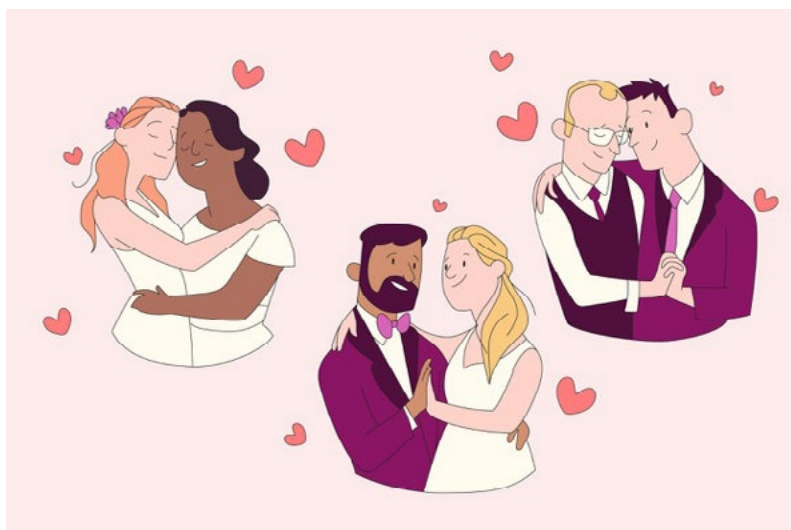


Noticia Contemporánea

# Malestar psicológico y tensión marital en parejas homosexuales y heterosexuales: Una vez más, ellos ganan

Santiago Madrid Liras

Instituto Motivacional Estratégico, Madrid, España



Se cumple un año, por estas mismas fechas próximas a las celebraciones del Día del Orgullo LGTBI, de la publicación del interesante estudio realizado por Michael A. García y Debra Umberson, de la Universidad de Texas en Austin: “Marital strain and psychological distress in same-sex and different-sex couples”. Y mucho del interés que aportan los resultados de esta investigación tiene que ver con el hecho de que estudios de este tipo –aquellos que valoran el grado de satisfacción, bienestar y malestar en la pareja en base al género- suelen realizarse casi exclusivamente con parejas heterosexuales.

Este estudio, por el contrario, amplía su mirada y recoge la experiencia y vivencias de parejas homosexuales, tanto de dos mujeres como de dos hombres.

Su importancia, por tanto, se debe a que permite plantearnos si, en caso de darse menores niveles de malestar [distress] personal y de tensión marital en parejas homosexuales, como así va a resultar en este estudio, pueden obtenerse de ello algunas conclusiones sobre qué pasa en las relaciones heterosexuales –recordemos, prácticamente un 90% de todas las parejas- para que haya tanto malestar en sus miembros, niveles tan altos de conflicto dentro de las propias parejas y tasas tan altas de divorcio (en torno a los 100.000 casos anuales, según el INE [2019]).

La pregunta que podríamos hacernos es: ¿tales parejas homosexuales, denostadas hace no tanto por la sociedad, y aún cuestionadas por algunos partidos políticos y un sector mínimo de la sociedad española, tienen algo que aportar respecto a aspectos más positivos de sus dinámicas de pareja a las relaciones de pareja heterosexuales?, es decir, ¿podrían servir de modelo en algún aspecto para que las parejas heterosexuales pudieran reducir sus malestares personales y tensiones como pareja?

---

Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND

De hecho, podría ser hasta esperable que, dadas las dificultades que las parejas homosexuales pueden tener al ser parte de una minoría social para conseguir el respeto de un contexto potencialmente más amenazante (los autores hacen referencia a ello como “estrés de minoría”), los resultados mostraran niveles de correlación mayores entre malestar personal y tensión en la pareja que en parejas heterosexuales. Los resultados de este estudio van a demostrar que esto no es así.

Y eso permite plantearnos otras hipótesis a las que el presente estudio pretende responder o, al menos, poner sobre la mesa para debatir: acorde a estudios previos que recogen estos autores, las parejas homosexuales mantienen niveles más igualitarios en el reparto de tareas domésticas y cuidados familiares, y están menos marcadas por dinámicas de poder. ¿Podría estar esto vinculado a unos posibles mejores resultados en parejas homosexuales respecto a parejas heterosexuales?

Y abre una puerta importante de cara a entender la vivencia de las mujeres en las relaciones de pareja, y si hay diferencias en las parejas de dos mujeres respecto a las heterosexuales, dados los resultados obtenidos en otros estudios realizados hasta el momento con parejas heterosexuales, en los que una y otra vez se repite la correlación mayor en mujeres que en hombres respecto al nivel de malestar y el nivel de tensiones en la pareja (Proulx, Helms y Buehler, 2007, citado por los autores de este artículo). ¿Se darán los mismos niveles en parejas de lesbianas?, ¿vivirán con tanta tensión como las mujeres heterosexuales los conflictos en la pareja o, en sentido inverso, afectará su grado de malestar personal a su vivencia del bienestar o malestar en que está su pareja?

No es un tema menor, ya que, como recogen estos autores, las dos explicaciones principales al respecto que intentan dar respuesta a porqué se produce esta diferencia entre hombres y mujeres heterosexuales pueden aclararse y reforzarse una u otra más en base a si se repiten en parejas de mujeres y en parejas de hombres los resultados obtenidos hasta el momento en parejas heterosexuales.

Pero antes de entrar en este debate, veamos qué nos plantea este estudio y cuáles son sus interesantes resultados y conclusiones.

Para empezar, en lugar de seguir el patrón de la mayoría de estudios a este respecto, que miden exclusivamente la relación entre el malestar de un miembro de la pareja y el nivel de tensiones en la pareja percibida por esa persona, en este estudio suman al otro miembro de la pareja y su valoración para tener una visión más completa del asunto. Permite, además, ver hasta qué punto las vivencias de malestar en uno de los miembros de la pareja acaban afectando no solo a la propia relación de pareja sino incluso al estado psicológico del otro miembro de la pareja.

Para ello recurren, como medio para analizar ambas variables, a registros diarios tanto del malestar personal como del malestar en la pareja, a través de varios ítems para cada una de estas variables que los sujetos deben responder a diario. Se centran en los aspectos negativos porque los estudios previos han visto más correlación entre malestar personal y tensión en la relación que entre bienestar personal y relación de apoyo en la pareja, tema que invitaría a muchas reflexiones que superan este breve espacio. Se intenta controlar la posible influencia de otras variables para obtener grupos más similares en estos aspectos (tales como edad, con una media de 48 años; nivel formativo, alto, con más de la mitad con estudios de postgrado; empleo, con sólo un 17% de desempleados; duración de la relación, con una media de 15 años; presencia de hijos en el hogar; salud de la pareja, etc.).

Y una novedad de este estudio respecto a otros similares es que son los dos miembros de la pareja los que hacen la valoración del grado de tensión en la relación. Esto ayuda a obtener resultados más claros en relación a si hay diferencias de género, ya que sobre una misma relación de pareja vamos a encontrarnos con dos valoraciones sobre el nivel de tensión que hay en ella: en el caso de parejas heterosexuales, las vivencias de los hombres y las vivencias de las mujeres. ¿Habrán diferencias? Sigamos leyendo.

Repasemos ahora las dos hipótesis que distintos autores se plantean respecto a porqué la relación entre malestar personal y malestar en la pareja es mayor en mujeres que en hombres. Recogen estos autores dos planteamientos explicativos:

Por un lado, se centran en las explicaciones que vinculan esa relación malestar personal-tensión en la pareja a la mayor orientación interpersonal de las mujeres. En ese caso, la mayor activación emocional personal cuando aparecen dificultades en la pareja se produciría por la mayor importancia que esta tiene, como tal relación in-

terpersonal, para ellas. En ese sentido, otros estudios parecen apoyar la idea de que en general para las mujeres es más importante para su bienestar que para los hombres la calidad de la relación de pareja (recogido por Proulx et al. [2007] en un metanálisis de 93 estudios previos), que son más conscientes del clima afectivo de la relación y más sensibles cognitivamente y emocionalmente al deterioro de la calidad de la relación. Además, o quizás causa de lo anterior, monitorean con más frecuencia el estado de la relación y asumen la tarea de reguladoras emocionales de la pareja.

Por otro lado, encontramos las explicaciones que enfatizan las dinámicas de poder de género, vinculadas al planteamiento del papel tradicional subordinado de las mujeres en la sociedad. En este sentido, el hecho de que tradicionalmente se hayan limitado bastante los espacios de desarrollo de las mujeres al ámbito familiar y la dependencia económica respecto a sus parejas explica porqué en mayor medida las mujeres pueden vivir con más tensión los problemas de pareja: se juegan en ello mucho más que los hombres. Además, apoyando esta segunda línea de explicación -que no vemos tan incompatible con la anterior, sino incluso complementaria o incluso causal esta de la anterior-, las mayores cargas de tareas culturales y estructuralmente colocadas sobre las mujeres en las relaciones de pareja y en el cuidado de los hijos permitirían entender que también sean ellas las que se saturan más en el ámbito de la pareja. De hecho, el que sean principalmente las mujeres las que estén enfrentando y confrontando esa cultura del reparto desigual de tareas en base al género puede ayudar a entender que tanto su nivel de estrés como su insatisfacción con la pareja sean mayores: empujando un cambio al que muchos hombres, sus parejas, se resisten, y asumiendo tareas y cargas profesionales sin el alivio de que sus parejas asumieran otras del ámbito doméstico y familiar. En relación a ello, los autores de este estudio nos aportan otras referencias de estudios previos en que se señala que en parejas heterosexuales los hombres se benefician del matrimonio en mayor medida que las mujeres (por ejemplo, Rendall, Weden, Favreault y Waldron, 2011).

A este respecto las parejas homosexuales, al no darse en ellas en la misma medida roles tradicionales atribuidos a uno u otro miembro de la pareja, tienen menos presiones culturales y estructurales; por decirlo de alguna forma, son más libres para establecer una organización familiar igualitaria sin sentir la presión social respecto a qué deben o no hacer respecto a dicho reparto de tareas. Así mismo, no existe esa presión cultural hacia las relaciones desiguales de poder, como ocurre en las heterosexuales, donde muchos hombres aún mantienen la intención de ejercer un mayor poder en la pareja y en la familia. Por decirlo gráficamente, la subordinación de un miembro a otro de la pareja en base al género “ni está, ni se la espera” en relaciones homosexuales. No podría afirmarse tan categóricamente en relaciones heterosexuales, donde el peso cultural es grande y aún nos encontramos en un periodo de transición hacia relaciones más igualitarias.

¿Qué nos van a decir los resultados de este estudio? Tristemente, que efectivamente es en las mujeres heterosexuales en las que los niveles de malestar personal son más altos. A estas le siguen con puntuaciones similares la mujer en parejas homosexuales y el hombre en parejas heterosexuales. Y es en el hombre homosexual en el que los niveles de malestar personal son menores. En relación a los niveles de malestar en la pareja, los niveles en las heterosexuales son más altos que en las parejas homosexuales, sean estas de hombres o de mujeres.

Estos resultados nos plantean muchas preguntas. ¿Se está haciendo algo bien en las parejas homosexuales que deba ser tenido en cuenta e incluso servir de modelo para las parejas heterosexuales? Si es así, ¿qué es? Invitamos al estudio y la reflexión. Y, ¿por qué los niveles de malestar son menores entre los hombres homosexuales que entre los heterosexuales? Porque en el caso de las mujeres es más evidente: las relaciones heterosexuales, más tradicionales en cuanto a los roles, pueden promover mayores desigualdades que perjudican a las mujeres, y la tensión en la pareja es, también por ello, más alta. Pero, ¿y en el caso de los hombres? Parece que los beneficios de la desigualdad en favor de los hombres en parejas heterosexuales les permite obtener mejores puntuaciones que sus parejas mujeres; pero tales beneficios no acaban de compensar la satisfacción (o menor malestar personal y menor tensión marital) que encontramos en hombres homosexuales, donde, como ya hemos indicado, las relaciones son más igualitarias. De cualquier manera, es finalmente la mujer en parejas heterosexuales la que vive con mayor tensión las tensiones de la pareja, valga la redundancia. Y eso como sociedad “nos lo tenemos que hacer ver”, como se dice coloquialmente.

En cualquier caso, los autores quieren señalar que sus resultados acaban de alguna forma apoyando las dos hipótesis planteadas: por un lado, la hipótesis de desigualdad de poder (a la que llaman hipótesis subordina-

ción-reactividad) se ve reforzada al dar como resultado que en las parejas homosexuales se dan niveles más bajos de malestar y de tensión marital; y, por otro lado, la hipótesis de la tendencia más interpersonal-relacional de las mujeres también parece reforzada por estos resultados al darse una correlación mayor entre malestar personal y tensión marital en mujeres homosexuales frente a hombres homosexuales, y en mujeres heterosexuales respecto a hombres heterosexuales.

Evidentemente, como pasa en todo estudio, sus resultados hemos de considerarlos teniendo en cuenta la población específica estudiada, que hace que no podamos generalizar a toda la sociedad: en este caso, la muestra recoge a parejas de clase media estadounidense de costa este, identificándose como “blanco” el 90% de los participantes. Pero, pese a ello, los resultados son significativos y deben tenerse en cuenta y verificarse en otros sectores de la población. Desde aquí animamos a que la puerta que abre esta investigación sea traspasada por nuestros investigadores para verificar en nuestra sociedad si se repiten o no resultados similares. Y en tal caso, cuestionarnos seriamente qué estamos haciendo para permitir que una parte tan destacada de la sociedad viva con tanta tensión lo que debería ser, entre otras cosas, una relación de apoyo, implicación, amor y cuidados mutuos.

### Referencias

- García, M. A. y Umberson, D. (2019). Marital strain and psychological distress in same-sex and different-sex couples. *Journal of Marriage and Family*, 81(5), 1253-1268. <https://doi.org/10.1111/jomf.12582>
- INE (30 de septiembre, 2019). *Estadística de nulidades, separaciones y divorcios*. [https://www.ine.es/prensa/ensd\\_2018.pdf](https://www.ine.es/prensa/ensd_2018.pdf)
- Proulx, C. M., Helms, H. M. y Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576-593. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Rendall, M. S., Weden, M. M., Favreault, M. M. y Waldron, H. (2011). The protective effect of marriage for survival: A review and update. *Demography*, 48(2), 481-506. <https://doi.org/10.1007/s13524-011-0032-5>