

## ¿Tardamos más en olvidar a alguien por culpa de las redes sociales?

Isabel Bellido

Si no pudiésemos hacer *scroll*, ¿nos esconderíamos tras un muro o un periódico para espiar a nuestro *crush*? Sugiere la pregunta un libro. Se trata de *La mujer desnuda*, de la italiana Elena Stancanelli, y lo acaba de publicar Anagrama.

Va de un desengaño amoroso y de cómo la protagonista pasa el peor año de su vida espiando a su expareja sirviéndose de la todopoderosa fuerza de las nuevas tecnologías. Quedó finalista del Premio Strega, pero no te cambia la vida.

Lo que sí es valioso es que pone en el centro de la trama temas que, quizás por repentinos y cotidianos, solo frecuentamos desde la advertencia, con una solemne voz de telediario que, no sin falta de razón, nos previene contra el peligro del mal uso de la máquina, sobre todo reparando en los riesgos de la adicción y, en menor medida, de la sobrexposición.

Ha sucedido todo tan rápido –veloz como quien le presta el móvil al niño quejicoso– que anglicismos como *stalkear* (viene de «to stalk», acosar o acechar en inglés) han tenido una simpática acogida; este, en concreto, como verbo que indica **un espionaje, en su acepción más amable, por parte de alguien a los perfiles en redes sociales de un sujeto concreto.**

Lo que el frecuente uso de *stalkear* indica es que hemos normalizado ciertas **dinámicas nocivas que nos afectan especialmente cuando nos obsesionamos con alguien o cuando tratamos de superar una ruptura amorosa.**

«No es sano» y, **de hecho, «es un comportamiento obsesivo»**. Lo dice Vanesa Fernández López, doctora en Psicología, profesora de la Universidad Complutense de Madrid y psicóloga del Centro de Psiquiatría y Psicología Terapeutas Alcalá.

El *stalkeo* «se hace con personas con las que te comparas, cuyas vidas habitualmente deseas» **o bien con personas por las que sentimos cierta predilección, ya sea amorosa o de otro tipo.** Cuelgan imágenes hábilmente maquilladas y seleccionadas que, sin embargo, «no dejan de ser imágenes».

«**El problema de las redes sociales no son las redes en sí, el problema está en la persona que interpreta esas imágenes**», sobre todo si esta es débil, frágil o «no ha desarrollado una madurez emocional» suficiente. Cuando esta obsesión se mezcla con el desengaño amoroso, el resultado es letal.

Es inevitable hacerse la pregunta: **¿están alargando las redes sociales los procesos de olvido?** Fernández López así lo afirma. Olvidar a alguien no deja de ser un duelo.

El hecho de «seguir a una persona y saber cómo le va su vida, lógicamente genera un impacto emocional en nosotros que hace que esa persona finalmente no desaparezca. **Poder superar una ruptura significa superar un duelo y para poder superar un duelo la persona a la que queremos no tiene que estar presente».** El problema es que en internet «puede incluso interactuar con nosotros» a través de *likes* y comentarios que no siempre son tan inofensivos como parecen.

### **Del *stalkeo* a la obsesión solo hay un paso**

El *stalkeo*, en el mejor de los casos, está visto como un *hobby* y suele, simplemente, crear cierta sensación de idealización de una persona determinada. Pero en manos de alguien herido puede pasar a mayores, al puro espionaje en el entorno virtual. No solo herido, claro.

El perfil responde a «**personas descontroladas, impulsivas, a veces obsesivas, que pueden llegar a rozar lo delirante, el maltrato**». Esto no es nuevo, «ha existido siempre. Antes de que existieran los medios sociales, el acoso era físico o telefónico». Pero ahora nos movemos sin cuerpo por la red.

«También yo pude, con poco esfuerzo. Y cualquiera podría. Es una tentación enorme, mucho más que cuando tenías que salir de casa para seguir un rastro con riesgo de que te vieran. Y la diferencia es el cuerpo. El cuerpo es el único principio de responsabilidad que tenemos. ¿A qué respondemos si no es al dolor físico, a la muerte, al hambre, a la sed, al cansancio?»

En cambio, si nos movemos dentro de la virtualidad por completo, desaparecen todos los frenos, porque desaparece nuestra identidad. ¿Quiénes somos sin los brazos, la cara, la voz? (...) ¿Quiénes somos dentro de la red y dentro de qué paradigma moral nos movemos? Sin el cuerpo, es decir, almas desnudas o desnudas nadas, ¿contra qué tendremos que chocar para detenernos?».

En *La mujer desnuda*, la protagonista **escucha llamadas telefónicas de su expareja, descifra sus contraseñas de Facebook y Gmail, sigue sus movimientos mediante el localizador del GPS.**

Hoy en día hay aplicaciones que prometen prodigios del espionaje que asombran a la par que asustan. Si alguna vez has pensado en usarlas, no solo debes saber que, según la psicóloga consultada, respondes a un cuadro clínico preocupante, sino que además, de acuerdo con Óscar Rosa, director general de Detectys, «**la mayor parte de las aplicaciones milagro son ganchos.**

**Lo que hacen es pedirte miles de permisos, acceder a tu información y venderla a terceros».** Por no decir que «**acceder a los mensajes de WhatsApp o a la parte privada de un perfil social de otra persona es un delito**».

No obstante, en no pocas ocasiones somos nosotros los que, consciente o inconscientemente, nos exponemos, ya que, efectivamente, «**un dispositivo con GPS puede ser localizado.**

Si yo hago una publicación en una red social y quiero geolocalizarme, lo estoy publicando, haciéndolo público. Otra cosa es que alguien me esté localizando a través del GPS de mi dispositivo sin mi consentimiento ni conocimiento. Eso, llevado a cabo por un particular, es siempre ilegal. Si lo hace un detective, dentro de una investigación, con un interés legítimo acreditado, como medida razonable, necesaria y adecuada, pues eso ya es otra cosa».

Para los curiosos, explica Rosa cuáles son los límites que un detective no puede sobrepasar en una investigación: los marca «la Ley de Seguridad Privada. Debe existir, por parte del cliente, interés legítimo en conocer aquella información que quiere que recabes», es decir, el detective debe asegurarse de que esa persona tiene «derecho» a conocer esa información.

«Además, el trabajo del detective debe ceñirse a **criterios de razonabilidad, necesidad, idoneidad y proporcionalidad**. Por último, el límite de la investigación lo marca el Derecho al Honor y el Derecho a la Intimidad, no puedes reflejar algo que está pasando dentro del domicilio, por ejemplo».

### **No se investigan más casos de sospechas, pero se sufre más**

¿Han aumentado el número de casos sobre infidelidades o desengaños amorosos desde el auge de las redes sociales? Según Rosa, no solo no lo han hecho, sino que **los medios y la literatura han podido trasladarnos una idea errónea y tergiversada del trabajo de estos investigadores**, ya que «actualmente los temas de infidelidades pueden significar un **15% del trabajo de un despacho pequeño**».

«Se da por hecho que el 90% de los trabajos de un despacho tiene que ver con infidelidades y no es así. Por delante están los trabajos relacionados con contactabilidad de deudores, fraudes a aseguradoras, propiedad industrial, etcétera», subraya. «Sí hay que marcar un pequeño hito en nuestro país en este sentido, que fue la Ley del Divorcio de 1981. Durante los primeros años de esta ley, **en muchos casos era necesario presentar en juicio prueba de que el matrimonio se había roto**», cuenta Rosa.

A propósito del tema viene al hilo [un artículo del propio Óscar Rosa](#), firmado junto a la doctora en Filología Hispánica Ana Cabello, que ahonda en **las primeras «señoritas» detectives en España** de principios de los años 30, quienes se ocupaban, sobre todo y precisamente, de casos de infidelidad masculina, que eran mucho más frecuentes que por parte de las mujeres.

Según han recabado, a veces, estas «señoritas» detectives eran «usadas como cebos para provocar el desliz del marido». En un artículo de la revista *Crónica* del año 1934, un periodista que entrevistaba a una detective apuntaba «que si todas las detectives son tan bonitas como ella, es difícil encontrar a un hombre que se resista».

**Sí que han aumentado, con el auge de las redes sociales, los casos de «depresiones, obsesiones o ansiedad tras la ruptura amorosa».**

«Hay una participación de los medios sociales en el desarrollo y el mantenimiento de algunos de estos problemas emocionales», afirma la doctora Vanesa Fernández López. No hay aún cifras disponibles, pero asegura que en «muchos de estos casos se observa

que las redes sociales actúan como mantenedores de la circunstancia». El «encontrarte» constantemente a tu expareja en la red «genera un impacto emocional bastante fuerte en la expareja».

Sospechosos o no de alguna infidelidad, por todo lo expuesto no es extraño sentirse vigilados hoy, ya sea por los *stalkers* o por las empresas recolectoras de datos. A este respecto responde Rosa cuando dice que «**las medidas de contraespionaje y ciberseguridad son más demandadas que nunca**; la gente tiene miedo de que le estén grabando... y a la vez somos unos **exhibicionistas sociales**».

«Vivimos tiempos raros; somos los primeros humanos que hemos puesto el pie en un mundo tan hiperconectado socialmente y tan intoxicado». Por su parte, Fernández López concuerda con el detective privado: «**no somos cuidadosos con nuestra seguridad e intimidad en internet**» y la prevención podría no bastar, pues «las artimañas tecnológicas» demuestran «**cómo por más seguros que seamos estamos totalmente al desnudo en el mundo de las altas tecnologías**».