



Universidad de la República
Facultad de Psicología
Trabajo Final de Grado

Modalidad: Pre-proyecto de Investigación

**Abordaje psicoterapéutico en contextos de relaciones no monógamas
consensuadas: Una Investigación Exploratoria**

Estudiante: María Victoria Robles Abalde C.I. 3.030.017-9

Docente Tutor: Prof. Agr. Dr. Pablo López Gómez

Docente Revisora: Prof. Adj. Mag. Carolina Farías

Montevideo, 2024

Resumen

El presente proyecto de investigación busca conocer las actitudes y concepciones de los/las psicólogos/as que residen en Montevideo, frente a las nuevas configuraciones vinculares de la no monogamia consensuada. Ante la creciente visibilidad de estos modelos relacionales se hace necesaria una revisión y profundización de sus características, funcionamiento y percepción social que contribuya a la comprensión de este fenómeno. El objetivo principal es indagar acerca de los abordajes psicoterapéuticos de los profesionales de la psicología en la atención de personas que establecen relaciones no monógamas consensuadas (NMC).

Para este estudio se elaboró un diseño metodológico cualitativo, exploratorio y descriptivo. Se llevará a cabo el proceso de recolección y análisis de datos basándose en el método de la Teoría Fundamentada. La técnica de recolección de datos que se utilizará será la entrevista en profundidad. La muestra será constituida por los/las psicólogos/as de todas las edades que deseen participar voluntariamente de esta investigación.

El estudio busca proporcionar información valiosa para futuras investigaciones que aporten a la psicología una perspectiva teórica que respalde nuevos enfoques terapéuticos o adapte los existentes para satisfacer las necesidades de esta población. El objetivo final es promover una comprensión más inclusiva y sensible de la diversidad sexual en el ámbito de la salud mental, con el fin de mejorar el bienestar psicológico y emocional de todas las personas, independientemente de sus elecciones relacionales.

Palabras clave: monogamia, relaciones de pareja, relaciones no monógamas consensuadas

Abstract

The present research project seeks to know the attitudes and conceptions of psychologists residing in Montevideo, regarding the new configurations of consensual non-monogamy. Given the increasing visibility of these relational models, a review and deepening of their characteristics, functioning, and social perception is necessary to contribute to their understanding. The main objective is to inquire about the psychotherapeutic approaches of psychology professionals in the care of individuals who establish consensual non-monogamous relationships (CNM).

For this study, a qualitative, exploratory, and descriptive methodological design was developed. The process of data collection and analysis will be carried out based on the Grounded Theory method. The data collection technique that will be used is the in-depth interview. The sample will consist of psychologists of all ages who wish to voluntarily participate in this research.

The study aims to provide valuable information for future research that contributes to psychology with a theoretical perspective supporting new therapeutic approaches or adapting existing ones to meet the needs of this population. The ultimate goal is to promote a more inclusive and sensitive understanding of sexual diversity in the field of mental health, in order to improve the psychological and emotional well-being of all individuals, regardless of their relational choices.

Keywords: monogamy, romantic relationships, consensual non-monogamous relationships

Índice

Antecedentes y Fundamentación.....	1
Características de las relaciones no monógamas consensuadas.....	4
Desafíos vinculares.....	5
Intervenciones psicológicas.....	7
Perspectiva social y discriminación.....	8
Marco Conceptual.....	11
Sexualidad y pareja.....	11
Diversidad sexual y nuevas configuraciones vinculares.....	13
Salud, discriminación y estigma.....	15
Preguntas de investigación.....	19
Objetivos generales y específicos.....	19
Objetivo general.....	19
Objetivos específicos.....	19
Diseño metodológico.....	21
Cronograma de ejecución.....	23
Consideraciones éticas.....	24
Resultados esperados.....	25
Referencias bibliográficas.....	26

Antecedentes y Fundamentación

A lo largo de la historia, la pareja humana ha experimentado transformaciones hasta consolidarse en una institución social estable, caracterizada por estar sujeta a normativas que se ajustan al contexto y al período histórico vigente. Estos cambios se ven favorecidos por el conjunto de valores y creencias arraigados en el ámbito familiar, los cuales proporcionan estructura a los individuos que conforman una pareja. Estos valores y creencias se ven reforzados por los rituales y costumbres transmitidos de una generación a otra dentro del seno familiar (Espinal et al, 2006). Por otra parte, en la actualidad el objetivo de las parejas ya no es necesariamente el matrimonio y la procreación; el interés central de los individuos puede ser construir una relación con estabilidad, donde se tengan intereses en común y proyectos de vida afines, que podrían -o no- estar medidos por el “amor” que se sienta por la otra persona (Espinal et al, 2006).

Cuando se habla de pareja, se tiende a abordarla desde una perspectiva única centrada en la monogamia. En el diccionario de la Real Academia Española la monogamia se define como: «Régimen familiar que no admite la pluralidad de cónyuges» (Real Academia Española, definición 2, 2024). En el contexto de las relaciones interpersonales, Conley et al. (2013) definen a la monogamia como un acuerdo convencional en el cual ambas partes de la pareja se comprometen a mantener exclusividad tanto en el ámbito sexual como relacional. Agirre (2014) coincide en que la monogamia se entiende como la práctica de mantener exclusividad sexual dentro de una relación y continúa siendo un elemento fundamental en las relaciones de pareja consideradas normativas, sostenida en la noción del amor romántico. Sin embargo, es innegable que los cambios en la comprensión de la sexualidad han llevado a transformaciones en las prácticas asociadas con la monogamia o en su ausencia (Agirre, 2014).

Para Yela (2000) el amor romántico muestra una serie de contradicciones que se manifiestan típicamente como polaridades opuestas, entre la expectativa social del amor

normativo e idealizado y las realidades resultantes del amor en la práctica. Por lo cual, el amor romántico normativo trae consigo renunciaciones y consecuencias tales como la pérdida de libertad individual, los celos que generan sufrimiento tanto para un integrante de la pareja como para el otro, la dependencia emocional y en ocasiones, económica, así como la dificultad de lograr una reciprocidad plena en los sentimientos. Las renunciaciones y dificultades mencionadas encuentran su fundamentación en los mitos románticos que señala Yela (2000) y que los define como: «... el conjunto de creencias socialmente compartidas sobre la supuesta “verdadera naturaleza” del amor» (p.264). Ferrer et al. (2010), también establecen que: «Un mito es una creencia, aunque se halla formulada de manera que aparece como una verdad y es expresada de forma absoluta y poco flexible» (p.7). Para estas autoras, los mitos románticos suelen caracterizarse por ser absurdos, engañosos, artificiales, irracionales e inalcanzables en su cumplimiento. Estos autores realizan un recuento de estos mitos que respaldan la concepción normativa del amor romántico, arraigados en la sociedad sobre la exclusividad sexual y emocional en las relaciones, como el mito de la media naranja, el mito del emparejamiento, el mito de la exclusividad y el mito de la fidelidad. Estos mitos han sido perpetuados por la cristiandad y han influido en la percepción cultural de las relaciones amorosas (Yela, 2000; Ferrer et al., 2010).

En la investigación realizada por Agirre (2014) sobre monogamia, se confirma que ésta continúa siendo un concepto central en la configuración de las relaciones de pareja, como elemento distintivo que separa estas relaciones de otros tipos de vínculos afectivos. Las personas asumen que la monogamia es beneficiosa para quienes están involucrados en relaciones monógamas, sus familias e incluso para la sociedad en su conjunto (Conley et al, 2013). En consecuencia, persiste un modelo ideal de pareja monógama heterosexual que otorga primacía a esta forma de relación sobre otras. Sin embargo, también se han observado disparidades en cuanto a la importancia atribuida al concepto de monogamia. Estas discrepancias están influenciadas, por un lado, por el grado de desarrollo de una ideología

igualitaria dentro de la pareja y, por otro lado, por el tipo de prácticas sexuales que se llevan a cabo, ya sean homosexuales o heterosexuales (Agirre, 2014).

Giddens (1992) plantea la noción de una sexualidad plástica, sugiriendo que existe un consenso respecto a que las prácticas sexuales en las sociedades contemporáneas han evolucionado independientemente de los propósitos reproductivos tradicionalmente atribuidos por la cultura occidental. Así pues, las relaciones no monogámicas consensuadas emergen como una opción para individuos que desean establecer vínculos afectivos y/o sexuales con múltiples personas, en un marco de acuerdo mutuo, en contraste con la infidelidad o transgresión a las normas establecidas en relaciones monógamas (Ambrosio et al. 2019; Sánchez-Moreno Briega 2021; Atkins y Bullock, 2011).

En las parejas homosexuales, la "monogamia normativa" suele ser objeto de debate desde el inicio de la relación, lo que permite la consideración de modelos alternativos mientras que, en las parejas heterosexuales, la discusión sobre la exclusividad no se plantea hasta que surge algún conflicto al respecto. (Agirre 2014). Por otra parte, se ha demostrado que particularmente entre las mujeres lesbianas, la monogamia es valorada como una forma de compromiso y estabilidad en las relaciones (Beals et al.,2002)

Los psicólogos/as deben estar preparados para abordar las demandas de una sociedad en constante cambio, lo cual implica respetar las diversas formas de vinculación sentimental que surgen día a día. Por lo tanto, es crucial para la psicología analizar las problemáticas asociadas con estas nuevas formas de relaciones y proponer enfoques adecuados para abordar las áreas de conflicto más comunes en las parejas contemporáneas. Esto es relevante debido a la naturaleza de las relaciones no monógamas consensuadas (NMC), donde los acuerdos emocionales presentan desafíos particulares y de relación, hijos, familia, interacción en redes sociales, etc. (Ambrosio et al., 2019).

Características de las relaciones no monógamas consensuadas

El ámbito de las relaciones no monógamas consensuadas abarca una diversidad de modalidades de interacción no convencionales que se fundamentan en la negociación de acuerdos explícitos y la comunicación honesta. Veaux y Rickert (2014) definen la no monogamia consensuada (NMC) como un concepto que engloba una amplia variedad de configuraciones relacionales que comparten diversas características. Estas incluyen el acuerdo mutuo, el compromiso y el consenso, así como el respeto y la honestidad, los cuales son considerados elementos fundamentales.

Las relaciones NMC se caracterizan por los acuerdos relacionados con la no exclusividad sexual y/o afectiva, entre otros aspectos (Teijeiro, 2019; Rubel y Bogaert, 2015; Cohen y Wilson, 2016). Adicionalmente, diversos tipos de configuraciones pueden incorporar otras características dependiendo de los acuerdos y propósitos establecidos. Entre estas se encuentran la asunción de responsabilidad emocional, la búsqueda de la libertad individual, la simetría en las interacciones, la lealtad mutua, la compersión, el respeto por la individualidad y la libertad sexual (Pérez y Palma, 2018).

Estos acuerdos pueden generar o delinear distintos tipos de configuraciones que se pueden agrupar en dos categorías: relaciones con propósito exclusivamente sexual y relaciones con un vínculo emocional y sexual. Los tipos de relación que se refieren únicamente al propósito sexual son los intercambios de pareja o swinging y las relaciones abiertas. Las relaciones que permiten un vínculo emocional y sexual son las denominadas poliamorosas (Conley et al, 2013; Rubel y Bogaert, 2015; Lecouna, 2019).

Las características distintivas de los intercambios de pareja radican en que su acuerdo se limita exclusivamente al ámbito sexual, donde establecen contactos con otros swingers y llevan a cabo sus encuentros de manera conjunta en domicilios o en lugares específicos

designados para tal práctica. Dado que estas relaciones son estrictamente sexuales, pueden involucrar a una persona adicional, otra pareja o incluso múltiples parejas (Teijeiro, 2019). Los swingers entienden que hay diversas formas de acceder a nuevas experiencias sexuales y cuestionan la predominancia de la monogamia como la única forma para mantener una relación de pareja estable (Vélez et al., 2023). En el caso de las relaciones abiertas, si bien el acuerdo también se centra en lo sexual, también se incluye la posibilidad de relacionamiento emocional. La ejecución es independiente, es decir, las partes involucradas acuerdan y comunican los encuentros de manera individual con otras personas. En ambas modalidades, la pareja principal prevalece (Teijeiro 2019).

Las características de aquellos que optan por la libertad en lo que respecta tanto a lo sexual como a lo emocional, como es el caso del poliamor, implican la capacidad de desarrollar vínculos significativos. En este contexto, se pueden establecer diversos acuerdos, desde relaciones centradas en una pareja principal que luego incluyen a otras personas, hasta acuerdos de total horizontalidad donde el grupo establece una polifidelidad funcional, la cual se mantiene hasta que, por decisión consensuada, se incluya a alguien más al grupo (Teijeiro, 2019). El poliamor es un término utilizado para describir *"una orientación de relación que asume que es posible [y aceptable] amar a muchas personas y mantener múltiples relaciones íntimas y sexuales"* (Sexualities, 2003, p. 126), con énfasis en la comunicación abierta, la expresión de emociones y las redes de apoyo (Barker, 2005). El poliamor se fundamenta en varios principios clave, que incluyen el amor libre, la no monogamia, la responsabilidad afectiva, la compersión que refiere al sentimiento de alegría por el disfrute del otro, el respeto a la individualidad, la simetría en las interacciones, la libertad sexual, la equidad de género y mantenimiento del diálogo constante (Pérez y Palma, 2018).

Desafíos vinculares

Las relaciones NMC no están exentas de los conflictos y desafíos inherentes a todas relaciones interpersonales, que también afectan a las relaciones monógamas. Estos desafíos pueden agravarse en función del número de individuos involucrados (Santiago, 2018). Por ejemplo, Rivera y Giraldo (2023) destaca la aparente contradicción al emplear el término de “libertad”, dado que al establecer acuerdos o reglas se ejerce cierto control o limitación sobre las acciones de los participantes durante sus interacciones afectivas o sexuales con terceros.

La investigación de Sánchez-Moreno Briega (2021) sintetiza los desafíos de las relaciones NMC. Estas parejas pueden encontrarse con diversos obstáculos, que incluyen la sexualidad, las inseguridades, la fidelidad y los celos. Los celos surgen cuando uno de los miembros percibe una amenaza hacia la estabilidad de la pareja ante la eventualidad de que los acuerdos explícitos o implícitos sean infringidos. En caso de que esos acuerdos sean transgredidos, se le considera infidelidad. Es necesario abordar estos problemas de manera abierta y constructiva para fortalecer la relación y encontrar soluciones colaborativas. La comunicación constante se reconoce como un componente crucial para lograr consensos necesarios y mantener este tipo de relaciones de manera ética y saludable, así como para abordar la gestión de los celos.

Además de las dificultades internas que puedan surgir, los individuos en relaciones NMC se enfrentan a estigmas y rechazo social, dado que viven en una sociedad donde predomina la cultura monógama heteronormativa (Sánchez-Moreno Briega, 2021; Cardoso et al., 2021) la cual tiende a considerar el poliamor como un comportamiento promiscuo y licencioso (Santiago Álvarez, 2018).

Schechinger (2017) destaca que la complejidad de este tipo de relaciones se ve agravada por la escasez de datos sobre las vivencias de las personas en relaciones NMC que buscan servicios clínicos. Es necesario tratar esta cuestión para reducir la identificación errónea de los usuarios y mitigar el malestar y los malentendidos durante el proceso terapéutico. Los medios sociales y

electrónicos constituyen una herramienta crucial para la comunidad de NMC, al proporcionar un espacio de información, conexión y apoyo, aunque también puedan perpetuar la desinformación y los estereotipos.

Intervenciones psicológicas

Las personas que participan en relaciones de poliamor, intercambio de parejas, relaciones abiertas y relaciones NMC no etiquetadas, constituyen un grupo demográfico en crecimiento que recurre a la psicoterapia. De manera similar a aquellos en relaciones monógamas, estas personas pueden buscar servicios clínicos para recibir apoyo en la gestión de sus relaciones románticas y sexuales (Schechinger et al.,2018).

En la investigación de McCoy (2013) se explora un estudio de caso en el que se implementa con éxito la terapia de enfoque sensorial con una pareja poliamorosa que trae como motivo de consulta dificultades en sus encuentros sexuales. Concluyen que es un desafío para los profesionales de la salud mental que no están familiarizados con los problemas, percepciones, fortalezas y necesidades únicas que enfrenta esta población. Así también la literatura existente sugiere que los/las psicólogos/as pueden estar poco capacitados para tratar a estas parejas, ya sea por falta de comprensión de este tipo de vinculaciones o rigidez en adherirse a intervenciones que fueron creadas para parejas monógamas.

Schechinger, et al. (2018) realizaron una investigación sobre las experiencias terapéuticas de personas de Estados Unidos y Canadá involucradas en relaciones consensuadas no monógamas desde la perspectiva del estrés de minorías, para examinar las percepciones de las personas que asistían a terapia sobre las prácticas terapéuticas, diferenciando entre prácticas ideales (afirmativas de NMC) e inapropiadas (sesgadas, inadecuadas o no afirmativas de NMC), y su relación con las evaluaciones de la terapia. En el estudio se encontró que tanto las practicas terapéuticas ideales como las inapropiadas conformaban patrones distintos pero

interrelacionados. Se observó que las percepciones de estas prácticas incidían en las calificaciones de ayuda otorgadas al terapeuta y en la prematura interrupción de la terapia. Estos resultados mostraron la importancia de buscar y adquirir conocimientos sobre relaciones NMC, así como la aplicación de prácticas terapéuticas libres de prejuicios ya que puede aumentar el estrés de minorías experimentado por estas personas.

Debido al aumento de grupos minoritarios sexuales y de género que se vinculan a través relaciones NMC, también pueden buscar servicios de salud mental para hacer frente al estigma y la discriminación que enfrentan. Los profesionales de la salud mental están en una posición privilegiada para desempeñar un papel fundamental en la promoción del bienestar de estas personas, subrayando la necesidad de más investigación, capacitación y directrices para abordar las experiencias terapéuticas de los usuarios en relaciones NMC (Schechinger et al., 2018). Es fundamental que los/las psicólogos/as examinen sus propios sesgos para evitar proyectarlos inconscientemente sobre las personas y así generar un entorno seguro que permita a los usuarios abordar sus dificultades de manera significativa, evitando que la terapia se convierta en un origen de patología y sentimiento de vergüenza (Henrich yTrawinski, 2016)

Perspectiva social y discriminación

En el estudio realizado por Conley et al. (2013), con el propósito de evaluar las actitudes del público hacia la monogamia y las relaciones no monógamas, se observó que los individuos percibían que las relaciones monógamas acarreaban beneficios significativos a niveles individuales, familiares y sociales, lo cual respalda la noción de la existencia de un efecto "halo" en torno a las relaciones monógamas. Basándose en la investigación previa, Moors et al. (2013) indican que los participantes perciben que las parejas que eligen la no monogamia consensuada lo hacen porque sienten que su relación actual o una anteriormente monógama carece de algo. No obstante, las personas en relaciones NMC manifiestan abiertamente su satisfacción con el arreglo específico que han establecido.

Algunas relaciones pueden priorizar más el aspecto afectivo sobre el sexual con múltiples parejas, o viceversa y esto también influye en la percepción social de esta población. Según la investigación de Matsick et al (2013), se destaca como resultado la percepción notablemente más negativa hacia los swingers en comparación con las personas involucradas en relaciones poliamorosas. A su vez, las personas en relaciones abiertas fueron vistas de manera más negativa en términos de moralidad en comparación con las personas en relaciones poliamorosas. Estos resultados sugieren que las personas muestran una mayor incomodidad con la idea de relaciones exclusivamente sexuales, como las relaciones swingers, en contraste con las relaciones que implican múltiples conexiones románticas o emocionales, como las relaciones poliamorosas.

En el estudio llevado a cabo por Sánchez-Moreno Briega (2011), se encontró que ciertas orientaciones sexuales eran más prevalentes en distintos tipos de relaciones: la heterosexualidad predominaba en el contexto de la monogamia, mientras que la bisexualidad era más común en el contexto de la no monogamia consensuada. Un patrón similar se observó entre las personas que se identificaron con el género no binario, quienes se agruparon principalmente en el contexto de la NMC.

Barker y Langdrige (2010) sostienen que las personas involucradas en relaciones poliamorosas a menudo optan por no revelar la naturaleza de sus relaciones a sus familiares y amigos, con el propósito de resguardarse del estigma asociado a lo diferente. Para aquellos que también se identifican dentro del colectivo LGBTQ y participan en relaciones NMC se observa la presencia de marginación y discriminación, acompañadas de vivencias de estigmatización, aunque estas difieren entre hombres homosexuales en contraposición a mujeres lesbianas, quienes también se identifican como parte de este colectivo (Cassidy y Wong, 2018).

La exploración de las actitudes y valores hacia las poblaciones minoritarias se presenta como un elemento fundamental en el ejercicio ético (Cassidy y Wong, 2018), con el propósito de

cuestionar los discursos predominantes de la mononormatividad. Sin esta evaluación deliberada, estas minorías siguen estando en riesgo de experimentar el estigma y los prejuicios asociados con las suposiciones mononormativas (Conley, Moors, et al., 2013; Moors et al., 2013).

Marco Conceptual

En esta sección se presenta el marco teórico dividido en tres ejes con el propósito de abordar las complejidades inherentes al tema. En primer lugar, se aborda el concepto de sexualidad y sus transformaciones dentro del ámbito de la pareja. En segundo lugar, se profundiza en la noción de diversidad sexual, así como en las nuevas configuraciones relacionales no monógamas consensuadas. Por último, se examinan los conceptos de salud, la influencia del estigma y la discriminación en la vivencia de la sexualidad y las relaciones NMC.

Sexualidad y pareja

Según López et al. (2015) «La sexualidad es eje de las relaciones humanas, implica a las relaciones y procesos sociales, a las instituciones, a las políticas, así como a las concepciones del mundo y la subjetividad» (p.19). Se concibe ésta, como una dimensión fundamental e intrínseca del ser humano a lo largo de su existencia. Las personas se configuran como sujetos sexuales a lo largo de su desarrollo, adquiriendo conocimientos y experiencias que les permiten vivir, sentir y evolucionar en este aspecto. Este fenómeno se manifiesta mediante diversas expresiones, tales como el deseo, el placer, el erotismo y la atracción, entre otros. La sexualidad está constantemente influenciada por uno o varios de estos impulsos, los cuales suelen estar asociados mayormente con alguno de los dos propósitos principales de la sexualidad: el placer erótico y/o la reproducción. Estas expresiones se encuentran condicionadas por las normativas que cada sociedad establece respecto a lo que se considera permitido y lo que se prohíbe, así como lo que es público y lo que es privado. A lo largo de la historia, el concepto de sexualidad se ha reducido a las prácticas sexuales que se asocian exclusivamente con la reproducción, relegando y ocultando su dimensión erótica y placentera (López et al., 2015).

Teresita de Barbieri (1995) conceptualiza el sistema sexo/género como un conjunto de prácticas, símbolos, representaciones, normas y valores que las sociedades elaboran a partir de

las diferencias sexuales biológicas, otorgando significado tanto a la satisfacción de los impulsos sexuales como a la reproducción y a las interacciones sociales. Por otro lado, López et al. (2015) definen al género como el conjunto de características, atributos, marcas, permisos, prohibiciones y prescripciones que se asignan de manera diferenciada a las personas en función de su sexo. Lo conciben como una construcción social que, a su vez, establece normativas relacionales y atribuye un permiso discrepante para el ejercicio del poder entre hombres y mujeres. Estos autores destacan que, mientras el sexo hace referencia a la biología, el género alude a lo que socialmente se considera como "masculino" y "femenino", así como a la manera en que cada individuo desarrolla esas identidades de género.

Fernández (1993) emprende un análisis sociohistórico que examina el papel de la mujer y su posición en la sociedad, destacando cómo ha ocupado espacios públicos tradicionalmente reservados a los hombres, lo que genera una redefinición de las categorías de lo femenino y lo masculino. En este contexto, realiza una revisión de los discursos médicos, filosóficos y religiosos de diferentes épocas, evidenciando cómo dichos discursos han contribuido a la configuración social y sexual de la mujer y de la pareja en general a lo largo de distintos períodos históricos. Se hace referencia a un proceso relacionado con los notables cambios experimentados en la estructura y dinámica familiar, así como en sus funciones, hábitos, roles y costumbres, donde se destaca una arraigada vinculación de la sexualidad en el contexto de la familia conyugal reproductora. Este proceso marca el establecimiento de un nuevo paradigma en las relaciones conyugales, conocido como el matrimonio por amor.

Este nuevo paradigma de relaciones conyugales, marcado por el matrimonio por amor, también abre espacio para la exploración de formas alternativas de relacionarse, donde la monogamia no es la única opción aceptada. Las relaciones NMC se presentan como una respuesta a la transformación de las estructuras de pareja y a la búsqueda de una mayor autenticidad y satisfacción en las relaciones. Así también, las NMC emergen como una expresión

de libertad y autonomía, desafiando las normas establecidas sobre la exclusividad sexual en el matrimonio. En este sentido, se observa un movimiento hacia la diversidad y la aceptación de diferentes modelos de convivencia y afecto, que reflejan la complejidad y la riqueza de las experiencias humanas en el ámbito amoroso y sexual.

Diversidad sexual y nuevas configuraciones vinculares

Según Lopez y Ferrari (2008), la diversidad de la especie humana se manifiesta en múltiples facetas: diferentes culturas, variados genotipos, distintos idiomas, diversas estructuras sociales y perspectivas del mundo, así como en una pluralidad de creencias religiosas. Aunque los individuos nacen con una singularidad genética que contribuye a esta diversidad, esta característica no constituye su aspecto más distintivo. En cambio, lo que verdaderamente nos hace diversos radica en nuestra participación activa en la creación y expresión de nuestra cultura y nuestra historia. A lo largo de nuestras vidas, forjamos una identidad única mediante el desarrollo de una personalidad propia, la adopción de actitudes y valores, la exploración de preferencias y habilidades, y la búsqueda de satisfacción de deseos y la realización de acciones. Estos procesos, únicos para cada individuo, nos distinguen y nos hacen irrepetibles. En esencia, es esta diversidad de experiencias y contribuciones individuales la que enriquece la cultura, las relaciones interpersonales y las ideas, y conforma la base sobre la cual se construye la sociedad (López y Ferrari, 2008).

A lo largo de la historia, a pesar de la diversidad inherente a la humanidad, se han identificado individuos, grupos y comunidades como inferiores, débiles, enfermos o anormales. Esta percepción ha generado estigmas, discriminación, exclusión, tortura, asesinatos y genocidios dirigidos a eliminar o subyugar los derechos de estos grupos considerados "diferentes", con el propósito de imponer una única verdad y forma de existir. Desde esta

perspectiva, se crean "etiquetas" para lo diverso, lo cual proporciona una sensación de seguridad a quienes buscan adherirse a las normas de lo "normal".

Una sociedad es también un sistema de interpretación del mundo, es decir de construcción, creación, invención de su propio mundo; en tanto tal puede percibir como peligro cualquier desmentida a su sistema de interpretación; estas situaciones suelen ser vividas como ataques a su identidad y las diferencias son entonces imaginadas como amenazantes (Fernández, 1992, p.17).

En el contexto contemporáneo, las dinámicas del amor involucran prácticas que desafían el modelo tradicional de las relaciones interpersonales. Estas nuevas formas de relacionarse, particularmente en el caso de las relaciones NMC, encuentran sus raíces en los movimientos sociopolíticos que abogan por la igualdad y la libertad entre los individuos (Rivera y Doria, 2023). Las relaciones NMC se distinguen por ser libres de exclusividad sexual y/emocional, abiertas, honestas y con acuerdos explícitos.

- Poliamor: se define como una forma de relación íntima, amorosa, sexual y afectiva que involucra simultáneamente a múltiples personas independientemente de su orientación sexual. Este tipo de relación se caracteriza por ser consensuada, honesta, respetuosa, responsable, no posesiva y promover la igualdad entre sus participantes (Vélez et al., 2018; Teijeiro Cal, 2019).
- Swingers: también llamados intercambios de pareja, que trata de relaciones entre parejas que participan en prácticas sexuales liberales y temporales en un contexto personalizado y planificado. Estas interacciones se llevan a cabo con el pleno consentimiento de todos los involucrados, sin imposiciones ni ocultamientos. Dichas prácticas pueden incluir intercambios sexuales en presencia de otras parejas o de

manera individual, sin que existan compromisos afectivos o amorosos con las otras personas involucradas. Este tipo de relaciones permite que las parejas exploren y satisfagan sus fantasías sexuales, estableciendo claramente que el cuerpo y el placer no son objeto de propiedad exclusiva (Teijeiro Cal, 2019; Conley et al, 2013).

- Relaciones abiertas: se refiere a que una pareja decide explorar vínculos sexuales con otras personas, trascendiendo así la exclusividad sexual. En este tipo de dinámica, según Taormino (2015), la pareja no se restringe a compartir flirteos, encuentros sexuales o conexiones emocionales con un solo individuo. Las relaciones abiertas carecen de guiones o modelos predefinidos; en cambio, cada miembro de la pareja conserva su autonomía y tiene la libertad de establecer vínculos sexuales con otros individuos sin requerir la participación o aprobación de su pareja. Además, estas relaciones se caracterizan por la continuidad en el tiempo una vez que se acuerda la apertura hacia otras personas (Rivera y Doria, 2023).

Las relaciones NMC representan una de las muchas expresiones de la diversidad interpersonal y sexual. Al igual que las preferencias individuales, los deseos y las acciones que dan forma a nuestra identidad única, estas relaciones son una manifestación de cómo cada individuo busca satisfacer sus necesidades emocionales y sexuales de manera auténtica y satisfactoria. Esta diversidad de experiencias enriquece las interacciones humanas, fomentando un entendimiento más profundo y respetuoso de las diversas formas de amar y vincularse. De esta manera, las relaciones NMC no solo reflejan la singularidad de cada individuo, sino que también contribuyen a la riqueza y complejidad de la sociedad en su conjunto.

Salud, discriminación y estigma

Conforme a la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948), la salud se establece como uno de los derechos fundamentales, garantizando a todas las personas un nivel

de vida adecuado para asegurar su bienestar. La Ley Número 18.211, que estableció la creación del Sistema Nacional Integrado de Salud (SNIS), establece, entre otros aspectos, que la protección de la salud es un derecho humano fundamental y el Estado es responsable de garantizar su ejercicio efectivo y de crear las condiciones necesarias para que toda la población tenga acceso a servicios de salud integrales (MSP, 2009).

Este proyecto se encuentra dentro del ámbito de la Psicología de la Salud, la cual se concibe como un concepto integral. Morales Calatayud (1997), la define como una extensión aplicada de la psicología, enfocada en los diversos aspectos psíquicos que pueden influir en los procesos de salud y enfermedad, los cuales surgen como resultado de una variedad de causas. Sostiene que la Psicología de la Salud constituye una disciplina psicológica encargada de analizar la diversidad de temas, factores y causas asociados con los procesos de salud y enfermedad. Esto implica la atención, prevención y promoción de los problemas derivados de dichos procesos.

El concepto de salud mental está intrínsecamente ligado al de salud integral, a pesar de las diferencias en su enfoque y alcance. La salud mental constituye un campo diverso que abarca teorías, prácticas y dispositivos de intervención. Se refiere a los procesos de bienestar y malestar emocional y/o psíquico experimentados por individuos a lo largo de su vida, influenciados por sus condiciones materiales y subjetivas de existencia. Desde 2011, el Estado uruguayo se ha comprometido a integrar gradualmente servicios de salud mental en el SNIS, encontrando como una de las principales barreras la marginación de la salud mental en los dispositivos de atención sanitaria. En este contexto, es fundamental diseñar estrategias, políticas y servicios que se adapten a las necesidades y demandas del colectivo de personas LGBT (López y Gelpi, 2015). El MSP (2009) destaca la relevancia de reconocer de manera explícita la orientación sexual e identidad de género como determinantes sociales y factores condicionantes de la salud. Además, subraya que "para reducir la discriminación por orientación sexual y/o identidad de género en los

servicios de salud, es fundamental desarrollar políticas institucionales claras, coherentes y acordes con los principios de derechos humanos" (p. 14).

El estigma, según lo descrito por Goffman (1988), se conceptualiza como un atributo negativo asociado a individuos, lo que resulta en un deterioro de su identidad. Este concepto permite comprender una relación genuina de desventaja y desigualdad, destacando su naturaleza principalmente como un fenómeno social. Las parejas no monógamas pueden experimentar estigmatización como resultado de su estilo relacional en contraposición a las convenciones sociales predominantes, especialmente aquellas arraigadas en el paradigma de la monogamia. Este estigma se origina en prejuicios arraigados relacionados con la concepción tradicional de la fidelidad, la moralidad y la estabilidad en las relaciones sentimentales. Además, la falta de comprensión o conocimiento sobre las dinámicas y acuerdos consensuados inherentes a las relaciones no monógamas puede contribuir a la perpetuación del estigma y la discriminación hacia aquellos que adoptan esta modalidad relacional. Esta falta de aceptación social de modelos alternativos de relación puede resultar en la marginación, discriminación y negación de los derechos y la dignidad de quienes optan por este estilo de vida.

Meyer (2003) introduce el concepto de "estrés de las minorías" para describir las experiencias estresantes asociadas con la posesión de una identidad u orientación sexual no convencional, que incluyen expectativas de rechazo, discriminación, ocultamiento y vergüenza, entre otros. El autor argumenta que el estigma vivido, la discriminación y el prejuicio crean un entorno hostil y estresante que puede dar lugar a problemas psicológicos (Meyer, 2003). La autoimagen y la autoaceptación de aquellos que practican NMC, frecuentemente integrantes del colectivo LGBT, se ven impactadas por el doble estigma, lo que puede dar lugar a trastornos psicológicos y emocionales (Ambrosio et al., 2019).

Las personas que integran relaciones NMC habitualmente se enfrentan a juicios sociales, discriminación y estigmatización por parte de la sociedad en general y, en ocasiones, incluso por parte de los profesionales de la salud. Este estigma puede obstaculizar el acceso a la atención médica adecuada, ya que las personas pueden sentirse avergonzadas o temerosas de buscar ayuda debido al miedo al juicio o la falta de comprensión por parte de los proveedores de salud. Además, el estigma puede influir en la calidad de la atención tanto médica como psicológica que reciben estas personas generando sesgos implícitos o explícitos hacia estas personas.

Preguntas de investigación.

La pregunta principal de la investigación es: ¿Cómo abordan los/las profesionales de la psicología la atención psicoterapéutica de personas involucradas en relaciones de no monogamia consensuada?

Preguntas secundarias:

- ¿Cuál es el proceso de formación y preparación de psicólogos/as para abordar en psicoterapia personas que establecen relaciones NMC?
- ¿Cuáles son los referentes teóricos y las técnicas utilizadas para orientar la intervención profesional frente a la no monogamia consensuada?
- ¿Cómo identifican los psicoterapeutas sus fortalezas y debilidades, tanto profesionales como personales, para abordar en psicoterapia la diversidad relacional de las parejas no monógamas?

Objetivos generales y específicos

Objetivo general

Indagar acerca de los abordajes psicoterapéuticos de los profesionales de la psicología en la atención de personas que establecen relaciones NMC.

Objetivos específicos

- 1.- Explorar como los/las psicólogas se forman y preparan para trabajar con personas en relaciones NMC.
- 2.- Establecer los referentes teóricos y técnicas que orientan su intervención ante la no monogamia consensuada.

3.- Determinar si identifican fortalezas y debilidades, profesionales y personales, para el abordaje psicoterapéutico frente a la diversidad relacional de las parejas no monógamas.

Diseño metodológico

Con el propósito de alcanzar los objetivos planteados, la presente investigación propone una estrategia de investigación cualitativa, exploratoria con alcance descriptivo. Según Taylor y Bogdan (1987) la investigación cualitativa es la mejor herramienta para conocer en profundidad las vivencias, sentimientos y luchas cotidianas dentro de la sociedad. A su vez, Vasilachis et al. (2006) siguiendo a Creswell (1998) consideran que la investigación cualitativa es un proceso interpretativo de indagación que examina un problema humano o social y en la cual el investigador conduce el estudio en una situación natural. Esta metodología se centra en el sentido que los individuos dan a sus acciones, mostrando una notable inclinación hacia la integración de diversas perspectivas y receptividad hacia las voces de los sujetos bajo estudio (Botía, 2013).

El método que se utilizará para la recolección de datos y análisis teórico es el de la Teoría Fundamentada. Esta es definida como un método de investigación cualitativa que a partir de la recolección de datos emplea una serie de técnicas sistemáticas para desarrollar una teoría inductiva sobre un campo específico. A su vez, la recolección de datos se realiza en simultáneo con el análisis de los mismos. El resultado final de la investigación se materializa en una formulación teórica o en un conjunto coherente de hipótesis conceptuales relacionadas con el área de estudio en cuestión (De La Torre, 2016).

De acuerdo con el diseño y metodología de esta investigación se conformará una muestra intencional, teórica, no probabilística. La población con la que trabajará son psicólogos/as contactados a través de la Facultad de Psicología, Coordinadora de psicólogos y otras asociaciones que nucleen profesionales de la salud mental. Se les solicitará participar de la investigación de forma voluntaria. Los criterios de inclusión muestral serán los siguientes:

- Residir en Montevideo
- Edad de 25 a 60 años

- Egresados del plan IPUR, 88 y 2013
- Tener o haber tenido experiencia en abordajes con esta población

Se estima realizar un total de 30 entrevistas en profundidad con psicólogos/as pertenecientes a diversas corrientes psicoterapéuticas a fin de conocer diferentes perspectivas de su abordaje. Estas entrevistas se realizarán hasta que se produzca la saturación teórica. Taylor y Bogdan (1992) entienden la entrevista en profundidad como los “reiterados encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes, encuentros estos dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tiene los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras” (p.100).

Siguiendo los postulados de la teoría fundamentada el primer análisis de la información será concomitante al trabajo de campo. Se seguirán las etapas de codificación abierta, selectiva y teórica. La combinación de estas tres etapas genera la transformación progresiva de la información en teoría sustantiva y luego en teoría formal. El objetivo es identificar categorías y conceptos que surgen de los datos textuales. El sistema de codificación y recuperación será ATLAS´TI, es un programa que destaca por su capacidad para generar gráficos denominados diagramas conceptuales, los cuales facilitan la interpretación de la información recopilada. Además, posibilita la realización de búsquedas y recuperación de datos de manera casi intuitiva, lo que simplifica las tareas mecánicas inherentes a la investigación cualitativa (De La Torre, 2016).

Es importante destacar que ciertos pasos no son necesariamente lineales y pueden implicar un proceso iterativo de revisión y refinamiento a medida que se recopilan y analizan los datos. Además, la flexibilidad y la adaptabilidad son características clave de la metodología de la Teoría Fundamentada, lo que permite a los investigadores ajustar su enfoque según las necesidades específicas del estudio y los datos disponibles.

Cronograma de ejecución

Actividad / Meses	Mes 1-2	Mes 3-4	Mes 5-6	Mes 7-8	Mes 9-10	Mes 11-12	Mes 13-14	Mes 15-16	Mes 17-18
Profundización de la lectura conceptual y marco teórico									
Elaboración de la pauta de entrevistas, hoja de información y consentimiento informado									
Presentación de la documentación ante el Comité de Ética de FPSIC									
Ensayo de la pauta de entrevista									
Identificación y captación de personas dispuestas a participar del estudio									
Realización de entrevistas en profundidad									
Transcripción de las entrevistas en profundidad									
Categorización de la información									
Análisis de las entrevistas									
Elaboración del informe									
Difusión de los resultados									

Consideraciones éticas

La presente investigación será evaluada por el Comité de Ética de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República y se enmarcará en las condiciones que establece el Decreto N°158/019 (Uruguay, 2019) del Ministerio de Salud Pública (MSP), que aborda aspectos éticos respecto a la investigación con seres humanos y que tiene por finalidad la protección integral de éstos. Al mismo tiempo los datos personales de quienes participen del estudio estarán protegidos por la Ley N° 18.331 que rige en nuestro país, Ley de Protección de datos personales y acción de "Habeas data". La investigación seguirá los principios de beneficencia y no maleficencia, justicia, riesgo/beneficio y respeto por las personas, en tal caso si en el transcurso de la investigación se detectan situaciones de violencia, o de especial vulnerabilidad se acompañará a la persona a que inicie el proceso correspondiente

La participación en esta investigación será libre y voluntaria, por lo que quienes se presten a la misma podrán abandonar el estudio en cualquier momento sin necesidad de fundamentar su retiro ni dar explicaciones. En caso de detectarse algún malestar psíquico en el marco de la entrevista, la persona participante podrá ser derivado a un servicio de la facultad.

Cada participante en la investigación deberá brindar su consentimiento informado. Este mecanismo procura garantizar la confidencialidad y el anonimato de los participantes durante la recopilación de información, el procesamiento de datos y en su potencial uso en informes finales. A efectos de mayor transparencia a las personas que participen del estudio se les proporcionará un documento con información donde se expliquen los objetivos del estudio, así como las características respecto a su participación en el mismo y el alcance final de la investigación propuesta. De esta manera, los datos recolectados sólo serán utilizados para los fines que guían la presente investigación y que se exponen en dicho documento.

Resultados esperados

El objetivo de la presente investigación es obtener respuestas a las interrogantes sobre las actitudes y conocimientos de los/las psicólogos/as de Montevideo frente a las personas que optan por establecer vínculos no monógamos consensuados. El conocimiento resultante pretende contribuir a la deconstrucción de los prejuicios en torno a este tipo de configuraciones relacionales, así como a generar información significativa que pueda servir como base para futuras investigaciones en este ámbito.

Se aspira a aportar a la psicología una perspectiva teórica que amplíe y sustente nuevos enfoques terapéuticos, o en su defecto, adapte los enfoques tradicionales para satisfacer las necesidades de estas poblaciones que requieren acceso a servicios de salud mental. Este trabajo busca así fomentar una comprensión más inclusiva y sensible de la diversidad sexual en el ámbito de la salud mental, promoviendo el bienestar psicológico y emocional de todas las personas, independientemente de su elección relacional.

Referencias bibliográficas

Agirre Miguélez, 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* ISSN 1577-239X. ■■■ Vol. 13, núm. 1, 2014, 87-101

Ambrosio Carillo, A., Quezada Espinoza, M. C., Ramos Gutiérrez, I., & García Cortés, J. (2019). Disposición en la participación de relaciones no monogámicas consensuadas. *Revista Electrónica de Psicología de la FES Zaragoza-UNAM*, 9(17), 27-34.
<https://www.zaragoza.unam.mx/wp>

Atkins, N., & Bullock, J. (2011). Not Monogamous? Not a Problem: A Quantitative Analysis of the Prevalence of Polyamory. *Society for the scientific study of Sexuality*.

Barker, M. (2005). This is my partner, and this is my... partner's partner: Constructing a polyamorous identity in a monogamous world. *Journal of constructivist psychology*, 18(1), 75-88.

Barker, M., & Langdridge, D. (2010). Whatever happened to non-monogamies? Critical reflections on recent research and theory. *Sexualities*, 13(6), 748–772. <https://doi.org/10.1177/1363460710384645>

Beals, K. P., Impett, E. A., & Peplau, L. A. (2002). Lesbians in love: Why some relationships endure and others end. *Journal of Lesbian Studies*, 6(1), 53-63.
https://doi.org/10.1300/J155v06n01_06

Calatayud, F. (1997). Introducción al estudio de la psicología de la salud. Recuperado de [https://www.academia.edu/9509976/Francisco Morales Calatayud](https://www.academia.edu/9509976/Francisco_Morales_Calatayud)

Cardoso, D., Pascoal, P. M., & Maiochi, F. H. (2021). Defining polyamory: A thematic analysis of lay people's definitions. *Archives of sexual behavior*, 50(4), 1239-1252.

Cassidy, T., & Wong, G. (2018). Consensually Nonmonogamous Clients and the Impact of Mononormativity in Therapy. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 52(2). Recuperado de <https://cjc-rcc.ucalgary.ca/article/view/61124>

Conley, T. D., Moors, A. C., Matsick, J. L., & Ziegler, A. (2013). The fewer the merrier? Assessing stigma surrounding consensually non-monogamous romantic relationships. *Analyses of Social Issues and Public Policy*, 13(1), 1-30.

De la Torre, G., di Carlo, E., Florido, A., Opazo, H., Ramírez, C., Rodríguez, P., Tirado, J. (2016). Teoría Fundamentada o Grounded Theory [Master en Calidad y Mejora de la Educación]. Universidad Autónoma de Madrid. Recuperado de (comp.) *Estrategias de investigación cualitativa*. (pp.23-64). Barcelona: Gedisa. [De_la_Torre_-_Teoria-Fundamentada-libre.pdf \(d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net\)](#)

Espinal, I., Gimeno, A., & González, F. (2006). El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. *Revista internacional de sistemas*, 14(4), 21-34.

Fernández, A. M. (1992). *Las mujeres en la imaginación colectiva* (pp. 27-50). Paidós.

Fernández, A. M. (1993). La mujer de la ilusión; pactos y contratos entre hombres y mujeres.

Ferrer, V. A., Bosch, E., & Navarro, C. (2010). Los mitos románticos en España. *Boletín de psicología*, 99(7), 31.

Guiddens, A. (1992). La transformación de la identidad. Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas. Madrid, España: Ediciones Cátedra.

Henrich, R., & Trawinski, C. (2016). Social and therapeutic challenges facing polyamorous clients. *Sexual and Relationship Therapy*, 31(3), 376-390.

Lecuona, O., Suero, M., Wingen, T. y de Rivas, S. (2019). Does “open” rhyme with “special”? Comparing personality, sexual satisfaction, dominance and jealousy of monogamous and non-monogamous practitioners. *Archives of Sexual Behavior*. Preprint.

López, P., Forrissi, F., & Gelpi, G. (2015). *Salud y diversidad sexual: Guía para profesionales de la salud*. Montevideo, Uruguay: UNFPA.
<https://psico.edu.uy/sites/default/files/filesftp/libros/guia-salud-y-diversidad-sexual.pdf>

Matsick, J. L., Conley, T. D., Ziegler, A., Moors, A. C., & Rubin, J. D. (2014). Love and sex: Polyamorous relationships are perceived more favorably than swinging and open relationships. *Psychology & Sexuality*, 5(4), 339-348.

Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697, doi:10.1037/0033-2909.129.5.674

Moors, A. C., Matsick, J. L., Ziegler, A., Rubin, J. D., & Conley, T. D. (2013). Stigma toward individuals engaged in consensual nonmonogamy: Robust and worthy of additional research. *Analyses of Social Issues and Public Policy*, 13(1), 52-69.
<https://doi.org/10.1111/asap.12020>

Perez, T. S., & Palma, Y. A. (2018). Amar amores: o poliamor na contemporaneidade. *Psicologia & Sociedade*, 30. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2018v30165759>

Poder Ejecutivo Uruguay (2008). Decreto de reglamentación Proyecto de regulación de investigación con seres humanos 379/008. Recuperado:
<http://www.impo.com.uy/bases/decretos-originales/379-2008>

Poder Legislativo Uruguay (2008). Ley N° 18331. Recuperado:
<https://www.impo.com.uy/bases/leyes/18331-2008/29>

Real Academia Española. (2023). *Diccionario de la lengua española (23ª. ed.)*
<https://dle.rae.es/monogamia>

Rivera Alzate, J.D. & Giraldo Doria, M. (2023). Del amor romántico al amor libre. Configuraciones del amor en las relaciones no monógamas. *Poiésis*, (45), 57-73.

Rubel, A. N., & Bogaert, A. F. (2014). *Consensual Nonmonogamy: Psychological Well-Being and Relationship Quality Correlates. The Journal of Sex Research*, 52(9), 961–982.
<https://doi.org/10.1080/00224499.2014.942722>

Sánchez-Moreno Briega, S. (2021). Influencia de los acuerdos de pareja en comunicación, celos y satisfacción sexual y afectiva. <http://hdl.handle.net/10017/47840>

Santiago Álvarez, L. (2018). El poliamor como construcción amorosa dialogada: Estudio cualitativo. Universidad de Almería. Recuperado de:
https://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/7062/TFM_SANTIAGO%20ALVAREZ.%20LAURA.pdf?sequence=1

Schechinger, H. A., Sakaluk, J. K., & Moors, A. C. (2018). Harmful and helpful therapy practices with consensually non-monogamous clients: Toward an inclusive framework. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 86(11), 879-891. <https://doi.org/10.1037/ccp0000349>

Sexualities (2003). Special Issue on Polyamory—Call for Contributors. *Sexualities*, 6(1), 126. Sage Journals.

Taormino, T. (2015). *Opening Up. Una guía para crear y mantener relaciones abiertas* (Miguel Vagalume, trad.) España: Melusina. (Obra original publicada en 2008)

Taylor, S. & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La*

Teijeiro-Cal, N. (2019). Los nuevos vínculos relacionales: los jóvenes ante las no-monogamias. Universidad de La Coruña. <http://hdl.handle.net/2183/24014>

Vasilachis de Gialdino, I. (2006). *La investigación cualitativa. En Vasilachis de Gialdino, I.*

Veaux, F. & Rickert, E. (2014). *More Than Two: A Practical Guide to Ethical Polyamory*. Portland: Thorntree Press LLC

Vélez, I. C. B., Puerta, M. R., Quintero, S. H., & Loaiza, L. C. (2023). Parejas poliamorosas, abiertas, Dinks, LAT, multiculturales, swinger como formas relacionales. Actualización teórica. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (68), 316-354.

Yela García, C. (2000). *El amor desde la psicología social: ni tan libres, ni tan racionales*. Pirámide.

Yela, C. (2003). La otra cara del amor: mitos, paradojas y problemas. *Encuentros en psicología social*, 1(2), 263-267.