

# Pololeo: 1 de cada 4 adolescentes acepta informar a su pareja todo lo que hace durante el día

El estudio fue realizado con más de 800 estudiantes de enseñanza media en la Región del Maule. Académicas indicaron que las redes sociales son una de las principales fuentes de control sobre el otro que ejercen los jóvenes.

## Redacción

**E**l amor, sobre todo a temprana edad cuando se carece de experiencias previas, puede ocultar sutiles, o no tanto, formas de manipulación que en el tiempo causarán dolor a una de las partes, pudiendo terminar en terapia psicológica o psiquiátrica. Un estudio de la Universidad Autónoma (UA) reveló que uno de cada cuatro adolescentes informa a su pololo o polola todo lo que hace durante el día, con tal de mantener el vínculo.

El dato, que refleja la normalización de prácticas de vigilancia en las relaciones, forma parte de la investigación "Prevención de la violencia en las relaciones de pareja adolescente: Nuevas tecnologías de la comunicación y creencias distorsionadas sobre el amor y la violencia", liderada por la psicóloga y docente Laura Lara.

El proyecto, en que participaron 825 adolescentes de entre 13 y 19 años, evaluó el impacto de un programa de prevención implementado en centros de educación media de la Región del Maule, donde participaron cuatro colegios con estos niveles de enseñanza.

Del total, 417 jóvenes formaron el grupo de intervención, recibiendo el programa diseñado por la casa de estudios, y 408 formaron parte del grupo control. La comparación de resultados permitió medir cambios en áreas como mitos del amor, aceptación de la violencia, ciberabuso y violencia tradicional.

"Desarrollamos un programa de prevención basado en actividades colectivas que invitan a la reflexión y el diálogo. El impacto fue claro: jóvenes que antes normalizaban ciertas conductas de

control o abuso comenzaron a identificarlas como señales de riesgo", dijo Lara.

## REVISAR EL CELULAR

Antes de la mediación, uno de cada cuatro adolescentes del grupo de intervención aceptaba la idea de "informar todo lo que hace durante el día" a su pareja. Después del programa, el porcentaje bajó al 10% y se mantuvo cercano al 9% en la evaluación de seguimiento, realizada seis meses después.

"En cambio, en el grupo que no participó, la cifra bajó un poco al inicio, pero después volvió a subir, lo que confirma que sin intervención estas conductas tienden a mantenerse en el tiempo", advirtió la académica.

La investigadora agregó que las redes sociales "facilitan prácticas como revisar el teléfono, exigir contraseñas o controlar publicaciones. Muchos chicos y chicas interpretan estas conductas como gestos de amor, pero en realidad son señales tempranas de violencia", dijo Lara.

El estudio también midió el ciberabuso, definido como la violencia ejercida a través de dispositivos móviles y redes sociales como WhatsApp, Instagram o Facebook. En el grupo de intervención, el 72,1% reportó haber sido víctima de al menos una conducta de control online antes del programa, cifra que bajó a 49,3% tras la intervención.

"Con un diseño que incluyó mediciones antes y después, seguimiento y grupo control, hemos demostrado que es posible prevenir la violencia de pareja adolescente", concluyó la psicóloga.

En el marco de esta investigación, además, el equipo desarrolló diversas herramientas educativas: "Con el proyecto actual hemos dado un paso más, desarrollando



El monitoreo del proyecto fue realizado con adolescentes de entre 13 y 19 años, edad en que comienzan las relaciones amorosas.



Revisar el teléfono es una de las problemáticas abordadas.

“Exigir contraseñas o controlar publicaciones (... son) conductas interpretadas como gestos de amor.”

Laura Lara  
 Psicóloga

una guía para familias y un libro con el programa completo de prevención, ya validado y ajustado tras su implementación. (...) Estos nuevos materiales ofrecerán orientación clara y basada en evidencia para que familias y profesionales puedan trabajar la prevención de manera autónoma", añadió Lara.

## LIBRO GUÍA

El texto "Relaciones sanas: Guía para la prevención de

**72,1%**  
 reportó haber sido víctima de al menos una conducta de control.



**UN LIBRO Y TALLER**  
 dejaron las académicas a disposición gratuita para lidiar con estas situaciones.

la violencia en las relaciones de pareja joven" fue redactado previamente por Lara junto a Leslie Providell y Paloma Labra, además de un taller sobre el mismo tema, para replicar la experiencia de los jóvenes maulinos. Ambos materiales se pueden descargar gratis desde la página web [violenciapareja.cl](http://violenciapareja.cl).

Las investigadoras allí partieron de la premisa que "nadie nos enseña realmente cómo debemos actuar en una relación de pareja, pese a ser de los temas más relevantes de nuestra vida" y "no existe una receta mágica que pueda aplicarse a todas las personas y situaciones".

El texto da consejos frente a casos como, por ejemplo, "si sabes que tu amiga, al terminar, quiere subir todas las

fotos íntimas que se sacó con su ex como una forma de venganza porque realmente no quería terminar con él". Junto a la confrontación de ideas como esta, en el portal se encuentran videos que las replican para ser utilizados didácticamente en clases.

La guía explica también qué se entiende por una relación sana, los mitos del amor romántico, cómo identificar la violencia en las relaciones y su manifestación a través de las nuevas tecnologías, además de por qué a veces no se logra salir de aquel estado pese a saber que se está ahí. Luego vienen los capítulos sobre cómo terminar una relación y el autoexamen sobre sí, quizás, quien lee la guía es el autor o autora de la conducta problemática.