexual, pero rara vez terminan con el mismo éxito fuera de las sábanas. Y, sin embargo, reincidimos. Y, a juzgar por las estadísticas, lo hacemos cada vez más. ¿Por qué este placer prohibido nos sigue atrayendo como nos atraen, por ejemplo, los deportes de riesgo? Para Rafael Ruiz López, psicólogo especialista en

GEORGE WELLMANSCHIL MEDIA

**Somos más infieles porque el desarrollo de Internet lo hace más fácil.**

terapias de pareja, las razones son sencillas: por su alto componente de peligrosidad, ser infiel es tan extremo y adrenalínico como el puenting o el snowboard. «Una infidelidad no es otra cosa que arriesgarnos a buscar fuera lo que no podemos encontrar dentro, es la salida más fácil e inmediata a las etapas de apatía en las que la pareja no puede responder a nuestras necesidades», explica. ¿Cuáles son estos placeres inmediatos? «El placer de ser infiel es el placer que nos proporciona sentirnos halagados por la atención de una persona distinta, el placer de volver a creer en nuestra capacidad de seducción y redescubrir emociones que se consideraban perdidas», cuenta María Helena Feliu, psicóloga y autora del libro «Vivir bien en pareja» (Plataforma, 2009). Para las que se han sentido postergadas u olvidadas por sus parejas, es también el placer de una nueva

ilusión mezclado con el de la venganza. Un matrimonio demasiado infeliz parece justificar una infidelidad pasajera. Según una encuesta realizada por Match.com, el célebre portal para encontrar pareja, el 41% de los españoles confiesa haber cometido una infidelidad. Ahora somos más infieles, y lo somos porque en esta era de hiperdesarrollo de las comunicaciones es más fácil ser infiel.

## DESLIZ VIRTUAL

Aunque muchos minimizan el impacto de una infidelidad virtual, los terapeutas comentan que la gente en las consultas afirma que es igual de doloroso. Según la misma encuesta, el 65% cree que el teléfono móvil facilita las cosas, aunque tampoco asegura total impunidad: »



## el diván

### Cómo ser infiel Y SALIR BIEN PARADA

- 👄 **La baza de la ingenuidad.** Los hombres nunca se dan cuenta de nada, a menos que te vean con el otro por la calle.
- 👄 **Mejor en el trabajo.** Sé infiel durante la jornada laboral y mejor dentro de la misma oficina. Siempre puedes decir que estás en una reunión con tu jefe.
- 👄 **Inventa tus propias coartadas.** No contrates a ninguna de esas empresas que se inventan coartadas para ti, mejor inventatelas tú: saldrán más auténticas.
- 👄 **Sin pistas.** Usa un móvil desechable y sólo cabinas, si tu marido es un desconfiado crónico o si no es la primera vez que lo traicionas.
- 👄 **Cuidado con el olor.** Sugierele a tu amante que no use perfumes ni desodorantes fuertes.
- 👄 **Vigila tu e-mail.** «Nunca dejaré mi correo abierto», es hoy en día el decimoprimer mandamiento. Cierra también el Facebook y borra el historial del chat.
- 👄 **La trampa de las facturas.** Mucha atención a las facturas de restaurantes y hoteles en el bolso y en los bolsillos.

el 20% de las mujeres y el 13% de los hombres que pillaron en fraganti a sus parejas lo hicieron al ver unos SMS sospechosos en su móvil, y el 4% ha recibido alguna vez un SMS que iba dirigido al amante de su pareja por equivocación.

## LADO POSITIVO

La sexóloga Alicia Gallotti encuentra que existe una «infidelidad positiva», aquella que permite oxigenar relaciones largas, monótonas y agotadas: «El infiel que ha cometido una traición puramente sexual, es decir, que no involucra sentimientos ni compromisos, vuelve después de su desliz con una actitud nueva que reactiva muchos de los deseos dormidos en la pareja». Feliu opina que hay personas a quienes, además, haber tenido algún episodio de infidelidad les restaura la moral y la autoestima: «Vuelven a sentirse capaces de gustar, pero si esto conlleva problemas graves

**A veces un desliz permite oxigenar relaciones largas y monótonas.**

con la pareja, no sé hasta qué punto será positivo». Ruiz López cree que es más valioso ser capaz de hablarlo, dar espacio a esas inquietudes y llegar a acuerdos. ¿Infidelidades consensuadas? Muchas parejas logran, tras muchas negociaciones y diálogo, abrir sexualmente la relación e incorporar a un tercero que funciona también como un revulsivo. «En lugar de sacar los pies del tiesto, es mejor que venga alguien a nuestro tiesto un ratito», sugiere el terapeuta. Feliu, por su parte, dice que a su consulta acuden muchas parejas que acuerdan tener experiencias con otras personas pero que a la hora de la verdad lo llevan muy mal y uno de ellos acaba por «abandonar el proyecto». «Si uno logra gestionarlo, a la larga es más sano —continúa Ruiz López—, pero está claro que es un riesgo muy alto y la pareja debe saber que una pretendida relación sexual fuera de la pareja puede acabar en un enamoramiento y en una ruptura definitiva. Por eso, las medidas de precaución deben extremarse. Hay que cuidar al otro y hacer que la pareja salga fortalecida antes que nada de esas experiencias.»

## SE LO DIGO O NO

La falta de comunicación, la falta de principios, los viajes de negocios, pasar demasiado tiempo en la oficina y hasta las noches de copas con los compañeros de trabajo son algunas de las causas de infidelidad. Ruiz aconseja a las parejas discernir si el hecho de confesar una infidelidad aporta o no a la relación. El 41% de los encuestados no la perdonarían y el 33% estaría dispuesto a hacerlo sin ninguna duda. A veces, la infidelidad es un hecho fortuito, un encuentro en cierto congreso internacional, algo puntual que «si-alguna-vez-pasa-mejor-no-

me-lo-cuentas». Otras veces son relaciones que se alargan en el tiempo y que cada vez son más difíciles de romper. Decidir decírselo es como deshojar margaritas. «Más que enfrentarse a su pareja —explica Ruiz—, el infiel debe enfrentarse a su propia infidelidad y concluir si a partir de ese momento puede apostar por comprometerse más a fondo y buscar dentro de la pareja lo que le hizo salir de ahí.»

## MÁS MENTIRAS

Como en aquella canción clásica de Billy Joel, «Honesty», hoy en día (aunque tampoco es fácil) se puede encontrar amor, ternura y un rostro bonito, pero lo más complicado de encontrar es alguien en quien creer y confiar. Los que hoy buscan pareja en la Red a través de las webs de contactos —muchos desengañados del amor o víctimas de una o varias infidelidades— suelen poner en sus perfiles su unánime y principal demanda: «Busco a una persona honesta».

Helena Feliu piensa que existe otro tipo de infidelidad tan o más pernicioso que la infidelidad sexual, aunque en el imaginario colectivo la imagen de nuestra pareja en la cama con otra sea la más potente: «No mantenerse fiel al compromiso mutuo de apoyar sus proyectos, establecer complicidades, compartir alegrías y fracasos, es ser infiel de otra manera, es olvidar estos votos y dejar que se filtre la desesperanza y la rutina». Los verdaderos placeres y riesgos de la infidelidad no están sólo en la cama, sino precisamente en el hecho de encontrar a alguien con quien poder compartirlo todo, alguien que por fin nos escucha y se interesa por nuestros temas. Y ese sí, qué duda cabe, es un fin que justifica los medios. ■

Opina sobre este tema en [www.marie-claire.es](http://www.marie-claire.es)