

Jóvenes y amor romántico: una revisión sobre el impacto de los mitos en las relaciones de pareja y en la tolerancia y normalización de la violencia

Young people and romantic love: a review of the impact of myths on intimate relationships and on the tolerance and normalization of violence

María José Castillo Esquivel¹, Yazmín Alejandra Quintero Hernández², Marco Antonio Rojas López³

¹ Estudiante de Licenciatura en Psicología Clínica, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato.

mj.castilloesquivel@ugto.mx

² Profesora de tiempo completo de la Licenciatura en Psicología Clínica, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato.

yazmin.quintero@ugto.mx

³ Profesor de tiempo parcial de la Licenciatura en Psicología Clínica, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato.

marco.rojas@ugto.mx

Resumen

El objetivo de esta revisión documental es analizar los hallazgos de investigaciones relacionadas con el impacto que los mitos de amor romántico tienen sobre las relaciones de pareja de los jóvenes, facilitando a otros, el desarrollo de programas de intervención para jóvenes, previniendo diferentes tipos de violencia hacia la pareja, y fomentando relaciones de buena calidad. Se revisaron 27 estudios entre 2015 y 2025, en las bases de datos PubMed, SCielo y Redalyc; así, como el motor de búsqueda Jane. Los resultados incluyeron investigaciones realizadas en poblaciones de distintas nacionalidades y considerando edades de 14 a 30 años, siendo 7 mitos los más relevantes, cada uno vinculado a ciertas edades, además se encontró relación entre algunos de los mitos del amor romántico y la presencia de violencia. Partiendo desde la concepción del amor y los roles de género, se determinan los mitos del amor romántico, que en conjunto afectan cómo se establecen las relaciones de pareja, siendo en su mayoría relaciones de mala calidad al poner en riesgo el bienestar de una o ambas personas, e inclusive la percepción de la problemática, en algunos casos identificada claramente y en otros siendo normalizada y aceptada por su propia forma de pensamiento.

Palabras clave: Amor romántico; jóvenes; mitos; pareja; violencia.

Abstract

The objective of this documentary review is to analyze the findings of research related to the impact that myths about romantic love have on young people's relationships, facilitating the development of intervention programs for young people, preventing different types of violence against partners, and promoting good-quality relationships. Twenty-seven studies published between 2015 and 2025 were reviewed in databases such as PubMed, SCielo, and Redalyc, as well as the Jane search engine. The results included research conducted on populations of different nationalities and ages ranging from 14 to 30 years old. Seven myths were found to be the most relevant, each linked to certain ages, as well as a relationship between each of them and the presence of violence. Starting from the concept of love and gender roles, the myths of romantic love are determined, which together affect how couple relationships are established, most of which are poor quality relationships that jeopardize the well-being of one or both people, and even the perception of the problem, in some cases clearly identified and in others normalized and accepted by their own way of thinking.

Keywords: Romantic love; young people; myths; couples; violence.

Introducción

El amor romántico está representado a través de narrativas en el cine, la literatura, la música y las redes sociales. El amor romántico en ocasiones forma creencias distorsionadas, erróneas o idealizadas que generan mitos sobre cómo deben ser las relaciones de pareja y el amor. Estos mitos al ser tan normalizados terminan formando un conjunto de creencias socialmente compartidas (Cubells *et al.*, 2021).

Los mitos del amor romántico influyen en el establecimiento de las relaciones de pareja principalmente en los jóvenes. Existen varios mitos que han sido estudiados, como la existencia de un amor predestinado (una pareja perfecta o “alma gemela”), celos como demostración de amor, no poder vivir sin la pareja, control como forma de cuidado, la omnipotencia del amor (el amor es capaz de todo), la entrega o renuncia de sí mismos por el bienestar de la pareja, el perdón absoluto, una pareja es necesaria para la felicidad y es lo más importante, aceptación incondicional de la pareja, entre otros; muchos de ellos vinculados entre ellos, por similitud o cómo causa y efecto (Cava *et al.*, 2020; Cubells *et al.*, 2021; Hernández *et al.*, 2020; Martín *et al.*, 2021; Sánchez *et al.*, 2020).

Un ejemplo de un mito del amor romántico es la búsqueda obsesiva de la “pareja perfecta” que traerá consigo la total felicidad, creencia que involucra una idealización de la pareja que al no ser cumplida genera frustración y molestia, así como también incentiva la dependencia de la felicidad propia a la presencia, o no, de la pareja; factores que derivarán a una relación de pareja de mala calidad, en la que el desarrollo integral de ambas personas se verá afectado. La búsqueda de la pareja perfecta puede escalar hacia la idealización del amor como un poder que permite hacer frente a cualquier dificultad, aceptando con ello el sufrimiento y celos como muestra o signo de amor, lo que puede derivar en la presencia de violencia física y psicológica (Martín *et al.*, 2021).

Por otra parte, resulta importante reconocer el impacto de los mitos del amor romántico en los tiempos actuales donde el uso de las nuevas tecnologías permite comportamientos de control hacia la pareja y la pérdida de privacidad, por ejemplo, la creencia de que se tiene el derecho a conocer dónde y con quién se encuentra la pareja, o que se puede limitar el contacto de la pareja con otras personas, son factores de riesgo para la violencia (Sánchez *et al.*, 2020).

Las características mismas del amor romántico, la idealización y las altas expectativas, derivan en una gran variedad de mitos del amor romántico, los cuales son definidos como creencias distorsionadas, ficticias, irracionales, aceptadas socialmente y que contribuyen al mantenimiento de estereotipos de género, correspondientes a la naturaleza del amor, por lo que el amor es considerado como un poder que permite hacer frente a cualquier dificultad en una relación, aceptando sufrimiento y celos como signo de amor, o la necesidad u obsesión de búsqueda de la “pareja perfecta” o “alma gemela”, como único amor verdadero que brindará la total felicidad (Cava *et al.*, 2020; Cubells *et al.*, 2021; Martín *et al.*, 2021; Sánchez *et al.*, 2020).

Estas creencias disminuyen la posibilidad de que se perciba y se deje una relación violenta, justificando el chantaje, control y posesión como muestras de interés y amor, así como también puede llevar a la creencia de que el amor de la pareja da sentido a sus vidas, o incluso la creencia referida como omnipotencia, que el amor todo lo puede, por lo que se mantendrán dependientes a su pareja, a pesar de las dificultades graves que puedan enfrentar (Hernández *et al.*, 2020).

Muchos mitos están relacionados con los roles de género; así, debido a la socialización de género, hombres y mujeres reciben mensajes diferentes sobre la posición que deben adoptar en cada momento de la vida, por lo que, al establecer relaciones de pareja, estas tienden a ser desiguales (Hernández *et al.*, 2020). Entre los mitos mencionados, los hombres han mostrado mayor tendencia a aquellos que hacen referencia al control sobre la pareja, incluyendo la dependencia y los celos como demostración de amor, lo que puede vincularse con ideales que marcan la necesidad de liderazgo por parte de un hombre dentro de su familia; en cambio las mujeres muestran mayor prevalencia en mitos como la omnipotencia de amor, considerando que el amor todo lo puede, las lleva a la renuncia de sí mismas y la entrega total de su individualidad bajo la creencia de que dará bienestar a su pareja y por consiguiente a sí mismas, y como resultado cumpliendo el ideal de cuidadoras, manteniendo a su familia unida (García *et al.*, 2018; Gómez & Viejo, 2020; Marcos *et al.*, 2020; Ruiz *et al.*, 2021; Sánchez *et al.*, 2020).

De acuerdo con Erik Erikson, los jóvenes se encuentran en una etapa de búsqueda de la identidad, la cual se conforma de principios propios integrados con los de la sociedad y su grupo de iguales, también se encuentran en una etapa donde buscan la intimidad en sus relaciones, se perciben como un grupo más vulnerables para aceptar y tomar estos mitos como verdaderos (Bisquert *et al.*, 2019), influyendo en sus perspectivas de cómo deberían establecer sus relaciones románticas, el tipo de comportamientos que buscarán alcanzar al identificarlos como normales o esperados dentro de una relación de pareja, volviéndolos incapaces de identificar conductas que puedan representar algún tipo de riesgo (Cava *et al.*, 2020).



En la presente investigación se realiza una revisión documental para conocer cuál es el estado del arte con respecto a los mitos del amor romántico y su relación con el establecimiento de relaciones de pareja en jóvenes.

Objetivo

- Conocer los mitos del amor romántico presentes en los jóvenes.
- Conocer cómo los mitos del amor romántico se relacionan con el establecimiento y características de las relaciones de pareja.

Pregunta orientadora

¿Cómo influyen los mitos del amor romántico de los jóvenes en la calidad de sus relaciones de pareja?

Metodología

Enfoque

La presente investigación constituye una revisión documental cualitativa de corte descriptivo explicativo, al recopilar evidencia científica que analiza el impacto de los mitos del amor romántico sobre las relaciones de pareja en los jóvenes.

Estrategia

Se retomó el tesoro para determinar las palabras claves que guiarían la búsqueda quedando las siguientes: amor romántico, mitos del amor romántico, pareja y jóvenes. Posteriormente se realizó la búsqueda en bases de datos como PubMed, SCielo y Redalyc, así como el motor de búsqueda Jane. Se seleccionaron e incluyeron estudios publicados en español e inglés, en un periodo de 2015 a 2025.

Criterios de inclusión

- Estudios sobre mitos del amor romántico en jóvenes.
- Estudios publicados de 2015 a 2025.
- Estudios que describan o analicen características de las relaciones de pareja.

Criterios de exclusión

- Estudios con parejas no heterosexuales.

Resultados

Se seleccionaron 17 artículos para su análisis. Se elaboró una matriz de extracción (Tabla 1) que sintetiza los autores, objetivo, método, población, tipo de estudio, instrumentos, resultados y conclusiones de cada uno de los artículos, lo que permitió determinar los mitos del amor romántico más relevantes en cada estudio, contando algunos de ellos con especificaciones de género.



Tabla 1. Síntesis de matriz de extracción.

Referencia	Objetivo	Abordaje del tema de análisis	Población	Mitos más relevantes	Tipo de estudios	Instrumentos	Resultados	Conclusiones
APA 7								
Borrajó et al. (2015).	Analizar la relación entre las creencias que justifican la violencia y los mitos sobre el amor en dos tipos de abuso de citas cibernéticas (control y agresión directa).	Este estudio vincula las variables de mitos de amor romántico y violencia, aunque agregando las citas cibernéticas, que se puede considerar como parte de las diferentes formas de violencia, y con ello como esta conducta puede llegar a justificarse al considerar sus propias creencias en los mitos del amor.	656 jóvenes españoles, de entre 18 y 30 años (79.5% mujeres).	Amar es hacer todo por esa persona. Los celos son una demostración de amor.	Estudio cuantitativo, al hacer uso de datos para determinar la correlación entre las variables, además de tipo transversal, al recopilar datos de un solo momento de investigación.	Cuestionario de Abuso en Citas Online, que consta de 20 ítems de dos factores: Agresión Directa (p. ej., "Amenacé a mi pareja") y Control (p. ej., "Usando aplicaciones, controlé la hora de la última conexión"). La escala de respuesta utilizada fue una escala Likert.	Los mitos sobre el amor se asociaron con una mayor probabilidad de control en las relaciones de citas en línea. La relación entre los mitos sobre el amor y la perpetración del control en línea fue más fuerte entre las personas más jóvenes.	La justificación del abuso y los mitos sobre el amor son aspectos importantes en el desarrollo de diferentes tipos de abuso en línea entre las parejas jóvenes. Este hallazgo tiene implicaciones importantes para la prevención e intervención en estos comportamientos.
Ruiz (2016).	Indagar las causas y mecanismos que sostienen y sustentan la violencia de género en la adolescencia a través de los discursos de las chicas que la han sufrido y los chicos que la han ejercido.	Los celos siendo percibidos según su intensidad como una forma de amor, terminan siendo el inicio de la creciente violencia, de la cual la víctima se mantiene consciente, pero pocas de ellas realizan algún cambio en su conducta.	22 mujeres y 6 hombres adolescentes españoles, de entre 14 a 18 años.	Celos y control como demostración de amor.	Una investigación cualitativa a través de los discursos de las chicas que la han sufrido y los chicos que la han ejercido.	Uso de entrevistas a profundidad, permitiendo abordar sus propias experiencias y perspectivas de amor e interés, en manera libre.	El mito de los celos se presenta como pequeñas muestras de amor e interés, para más tarde mediante bromas, enfados y/o peleas, imponer los criterios que los chicos querían, distinguiendo entre celos buenos (poquitos) y celos malos (muchos), con el objetivo de justificar su existencia.	Los celos no son algo estático, alcanzan distinta graduación, estrategias seguidas para ir camuflándolos, gran parte de las chicas que han sufrido violencia, suelen ser conscientes de ello; sin embargo, un reducido número las continúe visualizando.
Bonilla et al. (2017a).	Analizar la aceptación de situaciones de violencia de pareja entre los adolescentes y las creencias que lo justifican.	Se demostró que las creencias irracionales del amor romántico, como los celos principalmente, han justificado y normalizado el uso de violencia entre adolescentes, de parte de ambos, hombres y mujeres en una relación de pareja, además de que las redes sociales incrementan los mecanismos de control, al desaparecer la privacidad.	362 adolescentes españoles (188 hombres y 174 mujeres), con una media de 15 años.	Control como demostración de amor. El amor permite perdonar todo.	Estudio cuantitativo, al hacer uso de datos numéricos, obtenidos de manera transversal, de un solo momento, para identificar la relación entre la aceptación de la violencia con creencias que la justifican.	Se utilizó un instrumento autoaplicado que garantizaba el anonimato de los participantes, se tomó las características sociodemográficas, diez preguntas de respuestas dicotómicas sobre creencias sexistas y situaciones de pareja relacionadas con formas de violencia.	El 67.13% de los participantes (n = 243) ha sufrido control y abuso de intimidad por parte de la pareja o expareja mediante el teléfono móvil, además, 47% considera que los celos son una muestra de amor y la creencia sexista más aceptada es "las mujeres, por naturaleza, suelen ser más sentimentales que los hombres".	Las creencias distorsionadas acerca del amor sirven de justificación a la violencia, es necesario trabajar en la deconstrucción de estos patrones culturales transmitidos generacionalmente y fomentar la androginia desde todos los espacios de la educación formal y no formal.
Bonilla et al. (2017b).	Analizar la relación existente entre los mitos del amor romántico, la tolerancia a situaciones de violencia en la pareja y las creencias sexistas.	El análisis de respuesta cada tipo de mito del amor romántico muestra la mayor prevalencia o popularidad de estos, pero en conjunto representan la creencia de que el amor es suficiente para justificar conductas violentas en la pareja.	362 estudiantes españoles de 14 a 18 años (188 hombres y 174 mujeres) de Educación Secundaria Obligatoria.	Control como demostración de amor. Normalización de la violencia.	Una investigación cualitativa, de tipo transversal, recopilando datos de un tiempo específico a una muestra de estudiantes de secundaria.	La recogida de datos se llevó a cabo en horario escolar, a través de un instrumento autoaplicado elaborado por el equipo de investigación, compuesto por preguntas cerradas sobre mitos del amor romántico, creencias sexistas y tolerancia a situaciones de violencia en la pareja.	La investigación evidencia que los y las participantes que están de acuerdo con el mito de los celos y el mito de la omnipotencia muestran mayores porcentajes de acuerdo con las creencias sexistas y la tolerancia a la violencia en el interior de la pareja.	Los adolescentes consideran el amor como suficiente para superarlo todo, por lo que corresponde a que alimentar el control en el interior de la pareja, supone un alejamiento de lo que constituye una relación de pareja basada en aspectos como el respeto, la libertad y la igualdad.



Referencia APA 7	Objetivo	Abordaje del tema de análisis	Población	Mitos más relevantes	Tipo de estudios	Instrumentos	Resultados	Conclusiones
Cruz et al. (2018).	Verificar si los mitos del amor romántico y los estereotipos de género predicen la violencia de pareja.	La violencia de pareja proviene directamente de mitos del amor romántico, y creencias arraigadas por los estereotipos de género, siendo que con este último se hace énfasis, sobre el papel de las mujeres, al cargar con la responsabilidad de mantener la familia unida, normalizar y aceptar la violencia en cualquiera de sus formas, lo que puede ligarse con mitos relacionados a "juntos para siempre".	Muestra no probabilística de 295 mujeres mexicanas, con una media de edad de 30 años.	Omnipotencia del amor. Expectativa de sí mismas, permanecer con su pareja, y familia unida.	Estudio de tipo cualitativo al rescatar datos numéricos de una muestra para identificar la influencia de los mitos y estereotipos sobre la violencia de pareja.	Se aplicaron tres escalas: La "medida de mitos del amor romántico" conformada por once reactivos tipo Likert. La "medida de violencia hacia la pareja" se conformó de 19 reactivos. La "escala de estereotipos de género" con 18 reactivos tipo Likert.	El primer factor de la medida de violencia de pareja (control físico y sexual) correlacionó positiva y moderadamente con el factor dos y tres de violencia, "amenazas físicas y sexuales" y "control psicológico", y con el factor de estereotipos de género. Finalmente, el factor dos de la medida de violencia (amenazas físicas y sexuales) se relacionó positiva y moderadamente con el factor tres de violencia.	La violencia está normalizada en las relaciones de pareja por su asociación no sólo con el amor romántico, sino además con los roles de género y las expectativas sobre permanecer y ser las responsables de mantener los vínculos y a la familia unida.
Lelaurain et al. (2018).	Abordar el efecto de la adhesión al amor romántico, el sexismo ambivalente y los mitos sobre la violencia doméstica.	El estudio aborda un análisis de la relación de tres variables, adhesión al amor romántico, sexismo ambivalente, y mitos sobre la violencia doméstica, principalmente hacia mujeres, aunque se desarrolla, en población francesa, mostró una conclusión similar sobre la normalización de las ideas del amor romántico, tanto positivas como negativas, y con ello la violencia doméstica, que representa una gran similitud con la ideología relatada en el presente trabajo.	235 adultos franceses (51.1% mujeres), con edades entre 18 y 40 años.	Amor predestinado, obsesión por encontrar y permanecer con su pareja perfecta. El amor permite perdonar todo.	Tipo de estudio correlacional, transversal, al ser un estudio de un solo momento, así como el análisis de la relación entre las variables, cuantitativo al hacer uso de recolección y análisis de datos numéricos.	Los datos se analizaron con modelos de ecuaciones estructurales, y se realizaron las correlaciones de Pearson para examinar si el Amor Romántico, el Sexismo Ambivalente, los Mitos de Violencia Doméstica y las evaluaciones de IPV (violencia de pareja íntima) estaban correlacionadas.	Estos análisis revelaron que todas las correlaciones eran significativas (todas ps < 0.05), excepto por la relación entre Amor Romántico y Severidad Percibida de la Violencia. Mostraron que cuanto más se adherían los participantes al amor romántico, más culpaban a la víctima y exoneraban al perpetrador. También mostraron un vínculo positivo entre el amor romántico, el sexismo ambivalente y los mitos sobre la violencia doméstica.	Las ideologías patriarcales mediaban la relación entre el amor romántico y la evaluación de la IPV, lo que es consistente con la suposición de que el amor romántico está respaldado por estereotipos que legitiman las desigualdades de género y la violencia contra las mujeres. Esto permite comprender la ambivalencia entre la fuerte condena de la violencia en la sociedad, percibida como "intolerable" (Herman, 2016), y su persistencia, así como su aceptación social.
García et al. (2018).	Explorar la asociación entre las actitudes de rol de género y el reconocimiento del maltrato en jóvenes.	El maltrato está presente en las relaciones de los jóvenes, influenciado principalmente por creencias del sexismo, mayormente presentes en hombres, aunque ellos también presentan el rol de víctima, es decir un círculo de violencia, que corre el riesgo de ir agravándose.	4,337 estudiantes españoles, de entre 15 a 26 años (40.6% chicos y 59.4% chicas) que mantuvieron una relación de pareja.	Mayor prevalencia en hombres: control como demostración de amor. Mayor prevalencia en mujeres: omnipotencia del amor.	Estudio de tipo transversal, de un solo momento, para identificar actitudes sexistas y maltrato en jóvenes.	Se utilizó la Escala de Actitudes de Rol de Género, con 20 indicadores de actitudes igualitarias o sexistas a nivel familiar, social y laboral. También se estudió si la persona estaba en una situación de maltrato percibido (MP), maltrato no percibido (MNP) o no maltrato (NM).	El 68.6% se declaró NM, el 26.4% vivía una situación de MNP y el 5.0% reconoció sufrir maltrato. El MP fue más frecuente entre las chicas, en los ≥ 18 años y en el alumnado universitario. Las actitudes más sexistas se encontraron en la dimensión laboral, y especialmente en varones y adolescentes (15-17 años).	El sexismo parece dificultar el reconocimiento del maltrato. Lograr la equidad de género en la adolescencia y juventud es imprescindible. Los esfuerzos deberían centrarse en los varones, por ser el grupo con actitudes más sexistas y con mayor prevalencia de MNP.



Referencia APA 7	Objetivo	Abordaje del tema de análisis	Población	Mitos más relevantes	Tipo de estudios	Instrumentos	Resultados	Conclusiones
Villora et al. (2019).	Analizar la relación con los mitos del amor romántico, el abuso del móvil y la aceptación de la violencia.	Se muestra una relación altamente positiva, entre las variables enfatizando el uso de la tecnología para potenciar el abuso, por miedo de victimización, perpetración, control, conductas normalizadas como muestra de la internalización de los mitos del amor romántico.	1657 estudiantes universitarios españoles, de entre 18 a 42 años.	Celos y control como demostración de amor. El amor lo puede perdonar todo.	Tipo de estudio correlacional, transversal, al realizarse en un solo momento, así como el análisis de la relación entre las variables.	Se empleó la escala de experiencias relacionadas con el teléfono móvil (CERM). Se empleó la versión reducida de la escala de mitos hacia el amor validada en adolescentes.	Los resultados revelaron que el 43.3% de los encuestados fueron perpetradores y el 42% víctimas de al menos un comportamiento de abuso online en el noviazgo durante los últimos doce meses. El abuso del móvil y la aceptación de la violencia se encontraban relacionados de forma positiva con todas las formas de abuso online en noviazgo (AON), tanto en victimización como en perpetración. En cuanto a las variables control, los resultados revelaron que ser mujer está más asociado con la victimización y la perpetración en control.	Los resultados mostraron que el AON es mayor cuanto mayor es el uso de los dispositivos tecnológicos, sugiere que un mayor tiempo de dedicación genera más oportunidades para que los perpetradores realicen conductas de abuso.
Marcos et al. (2020).	Conocer si existen diferencias de género entre los adolescentes en la victimización autoinformada de violencia entre novios, percepción de la gravedad de las conductas de violencia entre novios, sexismo, mitos del amor romántico y dependencia emocional.	La violencia de la pareja fue de los aspectos más identificados, siendo las creencias sexistas y los mitos de amor romántico las más normalizadas en hombres y generando preocupación en mujeres, siendo una respuesta natural al peligro que es percibido.	246 adolescentes y jóvenes españoles de 14 a 17 años, 125 mujeres (50.8%) y 123 hombres (49.2%), el 29.3% pertenecía a tercer de Escuela Secundaria Obligatoria (ESO), el 32.1% estaba en cuarto y el 38.6% era de primero de Bachiller.	Mayor prevalencia en hombres: unión como dependencia emocional, como demostración de amor. Mayor prevalencia en mujeres: pérdida de individualidad como demostración de amor.	Se diseñó un estudio de campo, de tipo transversal, analizando los datos obtenidos de las escaladas aplicadas.	Se utilizó el Cuestionario de Violencia en el Noviazgo-R (DVQ-R) para evaluar la experiencia de victimización en jóvenes dentro de una relación de pareja. se utilizó la Escala de Sexismo que consta de 26 ítems y la Escala de Mitos hacia el Amor de 7 ítems.	La victimización por violencia en el noviazgo no se encontraron diferencias significativas en los factores, excepto por el factor físico, en el cual los chicos obtuvieron puntajes más altos, diferencias significativas en dimensiones como evitar estar solo, necesidad de exclusividad y necesidad de complacer entre chicas y chicos.	La dependencia emocional refleja diferencias significativas en el género. Es decir, los niños tienen una mayor necesidad de complacer. Además, las subescalas de dependencia emocional estaban relacionadas con creencias sexistas, mitos y comportamientos de victimización.
Sánchez et al. (2020).	Analizar la influencia de algunas variables que afectan a la percepción social de estos comportamientos controladores, como el rol del participante en el escenario (protagonista vs. observador u observadora) y el medio de control utilizado.	En la actualidad el uso de violencia hacia la pareja a través de medios tecnológicos está normalizada como parte de una relación, por las creencias irracionales sobre la capacidad de control sobre la pareja, este estudio determinó también la variable de la percepción de la violencia, cambiando si es como alguien externo a la relación, o como la víctima, siendo este en el que más riesgo corren y menos consciencia hay del problema.	224 estudiantes mujeres y 120 estudiantes hombres, universitarios españoles de 18 a 34 años.	Prevalencia en ambos: Control y posesión como demostración de amor. Mayor prevalencia en mujeres: idealización de su pareja, entrega completa a su relación.	Estudio de tipo transversal, aunque la muestra es dividida por sexo para la recopilación de datos, se obtiene en un tiempo determinado, que no repercute en diferencias de sus respuestas.	Se utilizaron <i>La Escala de Aceptabilidad de la Violencia de Pareja contra la Mujer, El Inventario de Sexismo Ambivalente (ASI), Escala de mitos hacia el amor; además se diseñó un cuestionario que contenía otras variables a medir, como manipulación y justificación.</i>	Los principales resultados indicaron que tanto mujeres como hombres observan comportamientos de controladores en otras parejas de su edad, aunque pocos reconocen sufrir o ejercer estos comportamientos en sus relaciones.	Se evidencia que los comportamientos controladores ejercidos a través de los medios tecnológicos son aceptados y normalizados entre los y las jóvenes, y la diferencia de percepción social que esta población tiene de los comportamientos controladores en las relaciones en función de si se adopta el rol de observador o de protagonista de la situación violenta.



Referencia APA 7	Objetivo	Abordaje del tema de análisis	Población	Mitos más relevantes	Tipo de estudios	Instrumentos	Resultados	Conclusiones
Gómez & Viejo (2020).	Analizar el ideario romántico de los jóvenes, señalando las diferencias significativas en función al sexo y la edad; así como la relación existente entre mitos y la calidad de las primeras parejas, y el grado de implicación en violencia.	Se demostró una alta consideración de los mitos románticos por parte de los adolescentes hacia el desarrollo y establecimiento de relaciones, normalizando creencias que fomentan la creación de expectativas altas, difíciles o imposibles de cumplir, lo que terminan afectando al adolescente al no presentarse, no sentirse.	583 estudiantes españoles de 14 a 18 años (49.6% mujeres).	Mayor relevancia en mujeres: omnipotencia del amor. Mayor relevancia en hombres: celos como demostración de amor.	Estudio de tipo transversal, al solo el contar con un momento de recopilación de información, permitiendo realizar la comparativa necesaria para cumplir con el objetivo propio de la investigación.	Se hizo uso de una batería de las siguientes escalas: Dating Questionnaire, Adaptación de la Escala sobre Mitos del Amor Romántico de Bosch, y Network Relationship Inventory (NRI).	Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en tres de las escalas referentes a la calidad de pareja: Expectativa de futuro, Comunicación y Conflicto, y, en cuatro de las referidas a implicación en violencia: violencia psicológica cometida, violencia psicológica sufrida, agresión física moderada y, victimización física severa.	Los mitos más aceptados por ambos sexos en general fueron los referidos a la duración incondicional del amor, por encima del tiempo, y, al amor ciego.
Ruiz et al. (2021).	Analizar la relación entre los mitos del amor romántico y la gravedad percibida de los diferentes tipos de comportamientos abusivos.	El estudio recopila datos numéricos, que le permiten analizar el impacto de los mitos del amor romántico, sobre las relaciones, específicamente a la normalización de comportamientos relacionados con la violencia de pareja, y por ello justificándolos, lo que complementa esta investigación como evidencia de relaciones de mala calidad.	448 adolescentes españoles (<i>Mean</i> = 12.92 años; <i>Standard Deviation</i> = 0,85), de los cuales el 50.3% eran hombres y el 49.7% eran mujeres.	Mayor prevalencia en hombres: control o posesión como demostración de amor. Mayor prevalencia en mujeres: celos como demostración de amor	Tipo de estudio correlacional, transversal, al realizarse en un solo momento, así como el análisis de la relación entre las variables.	Se administraron la Escala de Percepción del Abuso y la Escala de Mitos, Falacias y Conceptos Erróneos sobre el Amor Romántico.	Se encontraron asociaciones negativas estadísticamente significativas entre los mitos del amor romántico y la gravedad percibida de los comportamientos abusivos. Sin embargo, ser mujer y tener estas creencias explicó una mayor gravedad percibida de los comportamientos abusivos.	Estas creencias están implicadas en la construcción de la desigualdad de género y las dificultades en la identificación de la gravedad del comportamiento de abuso. Las estrategias de intervención temprana deben abordar los componentes cognitivos y emocionales.
Bode & Kushnick (2021).	Reunir lo que se sabe sobre el amor romántico utilizando el marco de "cuatro preguntas" de Tinbergen.	Al realizar una recopilación de las diferentes concepciones del amor romántico, se identifican de igual forma influencias positivas y negativas (beneficios y costos) que pueden tener sobre una o ambas personas involucradas en una relación, lo que permite percibir tanto la perspectiva de la violencia, como otras posibles consecuencias y beneficios.	No aplica ya que el texto es teórico y comparativo; así analiza el término de amor romántico desde diferentes disciplinas.	Felicidad absoluta al encontrar y permanecer con la pareja perfecta.	Revisión teórica que explora para comprar las perspectivas inmediatas y evolutivas del amor romántico, mediante análisis conceptual de las teorías recopiladas.	No presenta instrumentos de medición cuantitativos, haciendo mayor énfasis de la comparación de la cualitativa de la información recopilada.	Múltiples sistemas mecanicistas involucrados en el amor romántico sugieren que puede cumplir múltiples funciones y puede ser un conjunto de adaptaciones y subproductos en lugar de una sola adaptación.	El enfoque analítico permitió formular una nueva definición: estado motivacional asociado con un deseo de apareamiento a largo plazo con un individuo en particular. Se asocia con una actividad cognitiva, emocional, conductual, social, genética, neuronal y endocrina distintiva en ambos sexos. Cumple funciones de elección de pareja, cortejo, sexo y vinculación de pareja.



Referencia APA 7	Objetivo	Abordaje del tema de análisis	Población	Mitos más relevantes	Tipo de estudios	Instrumentos	Resultados	Conclusiones
Ariza et al. (2022).	Identificar la incidencia que pueden presentar las creencias culturales machistas, particularmente aquellas asociadas al amor romántico y sus mitos, sobre la violencia en la pareja.	La revisión teórica muestra el impacto de las creencias culturales, manifestadas por medio de los roles de género y lo que se espera de ellos, estos vinculados desde el pasado a creencias irracionales sobre lo que ambas partes deben realizar y aceptar como parte de la vida en pareja, incluyendo la presencia de violencia en sus diferentes formas.	Revisión sistemática en Colombia. No aplica.	Celos y control como demostración de amor.	El trabajo es una revisión sistemática cualitativa, orientada a los estudios empíricos sobre el amor romántico en Colombia.	La búsqueda se realizó, entre agosto y noviembre de 2019, en ambos idiomas, en bases de datos especializadas de ciencias sociales con énfasis en psicología (PsycInfo, Sciencedirect, PsycArticles-APA, Psychology Database ProQuest, Scopus, Clacso, WOS-SciELO).	Los resultados señalan que los mitos románticos se encuentran relacionados con la violencia de pareja. En particular, los celos y la infidelidad constituyen los detonantes de la agresión.	Se concluye que el marco de creencias sociales sobre el amor en la cultura colombiana es fuertemente patriarcal, marco que se sustenta en un relacionamiento desigual, dominador y controlador entre los sexos, conducente a la violencia en la pareja.
Ramírez et al. (2023).	Analizar los efectos conjuntos que las creencias asociadas con la violencia en el noviazgo, como los mitos románticos del amor, los celos y el sexismo, tienen sobre la victimización y perpetración de la ciberviolencia.	Los celos son manifestados como la principal problemática, siendo estos influenciados por sentimiento negativos, fomentan el uso de violencia, siendo en el noviazgo de manera bidireccional.	Muestra no probabilística de 1,001 participantes chilenos de 18 a 25 años.	Celos como demostración de amor. Amor predestinado, obsesión por encontrar y permanecer con su pareja perfecta.	Estudio con un diseño retrospectivo, transversal y de un solo grupo para analizar los efectos conjuntos.	Se usaron las escalas: Escala de ciber violencia en parejas adolescentes (Cib-VPA), Inventario de sexismo ambivalente, Escala de mitos del amor romántico (E-MAR) y Escala multidimensional de los celos en el noviazgo.	Los resultados evidenciaron que los celos están involucrados tanto en la ciber victimización como en el ciberacoso perpetrado, mientras que las creencias sexistas solo están involucradas en la perpetración.	Los celos afectivos relacionados con el engaño juegan un papel dominante en la manifestación de la agresión virtual, al asociarse con emociones negativas de alta activación (por ejemplo, ira), que están fuertemente asociadas con la agresión.
Javier-Juárez et al. (2023).	Revisar y sintetizar la evidencia científica respecto a patrones de violencia en las relaciones de pareja en adolescentes, a través de una revisión sistemática de la literatura.	El estudio aborda las diferentes manifestaciones de violencia, así como los múltiples factores que llevan a su desarrollo, entre ellos el uso de victimización y perpetración, justificados por ideas irracionales, de manera que la violencia tiende a ser bidireccional.	Revisión teórica en Colombia.	Omnipotencia del amor.	El trabajo realiza una búsqueda de evidencia empírica, realizando una síntesis que permita elaborar una revisión sistemática sobre patrones de violencia en las relaciones de pareja en adolescentes.	La búsqueda se realizó en las bases de datos Pubmed, Scopus, Scielo, ebsco, Web of Science, Sage Journals, Taylor and Francis Journals, Wiley, y el motor de búsqueda Google Académico; no hubo restricciones en el año de publicación.	Los patrones de violencia con mayor frecuencia fueron: violencia multiforme (34%), victimización o perpetración por violencia psicológica y física (26%), violencia bidireccional psicológica/verbal (26%), baja violencia (26%) y alta violencia (23%).	Los patrones de violencia se relacionaron con diferentes variables tales como experiencias adversas en la infancia, variables sociodemográficas, relación familiar e indicadores de salud mental. Estos patrones evidencian que la violencia en las relaciones de pareja durante la adolescencia son un fenómeno complejo y multifactorial.
Ventura et al. (2025).	Proporcionar evidencia de validez y confiabilidad de la Escala de Mitos del Amor Romántico (SMRL). Centrándose en cómo los mitos del amor romántico afectan la satisfacción de las relaciones y sus vínculos con la violencia interpersonal, el sexismo y la desigualdad de género.	Al comprobar su validez, se observa los resultados obtenidos, los cuales determinan que desvalidar los mitos del amor romántico, puede tener efectos positivos, mejorando la calidad de la relación.	308 jóvenes peruanos sin edad específica, principalmente mujeres (75%).	Omnipotencia del amor. La necesidad de la pareja perfecta para la felicidad.	Estudio psicométrico con el objetivo de comprobar la validez y fiabilidad de la adaptación de una escala.	Escala de Mitos del Amor Romántico (SMRL), y la Escala de Evaluación de Relaciones. El Análisis Factorial Confirmatorio Bayesiano (BCFA) evaluó la estructura y confiabilidad de la escala, complementado con estadísticas descriptivas.	La estructura bidimensional del SMRL, confirma sus propiedades psicométricas y su consistencia interna satisfactoria. Los hallazgos descriptivos revelaron una visión escéptica de los mitos románticos tradicionales entre los participantes.	Esta validación destaca cómo desacreditar los mitos del amor romántico puede mejorar la dinámica y la satisfacción de las relaciones y aborda sus efectos sociales más amplios.

Conclusiones

Los mitos del amor romántico generan expectativas sobre sí mismo, la pareja y sobre lo que debe de ser una relación de pareja.

Se identificaron 7 mitos como los más relevantes, además de que parecieran desarrollarse de forma escalonada, ya que pueden estar altamente relacionados, o llegan a funcionar uno como consecuencia de otro.



Los mitos más mencionados son: (1) Los celos son una demostración de amor; (2) El control como amor, principalmente en hombres y mujeres de 20 años; (3) El amor predestinado (pareja perfecta o “alma gemela”); (4) La omnipotencia del amor (el amor todo lo puede); (5) El amor todo lo perdona y la aceptación incondicional a la pareja, principalmente en mujeres de 30 años; (6) El amor implica la entrega o renuncia absoluta de sí mismos, identificados principalmente en poblaciones de aproximadamente 20 y 30 años; y (7) No se puede estar sin la pareja.

Estos mitos implican dependencia, entrega absoluta, renuncia a la individualidad, ya que se cree que no se puede vivir sin la persona amada.

Se encuentran más mitos del amor romántico en los adolescentes de 14 a 18 años; por lo tanto, son la población más vulnerable a la presencia de violencia en las relaciones de pareja, participando ya sea como víctimas o victimarios.

Los roles de género determinan cómo participar en la relación de pareja.

Los mitos del amor romántico tienen relación con ideologías patriarcales y se vinculan con la violencia en la relación.

Los hallazgos de esta revisión teórica permitieron conocer la forma en que los mitos del amor romántico influyen en el establecimiento de relaciones de pareja en los jóvenes.

Referencias

- Ariza, A., Viejo, C., & Ortega, R. (2022). El Amor romántico y sus mitos en Colombia: una revisión sistemática. *Suma Psicológica*, 29(1), 77-90. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2022.v29.n1.8>
- Bisquert, M., Giménez, C., Gil, B., Martínez, M., & Gil, M. (2019). Mitos del amor romántico y autoestima en adolescentes. *INFAD. Revista de Psicología*, 1(4), 507-518.
- Bode, A., & Kushnick, G. (2021). Perspectivas Próximas y Últimas sobre el Amor Romántico. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.573123>
- Bonilla, E., Rivas, E., & Vázquez, J. (2017a). Tolerancia y justificación de la violencia en relaciones de pareja adolescentes. *Apuntes de Psicología*, 35(1), 55-61. <https://doi.org/10.55414/4x39ck05>
- Bonilla, E., Rivas, E., & Gracia, B. (2017b). Mitos del amor romántico y normalización de la violencia de género en adolescentes. En Consejo General de la Psicología de España (Ed.), III Congreso Nacional de Psicología, 343-348. <http://hdl.handle.net/10017/32606>
- Borrajó E., Gámez, M., & Calvete E. (2015). Creencias de justificación de la violencia, mitos sobre el amor y el abuso de citas cibernéticas. *Psicothema*, 4, 327-333. <https://doi.org/10.7334/psicothema2015.59>
- Cava, M., Buelga, S., Carrascosa, L., & Ortega, J. (2020). Relations among Romantic Myths, Offline Dating Violence Victimization and Cyber Dating Violence Victimization in Adolescents. *International Journal Environmental Research Public Health*, 17(5). <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17051551>
- Cruz, C., Sanjuan, A., Bautista, F., González, A., Escobedo, A., & Mercado, M. (2018). El amor romántico, los estereotipos de género y su relación con la violencia de pareja. En Armenta, C., Domínguez, C. & Cruz, C. (Comps.), *Aportaciones a la Psicología Social*, 4, 459-474. Universidad Iberoamericana.
- Cubells, J., Sánchez, A., Astudillo, P., Escandón, N., & Baeza, M. (2021). Assumption of the Myths of Romantic Love: Its Relationship with Sex, Type of Sex-Affective Relationship, and Sexual Orientation. *Frontiers in Sociology*, 20(6). <http://dx.doi.org/10.3389/fsoc.2021.621646>
- García, V., Lana, A., Fernández, A., Bringas, C., Rodríguez, L., & Rodríguez, F. (2018). Actitudes sexistas y reconocimiento del maltrato en parejas jóvenes. *Atención Primaria*, 50(7), 398-405. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2017.04.001>
- Gómez, L., & Viejo, C. (2020). Mitos del amor romántico y calidad de las relaciones sentimentales adolescentes. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13(1) 151-161. <https://reviberopsicologia.ibero.edu.co/article/view/rip.13114>
- Hernández, Y., Castro, A., & Barrios, E. (2020). Creencias del amor romántico en adolescentes: una intervención desde la investigación-acción. *Sinética. Revista electrónica de educación* (55). [https://doi.org/10.31391/s2007-7033\(2020\)0055-007](https://doi.org/10.31391/s2007-7033(2020)0055-007)



- Javier-Juárez, S., Hidalgo-Rasmussen, C., & Ramírez-Cruz, J. (2023). Patrones de violencia en las relaciones de pareja en adolescentes: una revisión sistemática de la literatura. *Acta Colombiana de Psicología*, 26(1), 56-77. <https://www.doi.org/10.14718/ACP.2023.26.1.5>
- Lelaurain, S., Fonte, D., Giger, J.-C., Guignard, S., & Lo Monaco, G. (2018). Legitimando la Violencia de la Compañía Íntima: El Papel del Amor Romántico y el Efecto Mediador de las Ideologías Patriarcales. *Revista de Violencia Interpersonal*, 36, 13-14, 6351-6368. <https://doi.org/10.1177/0886260518818427>
- Marcos, V., Gancedo, Y., Castro, B., & Selaya, A. (2020). Dating violence victimization, perceived gravity in dating violence behaviors, sexism, romantic love myths and emotional dependence between female and male adolescents. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 11(2), 132-145. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2020.02.040>
- Martín, A., Saddiki, K., Pérez, M., Álvarez, M., Gázquez, M., Martínez, E., & Fernández, E. (2021). Dating Violence: Idealization of Love and Romantic Myths in Spanish Adolescents. *International Journal Environmental Research Public Health*, 18(10). <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18105296>
- Ramírez, D., Ferrer, R., & Ponce, F. (2023). Jealousy, sexism, and romantic love myths: the role of beliefs in online dating violence. *Frontiers in Psychology*, 4(14). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1212737>
- Ruiz, C. (2016). Los mitos del amor romántico: S.O.S. celos!!!. VI Congreso Universitario Internacional Investigación y Género, Sevilla, España. <http://hdl.handle.net/11441/51824>
- Ruiz, E., Ballester, R., Giménez, C., & Gil-Llario, M. D. (2021). Influence of beliefs about romantic love on the justification of abusive behaviors among early adolescents, *Journal of Adolescents*, 92, 126-136. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.09.001>
- Sánchez, M., Herrera, C., & Expósito, F. (2020). Controlling behaviors in couple relationships in the digital age: acceptability of gender violence, sexism, and myths about romantic love. *Psychosocial Intervention*, 29(2), 67-81. <https://dx.doi.org/10.5093/pi2020a1>
- Ventura, J., Lino, C., Tocto, S., Sánchez, A., Martínez, R., Talledo, K., & Casiano, K. (2025). La escala de mitos del amor romántico. Evidencia de validez y confiabilidad de una breve escala en Perú. *Journal of Marital and Family Therapy*, 51(1). <https://doi.org/10.1111/jmft.12741>
- Víllora, B., Navarro, R., & Yubero, S. (2019). Abuso online en el noviazgo y su relación con el abuso del móvil, la aceptación de la violencia y los mitos sobre el amor. *Revista Suma Psicológica* 26(1), 46-54. <http://dx.doi.org/10.14349/sumapsi.2019.v26.n1.6>

