

¿Existen relaciones libres sin responsabilidad afectiva? Disputas de sentido en las no monogamias consensuadas

*Are there free relationships without affective responsibility?
Consensual non monogamies' disputes over meaning*

Constanza María Ferrario¹⁷

Instituto de Humanidades y Ciencias Sociales - Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas - Universidad Nacional de Mar del Plata - Argentina

Resumen

La frase *no existen relaciones libres sin responsabilidad afectiva* se ha convertido en una consigna vertebradora de las no monogamias consensuadas (NMC). Este artículo explora los discursos sobre responsabilidad afectiva que se (re)produjeron y circularon en las redes sociales de cuatro referentes del ambiente de las NMC entre 2019 y 2023. Se sostiene que la popularización del término en Argentina se inscribe en transformaciones de la modernidad tardía que promovieron la individualización y el auge de los discursos psi, y se articula con la expansión feminista desde 2015, que promovió nuevos sentidos sobre la sexualidad, la afectividad y el amor. En este contexto, el Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio de 2020 actuó como intensificador de las pedagogías vinculadas a la responsabilidad afectiva. A partir de un abordaje cualitativo y digital se analizó la disputa de sentidos en torno a la responsabilidad afectiva. Por un lado, es presentada como un valor indispensable para ejercer la libertad y reducir el sufrimiento amoroso, mediante prácticas de autoconocimiento, reflexividad y comunicación. Por el otro, es cuestionada como una exigencia inalcanzable que puede producir nuevas normatividades amorosas, estandarizar competencias emocionales e invisibilizar condiciones sociales y materiales que atraviesan los afectos.

Palabras clave:

RESPONSABILIDAD AFECTIVA; LIBERTAD; NO MONOGAMIAS CONSENSUADAS; ARGENTINA; DISCURSIVIDADES ONLINE

Abstract

The phrase *there are no free relationships without affective responsibility* has become a structuring motto within consensual non-monogamies (CNM). This article explores the discourses on affective responsibility that were (re)produced and circulated on the social media accounts of four key figures in the CNM milieu between 2019 and 2023. It argues that the popularization of the term in Argentina is inscribed in transformations of late modernity that

¹⁷ ferrario.constanza@gmail.com

promoted individualization and the rise of psy discourses, and articulates with the feminist upsurge that began in 2015, which promoted new meanings around sexuality, affectivity, and love. In this context, the Social, Preventive and Mandatory Isolation of 2020 acted as an intensifier of the pedagogies linked to affective responsibility. Drawing on a qualitative digital approach, the article examines the disputes over meaning surrounding affective responsibility. On the one hand, it is presented as an indispensable value for exercising freedom and reducing romantic suffering through practices of self-knowledge, reflexivity, and communication. On the other hand, it is questioned as an unattainable demand that may produce new romantic normativities, standardize emotional competencies, and obscure the social and material conditions that shape affects.

Keywords:

AFFECTIVE RESPONSIBILITY; FREEDOM; CONSENSUAL NON MONOGAMIES; ARGENTINA; ONLINE DISCOURSES

Fecha de recepción: 12 de febrero de 2026

Fecha de aprobación: 27 de abril de 2026

1. Introducción: La conformación de un ethos no monógamo y la llegada de la responsabilidad afectiva

La frase *no existen relaciones libres sin responsabilidad afectiva* se ha convertido en una consigna vertebradora de grupos, espacios y personas que practican y difunden las no monogamias consensuadas (NMC)¹⁸, tanto en Argentina como en otros países. En los últimos años, han proliferado diversas propuestas orientadas a explicar en qué consiste la responsabilidad afectiva; a ofrecer consejos y *tips* para su implementación y a advertir los riesgos de no actuar conforme a ella. Retomando la noción de pedagogías de la sexualidad (Lopes Louro, 1999; Elizalde, 2014), en este artículo se denomina pedagogías afectivas a este conjunto de discursos, consejos, prescripciones y herramientas orientadas a enseñar cómo vincularse afectivamente. Estas circulan en redes sociales a través de formatos diversos como talleres, *tips*, *webinars*, acompañamientos personalizados, y son producidas por referentes que articulan saberes psi, narrativas cercanas a la autoayuda, experiencias personales y activismo no monógamo. Estas no solo describen vínculos deseables, sino que producen efectos performativos, establecen criterios de legitimidad sobre las prácticas amorosas y modelan los modos en que los sujetos piensan, sienten y actúan en sus relaciones. A su vez, estas pedagogías, conviven con reflexiones críticas que problematizan las consecuencias de exigir responsabilidad afectiva en exceso. Ambas son impulsadas tanto por espacios activistas como por psicólogos, terapeutas y *coachs* de parejas, que se han consolidado como referentes, especialmente a través de las redes sociales.

Este artículo analiza los discursos y disputas de sentido en torno a la responsabilidad afectiva que circularon en las redes sociales de cuatro referentes de las NMC: un espacio activista argentino y tres referentes individuales de Argentina, México y España-Colombia, cuyos contenidos circulan y son apropiados de forma recurrente en el ambiente de las NMC en Argentina, entre 2019 y 2023. El análisis

¹⁸ El término no monogamia consensuada es tanto una categoría analítica como nativa. Es utilizada en el ambiente de las no monogamias para referir en términos generales a un modelo de vinculación sexo-afectivo (que se diferencia del monógamo) y/o para referir a alguna configuración relacional específica (como poliamor, poliamor jerárquico, anarquía relacional, monoamor, relación abierta, entre otras). Otros términos utilizados con el mismo sentido que la NMC pueden ser no monogamia ética o amor libre.

indaga en las tensiones entre el potencial emancipador de estas pedagogías y su posible deriva en nuevas exigencias amorosas.

Si bien la popularización de estas pedagogías es reciente, la reflexión sobre la responsabilidad afectiva como un valor ético fundamental comenzó con el libro *The Ethical Slut: a Guide to Infinite Sexual Possibilities* escrito en 1997 por las terapeutas y activistas de la diversidad sexual y afectiva, Dossie Easton y Janet Hardy, y traducido al español en 2013 como *Ética promiscua. Una guía práctica para el poliamor, las relaciones abiertas y otras aventuras*. Este libro, considerado la *biblia* de las NMC sostiene que el matrimonio heterosexual monógamo no es la única forma válida de vincularse, y que es posible y deseable amar a más de una persona simultáneamente. Para las autoras, esto no supone simplemente aumentar el número de compañeros/as afectivos y sexuales, sino la puesta en práctica de una ética amorosa específica sustentada en valores como el *consentimiento*, el *consenso*, la *honestidad*, la *comunicación asertiva*, el *autoconocimiento*, la *no posesión*, la *igualdad*, y la *responsabilidad afectiva*.

En *Ética promiscua* la responsabilidad afectiva se estructura en torno a dos dimensiones. En primer lugar, supone la detección de sentimientos y deseos individuales, entendidos como dimensiones de nuestra subjetividad de la que debemos hacernos responsables:

Aprópiate de tus sentimientos. Un precepto básico de la comunicación íntima es que cada persona se haga responsable de sus propios sentimientos. Nadie «te hace» sentir celos o inseguridad: la persona que te hace sentirte de esa manera eres tú. No importa lo que esté haciendo la otra persona, lo que tú sientes como respuesta está decidido dentro de ti. Incluso cuando alguien deliberadamente intenta herirte, tú eliges cómo sentirte (Easton y Hardy, 2013, p. 66).

En segundo lugar, se articula en torno a una lógica de reducción de daños, que reconoce que las acciones propias tienen efectos emocionales en los/as demás, aunque eso se configure como *su* responsabilidad:

Nos es muy importante tratar bien a la gente y hacer todo lo posible para no herir a nadie (...) la mayoría de nuestros criterios éticos son bastante pragmáticos ¿alguna

persona está siendo dañada? ¿hay alguna manera de evitar ese daño? ¿se corre algún riesgo? ¿son conscientes de esos riesgos todas las personas involucradas y están haciendo lo que está en su mano para minimizarlos? (Easton y Hardy, 2013, p.23).

Además, esta obra se configura como uno de los primeros materiales pedagógicos de las NMC, al ofrecer herramientas y ejercicios orientados a explorar sentimientos, reconocer deseos, iniciar conversaciones, establecer límites, elaborar peticiones y gestionar emociones, promoviendo una reflexividad sostenida orientada a promover transformaciones concretas.

Diversas investigaciones han señalado que la propuesta por una no monogamia ética, encarna una crítica al modelo de amor romántico al problematizar la exclusividad, la fidelidad, los celos, la posesión y la violencia, así como los imperativos del amor *solo y único* o *para toda la vida* (Klesse, 2006; Pilão y Goldenberg, 2012; Gonçalves França, 2016). A su vez, visibiliza transformaciones en el modelo conyugal hegemónico al dar origen a nuevos arreglos afectivos, conyugales, convivenciales y familiares (Sheff, 2011).

Retomando las elaboraciones de Sivori (2005) referidas a la construcción de una sociabilidad y ambiente gay, es posible pensar en la construcción de un ambiente no monógamo, caracterizado no solo por la no exclusividad sexual y afectiva, sino también por un *ethos propio* que organiza un *estilo*, jerarquías, repertorios afectivos particulares, formas de reflexividad y valores que orientan las interacciones y construyen representaciones sobre cómo se *debe ser* dentro de ese ambiente.

En este marco, la responsabilidad afectiva se consolida como un principio vertebrador de dicho ethos, al tiempo que opera como una demanda moral investida de afectos - como son el amor, la empatía, la consideración por el otro, los celos, la culpa o el sufrimiento amoroso - que orienta prácticas, expectativas y evaluaciones de los vínculos sexo-afectivos. Los discursos sobre la responsabilidad afectiva no solo describen vínculos “deseables”, sino que establecen criterios de legitimidad afectiva, sanción y jerarquización de las practicas amorosas. Esta aproximación dialoga con algunos de los aportes del denominado giro afectivo que propone comprender los afectos no como estados psicológicos internos o paisajes subjetivos sino como prácticas sociales y culturales que circulan, se organizan y producen efectos en las relaciones sociales

(Macón, 2013; Ahmed, 2014; Solana y Vacarezza, 2020). Desde este enfoque, los afectos funcionan como poderosos moduladores del lazo social que gestionan la vida pública y pueden contribuir tanto a la reproducción como a la transformación de estructuras de poder (Ahmed, 2014).

Si bien estas conceptualizaciones y pedagogías sobre la responsabilidad afectiva comenzaron a circular en Estados Unidos a finales de 1990, su popularización en Argentina es más reciente y responde a la confluencia de diversas transformaciones que se articulan y potencian mutuamente. Por un lado, se inscribe en procesos más amplios de la modernidad tardía o posmodernidad (Lipovetsky, 1983) que promovieron la individualización, la reflexividad y el auge de los discursos psi y la autoayuda como marcos privilegiados para organizar la subjetividad y la vida afectiva (Illouz, 2010; 2012; Beck y Beck-Gernsheim, 2001; Bauman, 2011).

Por el otro, se articula con la expansión feminista ocurrida desde 2015, conocida en Argentina como *cuarta ola* (Natalucci y Rey, 2018), impulsada por movimientos como el *Ni una Menos* y la *Marea Verde* que generaron un clima social de denuncia frente a la violencia y las desigualdades de género y contribuyeron a difundir nuevos sentidos sobre la sexualidad, la afectividad y el amor. En ese marco, emergieron reflexiones sobre los celos, la exclusividad, la fidelidad y el repudio a la posesión y la doble moral sexual que se englobaron en una crítica al *amor romántico*, acompañada por la demanda de responsabilidad afectiva, entendida como condición para el desarrollo de vínculos *saludables* y *placenteros* (Martynowskyj y Ferrario, 2023), y como requisito para amores democráticos y menos dolorosos (Felitti y Palumbo, 2023). En este contexto, la responsabilidad afectiva se convirtió en un valor exigido en los vínculos interpersonales, más allá del ambiente de las NMC.

El debate público en torno a esta noción, alcanzó un punto álgido en junio de 2019 a partir de los intercambios entre Alexandra Kohan (2019) y Débora Tajer (2019). Kohan, psicoanalista y docente argentina referente en el campo de estudios de géneros y feminismos, criticó la unidireccionalidad de la responsabilidad afectiva al considerar que se les exige únicamente a los varones. A su vez, la caracterizó como un oxímoron, argumentando que no somos sujetos plenamente conscientes de lo que queremos ni de nuestros actos, especialmente en el plano del amor y el erotismo. Así, sostuvo que el sujeto no es dueño de sí mismo porque hay un inconsciente, y que la voluntad pulsional puede no coincidir con lo que uno dice querer. En

este marco, exigir responsabilidad afectiva supondría construir un *otro todopoderoso* que sabe, puede, decide libremente y es capaz de responder por aquello que suscita en los/as demás (Kohan, 2019). Por el contrario, Tajer (2019) sostuvo que la responsabilidad afectiva implica *dar cuenta de uno mismo*, lo que no supone creer que todo lo que hacemos es intencionado, pero sí que podemos *hacernos cargo* de un modo ético. Especialmente cuando *nos damos cuenta* que nuestras acciones dañan. También, afirmó que, al reclamarla, las mujeres denuncian la desigualdad y la doble moral sexual del modelo de amor romántico que ha favorecido a los varones en el marco de vínculos heterosexuales (Tajer, 2019; López, 2019).

A su vez, el ASPO decretado en marzo de 2020 actuó como un acelerador e intensificador de estas pedagogías que ya venían difundándose en redes sociales por parte de sexólogas y educadoras (Martynowskyj y Ferrario, 2022), y colaboró en la construcción de una narrativa sobre la responsabilidad enfocada en el placer individual y en las preocupaciones de contagio. Esto revitalizó discursos que posicionaron a la monogamia y la convivencia como garantía de sexo *seguro* y *responsable*, llevando a qué, para algunas personas con vínculos de NMC, la adopción de cierta *monogamia tácita* durante el inicio del aislamiento, se configurara como una renovada muestra de responsabilidad afectiva (Vespucci et al., 2022). Además, la hiperconectividad facilitó el acceso a contenidos y actividades de referentes de otros países, ampliando e internacionalizando los marcos de referencia del ambiente no monógamo de Argentina y convirtiendo a las redes sociales en escenarios privilegiados para la producción y circulación de discursos sobre la responsabilidad afectiva.

Analizar principios morales afectivamente cargados como la responsabilidad afectiva, se vuelve especialmente relevante en un contexto marcado por la profundización de la racionalidad neoliberal y por el ascenso de las derechas radicales. En este escenario, la apelación a la responsabilidad individual, la gestión emocional, la autonomía o la libertad, atraviesa discursos neoliberales a la vez que puede inscribirse en espacios feministas y/o disidentes, visibilizando tensiones y ambigüedades. De este modo, estudiar la responsabilidad afectiva permite indagar en cómo ciertos principios concebidos como herramientas de transformación y liberación, pueden, en determinados contextos, convertirse en nuevas exigencias morales y cargas cotidianas para los sujetos. Tal como señalan Solana y Vacarezza (2020) retomando a Ahmed (2014), los afectos no son ni

intrínsecamente liberadores ni necesariamente funcionales a la dominación neoliberal. Su potencia radica en su capacidad para afianzar modos de pensar patriarcales o, por el contrario, trastocar la matriz afectiva hegemónica. Así, en un momento donde la derecha neoliberal se afianza a nivel global - lo que supone nuevos retos para los feminismos luego de su expansión -, este artículo se interroga por los sentidos, usos y efectos de la responsabilidad afectiva en el ambiente de las NMC. En particular algunas de las preguntas que orientan esta reflexión son: ¿qué se demanda cuando se exige responsabilidad afectiva?, ¿qué implica una ética amoratoria basada en la responsabilidad?, ¿qué consecuencias tiene en los modos de pensar el amor, los afectos y la sexualidad?, ¿cómo incide en la vida cotidiana de los sujetos?, ¿todas las personas cuentan con la misma posibilidad de ejercer responsabilidad afectiva?

Estas reflexiones surgen en el marco de una investigación en curso en el área de antropología social, basada en una indagación etnográfica en Buenos Aires, Argentina, que busca comprender las experiencias contemporáneas de no monogamia consensuada y su relación con ciertos modelos afectivos, sexuales, familiares y de parentesco.

76

Precisiones metodológicas

Realicé un análisis cualitativo de los discursos que circularon en espacios digitales de un grupo activista de las NMC de Argentina y de tres referentes individuales, de Argentina, Colombia y México. Principalmente analicé los discursos que se (re)produjeron y circularon en Instagram, aunque también se relevaron intervenciones en sus páginas web, perfiles de Facebook, canales de YouTube y medios de comunicación digital. Esto convirtió el espacio online en objeto y medio de estudio (Di Próspero, 2017). En línea con abordajes recientes, se considera que los límites entre lo online y lo offline se han erosionado (Ahlin y Li, 2019), por lo que los discursos sobre responsabilidad afectiva que circulan en plataformas digitales, generan efectos en los sentidos y prácticas de los sujetos en sus vidas cotidianas, al tiempo que estos transforman los discursos online. Sin embargo, solo es objeto de este artículo relevar los discursos sobre la responsabilidad afectiva que se produjeron y circularon en el espacio digital.

Los cuatro referentes fueron seleccionados por un criterio principal: sus perfiles y contenidos fueron mencionados, citados,

compartidos y utilizados de forma recurrente en distintas instancias de mi trabajo de campo en Buenos Aires. Aun cuando dos de los cuatro referentes son de origen mexicano y español-colombiano, el análisis no pretende dar cuenta de sus contextos nacionales de producción sino de su circulación y recepción en el ambiente de las NMC en Argentina. Asimismo, evalué su lugar en Instagram a partir de la periodicidad y repercusiones de sus publicaciones – medido a través de la cantidad de me gusta y comentarios - (Van Dijck, 2016; Serafinelli, 2018), y en menor medida por el número de seguidores.

Si bien estos perfiles presentan estilos y trayectorias diferenciadas, comparten una trama discursiva anclada en la reflexión, consejo y acompañamiento sobre las no monogamias. Sus publicaciones tienden a reforzarse y retroalimentarse, incluso a través de las herramientas pedagógicas que ofrecen. Sin embargo, en algunos casos presentan miradas contrapuestas en torno a la responsabilidad afectiva.

Para este trabajo analicé sus perfiles de Instagram entre 2019 y finales del 2023, tomando como punto de partida el debate público en torno a la responsabilidad afectiva y como cierre el final del 2023 para delimitar un corpus acotado. En ese periodo, los perfiles relevados presentan entre 300 y 1300 publicaciones; no obstante, el análisis se concentró en aquellas que se refieren explícitamente a la responsabilidad afectiva, así como en algunas intervenciones específicas en sus páginas web.

La mayor parte del material analizado corresponde al periodo 2020-2022, coincidente con las etapas más estrictas del ASPO, momento en el que, como mencioné, se intensificó la producción de contenidos vinculados a la responsabilidad afectiva en la virtualidad. Los cuatro referentes combinan la difusión de contenido gratuito con la oferta de herramientas pedagógicas aranceladas como talleres, cursos, *webinars* o acompañamientos personalizados.

El cierre del corpus a finales de 2023, funciona como un punto de clausura de un ciclo de producción discursiva en el que la responsabilidad afectiva se consolidó como un principio vertebrador en espacios feministas y de diversidad afectiva. Si bien el análisis no se extiende a los años subsiguientes, los sentidos aquí examinados permiten identificar marcos normativos y principios reguladores que tienden a intensificarse y resignificarse en contextos políticos posteriores.

1.1 Breve presentación de los/as referentes

Relaciones Abiertas se formó en junio de 2018 en Buenos Aires como un espacio de “formación, encuentro y activismo sobre las relaciones abiertas” (Relaciones Abiertas, [relacionesabiertas.org], S/F). Sus referentes, mantienen vínculos de NMC desde hace más de 15 años y han participado en la fundación de otros espacios como Freelovers en 2011 o Amor Libre Argentina en 2014. Su perfil de Instagram @Relacionesa tiene 41.000 seguidores. Ofrecen talleres y cursos sobre consenso y consentimiento, acuerdos, gestión de los celos, problemas comunes de las NMC, protecciones para las familias poliamorosas, así como capacitaciones para profesionales de la salud y la justicia. A su vez, sostienen la “policlínica” destinada al acompañamiento de personas que acuden con dudas vinculadas a sus experiencias en las NMC. En 2021 lanzaron un podcast y en el 2024 publicaron su primer libro, *La Revolución Sexoafectiva. Amor, relaciones y modelos afectivos a lo largo de la historia*.

Jaime Gama es psicoterapeuta Gestalt y se presenta como “especializado en relaciones éticas” (Jaime Gama, [gotitasdepoliamor.com], S/F). Fundó en julio de 2019 en México, “Gotitas de Poliamor para los Dolores de la Monogamia”. Su perfil de Instagram @Gotitasdepoliamor tiene 628.000 seguidores y su Tik Tok “amemoseticamente” supera los 890.000. Tiene un podcast con más de 60 episodios y ofrece talleres, cursos y consultorías personalizadas orientadas a la apertura de la relación; gestión de los celos; comunicación clara y exitosa; establecimiento de acuerdos; manejo de conflictos y reconocimiento de necesidades.

Deb Barreiro de Argentina, se identifica como *coach* en “relaciones libres y amor propio”. Desde su página web afirma que “desde 2013, ha estado ayudando a las personas a desarrollar vínculos más conscientes y auténticos, integrando herramientas de comunicación asertiva, organización y gestión emocional” (Deb Barreiro, [debbarreiro.com], S/F). Integro previamente “Amor Libre Argentina” y “Amarte Libre” y desde mediados del 2019 produce contenidos en su Instagram @Debbarreiro donde tiene alrededor de 8000 seguidores. Ofrece talleres sobre deconstrucción del amor romántico; comunicación asertiva; gestión de los celos y responsabilidad afectiva. También motoriza círculos de debate y brinda asesorías personalizadas. En el 2024 publicó su libro llamado *Recetas Libres para amar*.

Alba Centauri es psicóloga, educadora sexual, feminista, bisexual y anarquista relacional. Es de origen español, pero vive en

Colombia. Desde 2016 participa de PoliamorBogota y a mediados del 2020 fundó “Poliactivismo” desde donde sostiene que: “no cura “trastornos” sino que educa e informa para la autonomía sentimental y afectiva” (Alba Centauri, [@Poliactivismo], 20/9/2022). Su cuenta de Instagram (@Poliactivismo) cuenta con 73.000 seguidores. Ofrece talleres sobre gestión emocional, celos, responsabilidad afectiva y brinda acompañamientos personalizados.

2. Autoconocimiento, reflexividad y comunicación. Una guía ético-práctica para la responsabilidad afectiva

Dentro de los discursos relevados se observa un énfasis en intentar definir y delimitar qué es la responsabilidad afectiva, reconocida como un término de usos diversos y significados polisémicos. En esta línea, en un artículo titulado *La legendaria responsabilidad afectiva*, Jaime de Gotitas de Poliamor afirmaba:

Sucede que es un término que se lanza de un lado a otro, a veces como un requisito para ser «buen poliamoroso», a veces como un arma para castigar y juzgar a otros y, de pronto, como una herramienta para poder amar más éticamente (...) Desde mi agencia, honestidad, consentimiento y compasión, yo concibo la responsabilidad afectiva así: Estoy consciente de que mis acciones tienen un efecto en ti y las tuyas en mí. Si hay algo que yo necesito, es mi responsabilidad hacer algo al respecto (y puedo hacerlo contigo generando una petición) (...). La responsabilidad afectiva es una herramienta. Me ayuda a conectar con otras personas al entender cómo me siento, qué necesito y saber que puedo hacer algo al respecto (Jaime Gama, [gotitasdepoliamor.com], 4/7/2021).

79

En una orientación similar, en una publicación de IG, Deb Barreiro introduce la cuestión a partir de una pregunta explícita:

¿Qué es la responsabilidad afectiva?: Realmente es un tema de “moda” que pasa a ser polémico cuando se utiliza para perjudicar en vez de beneficiar en las relaciones. Yo la defino como la capacidad de una persona de reconocer y aceptar el impacto que sus decisiones y

actos tendrán sobre las personas con las que se relaciona (Deb Barreiro [@Debbarreiro], 13/8/2020).

En ambas publicaciones, la responsabilidad afectiva es conceptualizada como un *arma* que habilita el juicio y la sanción, o como una *herramienta* que posibilita el cuidado y la conexión. En tanto herramienta se la vincula a otros valores del ethos no monógamo como la honestidad, el consentimiento o la comunicación y se la define como la capacidad de reconocer que nuestras acciones e inacciones impactan emocionalmente en quienes nos vinculamos. Así, para ejercerla, se enfatiza en la necesidad de comprender sentimientos, deseos y necesidades y en la habilidad de comunicarlos de manera clara y precisa. Esta comunicación podría materializarse en peticiones concretas, esperando que nuestros interlocutores actúen conforme a eso de forma responsable y cuidadosa. Esto quiere decir, respetando los acuerdos e intentando evitar causar sufrimiento. Para aclarar esta acepción, el psicoterapeuta introduce un ejemplo vinculado a los celos:

Es cierto que el hecho de que salgas con esa persona tiene un efecto en mí. Activa un detonante interno que me lleva a un lugar de inseguridad. ¿Entonces qué hacemos desde la responsabilidad afectiva? ¿Deberías dejar de ver a esa persona para que yo me sienta bien? ¿Debería yo de aguantarme mis celos porque «no pasa nada»? La persona celosa es responsable de sus inseguridades. Esto implica tomar acción para identificar qué sucede, qué necesita y hacer una petición clara y específica. También es importante que sea consciente de que su inseguridad tiene un efecto en la otra persona. La otra persona es responsable de sus acciones (Jaime Gama, [gotitasdepoliamor.com], 4/7/2021).

A partir de estas discursividades se observa que la responsabilidad afectiva adquiere una doble dimensión: hacia los/as demás y hacia uno/a mismo/a. Por un lado, implica reconocer cómo nuestras acciones afectan emocionalmente a quienes nos rodean, basándonos en los sentimientos, necesidades o peticiones que deberían habernos comunicado previamente. Por otro, supone la responsabilidad de identificar y comunicar asertivamente los propios deseos y límites, incluso cuando estos entran en tensión con el

bienestar de alguno de nuestros vínculos. En este sentido, más allá de cuál sea la resolución concreta de la situación descrita por Jaime Gama, se apela a que esta sea resultado de un proceso reflexivo.

Asimismo, desde estas propuestas, la responsabilidad afectiva incluye una dimensión de autocuidado emocional. Ser responsable afectivamente con nosotros/as mismos/as, supone evitar situaciones que nos puedan generar malestar. De este modo se construye una noción de responsabilidad afectiva que no solo busca reducir el sufrimiento amoroso de los/as demás, sino también el propio. Para ello, se vuelve central reconocer nuestros límites y establecer acuerdos, lo que supone un esfuerzo constante por mantener el equilibrio entre las necesidades de los/as demás y las propias. Este énfasis se refleja en la amplia oferta de cursos y talleres orientados al establecimiento de límites. En esta dirección Gotitas de Poliamor desarrollaba:

Una parte crucial de esta responsabilidad es conocer mis propias limitaciones. Ofrecer de más para que la otra persona esté bien es irresponsable conmigo mismo. El atender los efectos que tienen mis acciones en mi propio bienestar también es parte del proceso. Si yo decido dejar de hacer todo lo que me gusta para que tú nunca estés incómodo, estoy siendo irresponsable en mi relación conmigo (Jaime Gama, [gotitasdepoliamor.com], 4/7/2021).

81

En concreto, ejercer responsabilidad afectiva supondría formular y considerar peticiones, establecer y revisar acuerdos, y reconocer el impacto de las propias acciones (e inacciones) en los/as demás intentando evitar causarles sufrimiento. Sin embargo, se establece una diferenciación entre “hacernos cargo” de nuestros actos y convertirnos en responsables directos de los sentimientos de los/as demás. Como expresa Jaime Gama, “Si te pego y te duele no soy responsable de tu dolor, pero sí del golpe que te di” (Jaime Gama, [@Gotitasdepoliamor], 16/4/2022). Esta formulación parece situarse en un punto intermedio entre las posturas que enfatizan que no podemos responsabilizarnos de los sentimientos de los demás (Kohan, 2019) y aquellas que enfatizan en la necesidad de “hacernos cargo” de nuestras acciones (Tajer, 2019).

Al mismo tiempo, la comunicación asertiva se presenta como una condición esencial para el desarrollo de la responsabilidad

afectiva. La importancia otorgada a la comunicación, la negociación y el establecimiento de contratos vinculares, fue un factor que autores como Giddens (2006) han destacado como centrales en las relaciones puras o de amor confluyente que surgen con la *democratización del amor* después de los años sesenta. Si bien este ideal moderno de intimidad promueve la comunicación, la igualdad y la emancipación, también conlleva una mayor racionalización y sistematización de las emociones y de la vida íntima (Giddens, 2006; Illouz, 2007), rasgo claramente notorio en las discursividades relevadas.

La responsabilidad afectiva no solo implica reconocer y comunicar sentimientos y necesidades, sino que también incluye el imperativo de gestionarlos y/o modificarlos. Por ejemplo, si se identifica que se sienten celos frente a una situación que genera inseguridad, también formaría parte de la responsabilidad aprender a *gestionarlos*, reconociendo el efecto negativo que tienen. Del mismo modo, la persona que *provocó* esa situación de inseguridad, podría revisar su comportamiento y si así lo desease, modificarlo.

De todos modos, siguiendo la lógica del psicoterapeuta de México, si una relación sistemáticamente nos produce malestar o tristeza y nuestras peticiones no son atendidas, deberíamos responsabilizarnos de nuestra tristeza y de estar en una relación sin responsabilidad afectiva. En este sentido, la responsabilidad afectiva deja de ser una exigencia hacia los demás para convertirse en un principio de autorregulación emocional, orientado al bienestar propio y colectivo. Esta perspectiva difiere de la propuesta más general que adquirió en las apropiaciones de los feminismos, en tanto no es un valor que debemos exigir a los demás, sino garantizar en nuestra individualidad.

Aunque no resulta muy claro el modo a través del cual se podrían detectar sentimientos, deseos y necesidades, esta información pareciera poder ser descubierta a partir de un proceso de autoconocimiento. Con tal fin, los perfiles relevados, promocionan diferentes herramientas orientadas al desarrollo de esa reflexividad. Por ejemplo, Gotitas de Poliamor publicita un *webinar* llamado “¿Cómo sé que quiero?” donde brinda herramientas para que cada persona “pueda conocer lo que quiere y necesita”, lo que a su vez afirma “le permitirá sentir conexión y seguridad en sus relaciones” (@Gotitasdepoliamor, 10/1/2023). Esta herramienta a su vez se complementa con otras de sus propuestas, una libreta digital con “herramientas de comunicación” para transmitir de un modo asertivo

eso que se descubrió que se “quiere y necesita” (@Gotitasdepoliamor, 14/9/2021).

Como se señaló con anterioridad, tres de los perfiles elegidos trabajan explícitamente con herramientas de la psicoterapia o coaching para parejas. Por ejemplo, Deb Barreiro ofrece talleres sobre responsabilidad afectiva y comunicación asertiva, y presenta al coaching como un medio útil para alcanzar relaciones *libres y saludables*. Así, en una publicación señala:

El coaching acompaña a las personas principalmente a establecer objetivos concretos y desarrollar su potencial. Ejemplo: ser una persona que comunica sus límites y sabe negociar acuerdos con sus vínculos. El coaching te impulsa a “ser”, a mejorar diferentes áreas de tu vida. Por ejemplo: mejorar habilidades sociales (como la comunicación asertiva), desarrollar hábitos saludables o gestionar diferente los momentos de celos (Deb Barreiro, [@Debbarreiro], 14/12/2022).

83

Incluso cuando la orientación terapéutica no es explícita o no hay titulación que la respalde, se puede inferir su presencia. Por ejemplo, Relaciones Abiertas, además de impartir talleres, cuenta con la *policlínica*, un espacio personalizado de escucha y contención en relaciones no-monógamas. Allí, sus referentes, sin presentarse como profesionales de la salud, ofrecen acompañamientos y consejos basados en su experiencia personal y en los conocimientos adquiridos durante más de 15 años de formación. Según plantean, ayudan a los/as consultantes a analizar sus situaciones y diseñar un plan de acción “con herramientas fáciles de entender e implementar” (Relaciones Abiertas, [relacionesabiertas.org], S/F).

Distintas investigaciones han destacado la centralidad que adquieren los procesos de autoconocimiento en las experiencias de NMC (Pilão y Goldenberg, 2012) y el lugar privilegiado que ocupan las técnicas psicoterapéuticas y del coaching en estos procesos (Ferrario, 2024). Este énfasis puede entenderse como producto de la influencia que la psicología ha ejercido en la construcción y difusión de una narrativa terapéutica, como por la expansión de la “cultura de la autoayuda” y la espiritualidad *New Age*, las cuales se han erigido como los principales medios de organización de la subjetividad moderna (Illouz, 2010; 2014). Como desarrolla Eva Illouz (2012) en *¿Por qué duele el amor?*, durante el siglo XX, la cultura de la autoayuda

promovió la idea de que el sufrimiento amoroso era una experiencia autoinflingida y que podría superarse a partir del autoconocimiento y la autoconfiguración (Illouz, 2012).

Este protagonismo de los saberes psi y el coaching también se inscribe en transformaciones más amplias de la modernidad tardía o posmodernidad (Lipovetsky 1983). De acuerdo con Beck (1998), la sociedad experimentó un proceso de individualización en el contexto de la *sociedad de riesgo*, en la que elementos como la clase social, los roles de género, la estructura familiar y la sexualidad se transformaron de manera significativa, y los antiguos órdenes que regulaban la vida cotidiana perdieron parte de su vigencia. En la misma dirección, Bauman (2011) ha señalado que el pasaje de la modernidad *sólida* a la *líquida* desreguló todos los ámbitos de la vida, especialmente los de las relaciones sexo-afectivas. Como resultado, los sujetos fueron *desatados* de las formas preexistentes de vinculación y organización familiar, y sus biografías pasaron a depender completamente de ellos mismos. Esto implicó nuevas oportunidades, pero también incrementó los riesgos, la incertidumbre, la inseguridad y la ansiedad (Beck y Beck-Gernsheim, 2001; Bauman, 2011), intensificando la necesidad de autoevaluación y elección constante.

84

En este escenario, la capacidad de elegir y de justificar esas elecciones se vuelve una competencia indispensable para la vida amorosa (Illouz, 2012), tal como se observa en los discursos sobre responsabilidad afectiva. Esta competencia estaría influenciada por los procesos de autoconsulta que permitirían identificar sentimientos, deseos y necesidades (Illouz, 2012), así como una evaluación continua de los límites personales y las restricciones y posibilidades inherentes a esas elecciones.

Finalmente, aunque la apelación a la reflexividad y comunicación es transversal a todas las publicaciones referidas a la responsabilidad afectiva, algunos discursos introducen críticas a lecturas exclusivamente *individualistas* que podrían conducir a la desresponsabilización. En esta línea Alba Centauri de Poliactivismo reflexionaba:

Debido a nuestra concepción individualista del mundo actual, es frecuente leer frases que nos invitan a desresponsabilizarnos por la felicidad o el malestar de otros. Estas miradas plantean una existencia atomizada, en la que tú eres la única persona responsable de tus acciones y emociones, y yo de las mías. El cambio hacia una

mentalidad no-monógama, con los cuidados colectivos como meta, requiere tener en cuenta el vínculo histórico entre las emociones y actos comunitarios. Es decir, aprender a reconocer cuando nuestras decisiones y acciones han afectado o influyen la felicidad y malestar en otros (...). En este momento, vale la pena recordar que tu responsabilidad individual para realizar acciones que busquen afectar las emociones ajenas hacia mejor se acaba con LA PREGUNTA: ¿Qué necesitas de mí? ¿Qué quisieras pedirme? ¿Qué puedo hacer para que te sientas mejor? Si la respuesta es “nada”, ahí termina tu responsabilidad individual (Alba Centauri, [@Poliactivismo], 24/1/22).

En esta publicación se destaca nuevamente la importancia del autoconocimiento, la reflexividad y la comunicación asertiva en las caracterizaciones de la responsabilidad afectiva, algo que se refleja mediante preguntas como ¿Qué necesitas de mí? Pero, por otro lado, desde la perspectiva de la referente de Poliactivismo, el proceso de individualización y autonomización podría llevarnos a *des responsabilizarnos* de las emociones de quienes nos relacionamos. Así, lo que quiere decir con la idea de que nos *olvidamos* del *vínculo histórico entre emociones y actos comunitarios* podría ser que negamos el impacto que tienen nuestros actos sobre las emociones de los demás, principalmente en su felicidad o sufrimiento. Es llamativo que, aunque se cuestiona la concepción *individualista* de las relaciones sexo-afectivas, pareciera que la propuesta termina por responsabilizar a las personas de sus propias emociones y de las de quienes se vinculan con ellos/as. A su vez, esta operación puede invisibilizar las influencias más amplias que tienen ciertos modelos de vinculación sexo-afectiva, como lo es el amor romántico, en las emociones, afectos y prácticas concretas de las personas. Esta ambigüedad sugiere que los sentidos que circulan sobre la responsabilidad afectiva en el ambiente de las NMC no son unívocos y que también están atravesados por disputas entre lógicas más moralizantes e individualizantes y otras vinculadas al cuidado colectivo.

85

3. ¿Existen relaciones libres sin responsabilidad afectiva? Entre la liberación y las nuevas exigencias amorosas

En línea con lo discutido en un trabajo previo (Ferrario, 2024), en las NMC, la noción de responsabilidad afectiva ocupa un lugar central, debido a su conexión con valores del ethos no monógamo como la honestidad, la comunicación y el autoconocimiento, así como por su vínculo inextricable con la libertad. Si la libertad, dentro de las NMC, se entiende como la capacidad de elegir, esas elecciones deben realizarse, según estas discursividades, de manera responsable.

La frase *no existen relaciones libres sin responsabilidad afectiva*, con la que comenzó este escrito, proviene de un portal brasileño sobre no monogamias (Amoreslivres, 2016) y fue traducida por el grupo Amor Libre Argentina. En dicha nota se reflexiona precisamente sobre la noción de libertad afirmando que:

La libertad no es lo opuesto a la responsabilidad afectiva, al contrario, conjugar las dos cosas es estrictamente necesario para que las relaciones libres sean en la práctica lo que pretenden ser en la teoría: una posibilidad de emancipación y no una forma más de opresión (Relaciones Abiertas, [relacionesabiertas.org], S/F).

86

En este marco, responsabilidad y libertad se configuran como condiciones recíprocas. Sin embargo, la invocación recurrente de esta consigna ha suscitado interrogantes y debates al interior de los propios espacios no monógamos. Allí comenzó a cuestionarse si este valor efectivamente habilita formas más emancipatorias de amar o si, por el contrario, puede estar produciendo nuevas exigencias normativas. En esa línea crítica Relaciones Abiertas elaboró y difundió la publicación titulada, *Responsabilidad afectiva ¿EXISTE?*:

Estas palabras resuenan mucho en la comunidad y se usan bastante. Sin embargo es un concepto que a diferencia de otros pareciera que no tiene recorte, ni límite, ni definición y realmente no sabemos si eso puede ser posible y ni siquiera si es necesario. 😬

Está claro que estas palabras surgen por una molestia concreta en las relaciones afectivas y lo que se discute con ellas son esas molestias. Y esto es very important. Pero de este lado de la mononorma, el tema de la responsabilidad afectiva, a veces se vuelve un poco sobreexigente y perjudicial, convirtiéndolo en un postulado imposible de

cumplir casi igual a un mito del amor romántico.



También puede usarse como la herramienta discursiva para la búsqueda de amores sin riesgo, sin controversias, sumamente pulcros, donde todas las personas sabemos lo que queremos o tenemos la capacidad de comunicar todo.

Ser responsable afectivamente es no joderte a vos, ni al resto y no fallar en la relación. ¿Se puede? 😄😄

Obviamente que el cuidado y la responsabilidad deberían estar presentes en cualquier situación entre las personas no solo afectiva. Pero pareciera que esto de la responsabilidad afectiva tiende a convertirse en el "deber ser del poliamor" construyendo desde la premisa de que las personas sabemos de amor y relaciones mucho más de lo que en realidad sabemos o practicamos y sobre la certeza de que hay UNA forma específica y compartida de ser responsable y de construir relaciones. Y peor aún, de que venimos de un lugar vacío, sin todo un aprendizaje propio del amor romántico (Relaciones Abiertas, [@Relacionesa], 15/12/2020).

87

Aquí la crítica se desplaza, ya no se trata de señalar la utilización de la responsabilidad afectiva como un *arma* moralizante, como se analizó previamente, sino que se problematiza su estatuto mismo, cuestionando su indefinición, su posible tendencia a convertirse en un *deber ser*, considerado también como inalcanzable, y la idea de que exista una forma universal, compartida y estandarizada de ejercerla. Además, se advierte que esta exigencia pareciera desconocer la presencia de aprendizajes provenientes de ciertos modelos como el del amor romántico que orientarían las prácticas y elecciones pero también las emociones y sentimientos. Algo que va en coincidencia con lo señalado por Solana y Vacarezza (2020) cuando afirman que la fuerza normativa de este tipo de modelos no reside únicamente en que se naturalizan ciertas formas de pensar, sino también que se consolidan ciertas formas de sentir. Otro punto central de esta crítica refiere a la suposición de que todas las personas están igualmente investidas de la capacidad para conocer sentimientos y necesidades y de comunicarlos asertivamente.

Esta presuposición junto a la inusitada relevancia que adquiere la responsabilidad afectiva, dialoga con lo que autores como Sergio Carrara (2015, p. 325) y Josefina Brown (2016, p. 23), señalan como el “nuevo régimen de sexualidad moderno”, consolidado en Occidente a partir de la década de 1980. En este régimen, el criterio de evaluación moral entre lo que se considera una sexualidad “buena” o “mala” (extensible también al ámbito afectivo) deja regirse por la reproducción y pasa a organizarse en torno al “buen uso de los placeres” (Carrara, 2015, p. 329). Esto supone la identificación de los deseos individuales, concebidos como una verdad interior a descubrir; la expresión de consentimiento para participar en experiencias sexuales y afectivas; y la responsabilidad tanto por la ejecución de esos deseos como por la prevención del daño. Este régimen se comunica a través de un lenguaje socio-jurídico que privilegia nociones como acuerdo, consenso, consentimiento y responsabilidad.

Como ha señalado Brown (2016), en el contexto neoliberal la noción de responsabilidad se vuelve crucial, ampliando el énfasis que el liberalismo clásico ya le otorgaba a la racionalidad, voluntad y libertad. En consonancia con las reflexiones de Beck (1998), Brown sostiene que, en una sociedad caracterizada por el riesgo, la responsabilidad se convierte en una carga para los individuos, que deben evaluar y decidir permanentemente los cursos de acción más adecuados y asumir las consecuencias por sus decisiones. El sujeto de derechos se configura, así como libre, volitivo, racional, consciente, responsable, cauteloso y autónomo. De este modo, la adquisición de conocimiento para controlar o prevenir se vuelve fundamental en todas las esferas de la vida moderna, especialmente en el plano sexual y afectivo (Brown, 2016).

Las posiciones críticas recuperadas, particularmente la de Relaciones Abiertas, se alinean con estas ideas en tanto ponen en cuestión la figura de un sujeto plenamente consciente y autónomo. Sobre este punto, Brown (2016) señala la ficcionalidad del sujeto neoliberal en tanto las personas no siempre actúan de forma consciente, racional, ni orientan constantemente sus decisiones por esos parámetros debido a la influencia del deseo y las emociones, así como de múltiples mandatos familiares y culturales que escapan a la esfera de la conciencia. Butler (2011) también respalda esta idea al sostener que nunca somos completamente conscientes ni previsores de las situaciones y relaciones eróticas y amorosas en las que decidimos involucrarnos y si bien esto conlleva un riesgo constante, también es uno de sus elementos más atractivos (Butler, 2011). En

efecto, algunos de los discursos sobre responsabilidad afectiva tienden a presentar a los sujetos como entidades abstractas, desvinculadas de marcadores sociales y culturales, lo que podría invisibilizar el hecho de que no todas las personas tienen las mismas posibilidades para elegir, actuar o ejercer la libertad (Brown, 2016).

Desde otros perfiles, si bien no niegan la existencia de la responsabilidad afectiva ni abandonan su demanda, problematizan sus derivas. En esa línea, Alba Centauri cuestiona la individualización de la experiencia emocional y establece una crítica a la idea difundida por algunos discursos propios del coaching y la educación emocional de: “si quieres puedes”:

SOLO TU ERES RESPONSABLE DE TUS EMOCIONES
¿Cuántas VECES HAS LEIDO PUBLICACIONES CON FRASES
COMO ESTA? Son frases que individualizan la experiencia
emocional (...)

Nos invita a creer que “si queremos, podemos” y por tanto, “Si no podemos, es porque no nos estamos esforzando lo suficiente” Pero las emociones no existen en un vacío. Esta idea ignora un montón de estructuras sistémicas y diferencias en capacidades. También invisibiliza los aprendizajes y condicionamientos adquiridos a lo largo de nuestra vida (...)

Por ello si bien es cierto que con inteligencia emocional podemos aprender a regular las interpretaciones, las formas de comunicar y los comportamientos con los que reaccionamos a nuestras emociones, este control nunca es total (Alba Centauri [@Poliactivismo], 1/2/2021).

La publicación de Alba Centauri encarna una crítica a la pretensión total de control individual de la vida emocional y a la tendencia a negar la influencia que los modelos afectivos, sexuales, familiares como así también los procesos de socialización tienen sobre los afectos. Además, la referencia (también señalada por Relaciones Abiertas) de que no todas las personas tienen las mismas capacidades y/o posibilidades para llevar a cabo las tareas que la responsabilidad afectiva requiere, es recuperada también por otros perfiles como el de Deb Barreiro. Allí, se reconoce el potencial de esta noción, pero también se señalan algunas de sus invisibilizaciones:

➡ Que una persona no cumpla tus deseos siempre, que una persona cometa un error y se haga cargo, que te proponga hacer un cambio en los acuerdos, que no esté emocionalmente estable para afrontar una situación conflictiva y pida distancia/silencios, ¡No es ser irresponsables!

🙄 También quiero aclarar que no todas las personas pueden sentir empatía, porque hay neuro-diversidades que carecen de esa capacidad ([@Debbarreiro], 13/8/2020).

Más allá de la dimensión promocional del post – en el que se anuncia un encuentro para trabajar la responsabilidad afectiva a partir de herramientas del coaching -, Deb introduce dos cuestiones poco abordadas en las discursividades sobre este tema. En primer lugar, cuestiona la equiparación entre responsabilidad afectiva y disponibilidad y/o estabilidad emocional, señalando por ejemplo que pedir distancia o no poder afrontar un conflicto no necesariamente supone ser *irresponsable*. En segundo lugar, incorpora la cuestión de la neurodiversidad y la salud mental, señalando que no todas las personas disponen de las mismas habilidades emocionales lo que podría afectar su disposición a comunicarse, elaborar peticiones o gestionar emociones. Esto lo ejemplifica a partir de la empatía, frecuentemente asumida como requisito para la responsabilidad afectiva.

La publicación de Deb contribuye a cuestionar la reactualización de nociones capacitistas en los discursos sobre la responsabilidad afectiva, que estandarizan las habilidades reflexivas y emocionales. Con esto no se trata de afirmar que las personas neurodivergentes o con padecimientos de salud mental no puedan ejercer responsabilidad afectiva, sino por el contrario busca visibilizar al sujeto ficcional y abstraído de la realidad que podría estar detrás de algunas discursividades sobre la responsabilidad afectiva.

En una línea similar, circuló en la página web de Relaciones Abiertas, un artículo llamado *La exigencia irresponsable* escrito por Juan Pablo D'orto para Relaciones Abiertas (2023), uno de los fundadores del espacio. Allí, explora cómo la demanda de responsabilidad en las NMC, podría estar reforzando lógicas del amor romántico. Según su análisis, en ese modelo, *amar*, significa *darlo todo*

a la pareja, lo que no solo es una ilusión, sino que puede transformarse en una acusación cuando no se cumple.

En esta concepción quién no da todo su tiempo, su energía, su enfoque y atención, pues no ama definitivamente. No es ninguna casualidad que los reclamos de “responsabilidad afectiva” se direccionan mayormente al que no da algo a su pareja: atención, energía, tiempo (D’orto en Relaciones Abiertas, [relacionesabiertas.org], 14/12/2023).

Según explica en esa publicación, la reproducción de nociones de este tipo en las NMC, hace que se terminen produciendo “exigencias afectivas irresponsables” (D’orto en Relaciones Abiertas, 2023), esto es, demandas de atención, cuidados, tiempo, gestión emocional, etc, sin tener en cuenta las situaciones particulares y/o las posibilidades de las personas involucradas. Esto lo ejemplifica a partir de dos casos concretos de personas que acudieron a la policlínica. En el primero, una mujer de 29 años, madre de dos hijos pequeños que trabaja a tiempo parcial y tiene a su cargo casi exclusivo todas las tareas de cuidado, se vincula con un profesional exitoso, de 35 años que vive solo y gana en dólares. Como indica el relato, cuando comenzaron a salir él le anticipó que “necesitaba” una disponibilidad constante, que le escriban y contesten mensajes todo el tiempo para sentirse querido y cuidado. Frente a algunos planteos de él en los que le manifestaba que no le brindaba dicha atención, comenzó a esforzarse por contestarle los mensajes con rapidez, más allá de la actividad que estuviese realizando.

En el segundo, un hombre de 52 años está en una relación abierta con su esposa y recientemente ha comenzado a vincularse con un hombre. Según se relata, el consultante enfrenta algunas dificultades debido a una situación de abuso infantil, problemas de homofobia en su familia y su bisexualidad oculta. Se siente extremadamente ansioso al salir de su casa y solo logra relajarse cuando consume alcohol. A pesar de sus esfuerzos emocionales, su pareja masculina le señala que *no tiene* responsabilidad afectiva y lo presiona para que *se haga cargo*, aduciendo que no lo ve con frecuencia o no tiene algunos planes con él como invitarlo a su casa.

Estos dos casos le permiten a D’orto (en Relaciones Abiertas, 2023) visibilizar cómo las personas consultantes no solo enfrentan presiones cotidianas, ya sea por la desigualdad en las tareas de

cuidado, por la crisis económica, la dificultad de salir del closet debido a la discriminación, o la presencia de situaciones de abuso en el pasado, sino que se ven presionados/as por sus vínculos *en nombre de la responsabilidad afectiva*. Como señala el referente de Relaciones Abiertas, exigir a una persona que dedica buena parte de su tiempo a tareas de cuidado que responda rápidamente, o demandar pruebas de amor por encima de la salud mental, para luego tildar de *irresponsables afectivos* a quienes no pueden cumplirlo, no solo es *irresponsable* de parte de sus vínculos, sino cruel. En este sentido, desde Relaciones Abiertas se alerta sobre la posibilidad de que esta exigencia conduzca a demandas excesivas en las relaciones, lo que terminaría reproduciendo el sistema de creencias del amor romántico (que las no monogamias intentan desafiar). Como concluye Juan Pablo D'orto su nota:

Si la “responsabilidad afectiva” es una carga más para los ya aplastados de responsabilidades, no sólo es una mochila injusta y una exigencia incumplible: es un techo de cristal que nos desconecta del deseo y nos deja aislados (D’orto en Relaciones Abiertas [relacionesabiertas.org], 14/12/2023).

92

Así, el cuestionamiento no apunta a descartar la responsabilidad afectiva, sino a problematizar su uso cuando se convierte en un imperativo abstracto que desconoce las condiciones materiales de vida y las biografías de las personas a las que se les exige. Además, deja planteada una tensión central entre la responsabilidad afectiva como un horizonte emancipador para el amor y su posible deriva en una nueva exigencia moral y afectiva dentro de las no monogamias.

Estas tensiones dialogan con algunas elaboraciones recientes que invitan a repensar la relación entre afectos, dolor y placer. Siguiendo a Vir Cano (2019), los encuentros con otros/as nos exponen tanto al placer como al dolor, y no solo que eso escapa a nuestro control, sino que ninguno de estos afectos es inherentemente bueno o malo. En este sentido, la autora sugiere la necesidad de imaginar otras narrativas afectivas que desafíen al amor romántico pero que también puedan dar lugar a experiencias ambivalentes. En una línea similar, a la de algunas exponentes del giro afectivo, Rafael Blanco (2025) propone no intentar evitar o erradicar rápidamente los afectos considerados *negativos*, sino volver sobre ellos y hacer algo colectivo

con esas experiencias y heridas, entendiendo esta apuesta no solo como un rescate emocional sino como un *trabajo político*.

4. Consideraciones finales: ¿Qué pasa si nos sigue doliendo el amor?

En este artículo se analizaron algunos de los discursos y pedagogías sobre responsabilidad afectiva que circularon en las redes sociales de cuatro referentes de las no monogamias consensuadas. Como se sostuvo, si bien la estabilización de la responsabilidad afectiva como un valor indispensable para las NMC data de finales de los años ochenta en Estados Unidos, su popularización en Argentina responde a la confluencia de al menos 3 transformaciones que se articulan mutuamente. Por un lado, los procesos de individualización y el auge de los discursos psi propios de la modernidad tardía. Por otro, la expansión feminista desde 2015, que reavivó la crítica al amor romántico - iniciada ya con las feministas de la segunda ola- y promovió nuevos sentidos sobre la afectividad, consolidando hacia 2019 la responsabilidad afectiva como una demanda indispensable para vínculos menos desiguales y dolorosos, especialmente para las mujeres. Finalmente, el ASPO de 2020, que actuó como intensificador de estas pedagogías afectivas en redes sociales, impulsando la producción y circulación de contenidos, talleres y herramientas orientadas a vincularse con responsabilidad afectiva.

93

Aunque con estilos diferentes, los perfiles de los referentes analizados, comparten una trama discursiva común que concibe a la responsabilidad afectiva como una herramienta que permite tomar conciencia del impacto emocional que tienen nuestras acciones sobre los demás/as – y viceversa – y así buscar evitar el sufrimiento amoroso. Esta está orientada hacia los/as demás pero también hacia nosotros/as mismos/as y supone distintos procesos de reflexividad, autoconocimiento, reconocimiento de límites, comunicación, formulación de acuerdos y peticiones, revisión constante de las situaciones que generan malestar, incomodidad o sufrimiento.

Sin embargo, los sentidos que circulan no siempre son unívocos y algunas veces presentan posturas contrapuestas. Si la frase *no existen relaciones libres sin responsabilidad afectiva* se consolidó como un mantra en Argentina, también emergen cuestionamientos sobre su factibilidad y sobre los efectos normativos y moralizantes que podría producir. Así, desde algunos grupos se advierte que su insistencia puede derivar en nuevas exigencias amorosas, transformándose en un *deber ser* casi imposible de cumplir. Además, la crítica se dirige al supuesto de que todas las personas están

igualmente investidas de la capacidad y posibilidad de desarrollar procesos de reflexividad, autoconocimiento, comunicación asertiva y gestión emocional.

Estas discursividades permiten reflexionar sobre una cuestión central que es que las personas no son completamente conscientes, racionales, autónomas y transparentes para sí mismas y que nuestros afectos - y lo que hacemos desde y con ellos - están influidos por modelos culturales como el amor romántico, por experiencias biográficas y por condiciones materiales de vida. Desde esta perspectiva, la responsabilidad afectiva puede convertirse en una carga y presión adicional a las ya experimentadas en la vida cotidiana en contextos neoliberales, invisibilizando desigualdades y reactualizando lógicas capacitistas que estandarizan y universalizan *competencias* emocionales.

En efecto, pareciera que, en algunos de los discursos relevados, se presupone que quienes practican las NMC son completamente libres, racionales, conocedores de sí mismos y capaces de establecer límites y tomar decisiones basadas en lo que *descubrieron* que sienten, desean y necesitan. Esta figura de sujeto contrasta con lo que suele suceder en la práctica cotidiana de las NMC que, aunque no se analiza específicamente en este escrito, moviliza afectos como los celos, la vergüenza, el miedo, el enojo, la inseguridad o donde se despliegan conductas que, dentro de algunas de estas discursividades, podrían considerarse como *posesivas, descuidadas* y principalmente, *irresponsables*.

De todos modos, esta aparente convergencia con la racionalidad neoliberal no implica ninguna equivalencia. Mientras que las derechas radicales apelan a la responsabilidad individual y la autonomía para legitimar retrocesos colectivos y se conjugan con discursos conservadores que defienden la familia nuclear, la monogamia y la heteronormatividad, los discursos sobre responsabilidad afectiva en el ambiente de las NMC se inscriben en una crítica profunda a estos valores, promoviendo formas de vincularse que incluyen la denuncia a la heteronormatividad, la mononorma, la desigualdad emocional, la doble moral sexual, la posesión, la violencia, entre otras dimensiones.

En este sentido, la tensión entre el ideal y la experiencia no invalida la apuesta transformadora y centrada en el cuidado que tiene en sus orígenes esta noción. Cómo se ha desarrollado hasta ahora, una de las principales búsquedas del ejercicio de la responsabilidad afectiva es la reducción del sufrimiento amoroso. La idea difundida por

los feminismos de que el amor “no debe doler” se reactualiza en los discursos analizados y se consolida como una clara diferenciación del imperativo más propio del repertorio romántico en el que *el amor siempre duele*.

Pero esta búsqueda de amores que no causen dolor puede que se vuelva inalcanzable. Entonces, quizás podríamos empezar por reconocer el potencial transformador que se aloja en el error, la frustración, el desentendimiento e incluso el dolor. Más allá y más acá de las discursividades sobre la responsabilidad y más allá y más acá del sufrimiento amoroso, es donde quizás podríamos encontrarnos para buscar, colectivamente, formas más liberadoras de amar.

4. Referencias bibliográficas

- Ahmed, S. (2014). *The cultural politics of emotion* (2nd ed.). Edinburgh University Press.
- Ahlin, T., y Li, F. (2019). From field sites to field events: Creating the field with information and communication technologies (ICTs). *Medicine Anthropology Theory*, 6(2), 1–24.
- Amores Livres. (2016, junio 5). *Não existe relação livre sem responsabilidade afetiva*. WordPress. <https://amoreslivres.wordpress.com/2016/06/05/nao-existe-relacao-livre-sem-responsabilidade-afetiva/>
- Bauman, Z. (2011). *Amor líquido: Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. FCE.
- Barreiro, D., y Kaufmann, E. (2024). *Recetas libres para amar*. Ombligo Cuadrado Ediciones.
- Barreiro, D. (s.f.). ¿Quién es Deb Barreiro? Deb Barreiro. <https://debbarreiro.com>
- Barreiro, D. [@debbarreiro]. (2024). Instagram. <https://www.instagram.com/debbarreiro/>
- Barreiro, D. [@debbarreiro]. (2020, agosto 13). [Publicación de Instagram]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CD2RZcwlC4P/> [Publicación eliminada]
- Barreiro, D. [@debbarreiro]. (2022, diciembre 14). ¿Sabías que el coaching no es una psicoterapia? [Publicación de Instagram]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CmKaPcpN75v/>
- Beck, U. (1998). *La sociedad del riesgo: Hacia una nueva modernidad*. Paidós.
- Beck, U., y Beck-Gernsheim, E. (2001). *El normal caos del amor*. Paidós.
- Blanco, R. (2025). *Efímero perdurable: Giro afectivo, sexualidades y archivos personales*. Pletórica Sinfonía.
- Brown, J. (2016). El aborto en cuestión: La individuación y juridificación en tiempos de neoliberalismos. *Sexualidad, Salud y Sociedad*, (24), 16–42.

- Butler, J. (2011). Sexual consent: Some thoughts on psychoanalysis and law. *Columbia Journal of Gender and Law*, 21(2).
- Cano, V. (2019). ¿Si duele no es amor? *El deseo de Pandora*, temporada 2, episodio 7. <http://www.revistaanfibia.com/podcast/si-duele-no-es-amor/>
- Carrara, S. (2015). Moralidades, racionalidades e políticas sexuais no Brasil contemporáneo. *Mana*, 21(2), 323–345.
- Centauri, A. [@poliactivismo]. (2022, septiembre 20). [Publicación de Instagram]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CivMlVhNv-m/>
- Centauri, A. [@poliactivismo]. (2021, febrero 1). Solo tú eres responsable de tus emociones [Publicación de Instagram]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CKwelMrJuem/>
- Centauri, A. [@poliactivismo]. (2022, enero 24). ¿Dónde acaba tu responsabilidad individual en las propuestas de cuidados colectivos? [Publicación de Instagram]. Instagram.
- Centauri, A. [@poliactivismo]. (2024). Instagram. <https://www.instagram.com/poliactivismo/https://www.instagram.com/p/CZHxv2FYhY/>
- Di Próspero, C. (2017). Antropología de lo digital: Construcción del campo etnográfico en co-presencia. *Virtualis*, 8(15).
- D'orto, J. P., y Figlioli, C. D. (2024). *La revolución sexoafectiva: Amor, relaciones y modelos afectivos a lo largo de la historia*. Urano.
- Easton, D., y Hardy, J. (2013). *Ética promiscua: Una guía práctica para el poliamor, las relaciones abiertas y otras aventuras*. Melusina.
- Elizalde, S. (2014). *Aprendiendo a ser mujeres y varones jóvenes: prácticas de investimento de género y sexualidad en la institucionalidad escolar*. Intersecciones en Comunicación, (8), 33-52.
- Felitti, K., y Palumbo, M. (2023). Las relaciones sexo-afectivas en la cuarta ola feminista: Diagnósticos, debates y propuestas (Argentina, 2018–2022). *Debate Feminista*, (66), 1–30.
- Ferrario, C. M. (2024). Amor libre no es tenedor libre: Un análisis de las transformaciones en el modelo conyugal hegemónico desde las no monogamias consensuadas. En G. Vespucci & E. Martynowskyj (Dirs.), *En la encrucijada de los derechos: Sexualidades, afectos y familias entre democratizaciones y nuevas normatividades* (pp. 170–210). EUEM.
- Gama, J. (s.f.). ¿Quién soy? Gotitas de Poliamor. <https://gotitasdepoliamor.com/quien-soy/>
- Gama, J. (2021, julio 4). *La legendaria responsabilidad afectiva*. <https://gotitasdepoliamor.com/2021/07/04/la-legendaria-responsabilidad-afectiva/>
- Gama, J. [@gotitasdepoliamor]. (2021, septiembre 14). Es mi responsabilidad conocer cómo quiero amar y ser amadx [Publicación de Instagram]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CTztpE8DQNE/>

- Gama, J. [@gotitasdepoliamor]. (2022, abril 16). Nadie puede hacerte sentir nada que tú no quieras. [Publicación de Instagram]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/Ccahzv-BaoG/>
- Gama, J. [@gotitasdepoliamor]. (2023). Instagram. <https://www.instagram.com/gotitasdepoliamor/>
- Giddens, A. (2006). *La transformación de la intimidad: Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas*. Cátedra.
- Gonçalves França, M. (2016). *Além de dois existem mais: Estudo antropológico sobre poliamor em Brasília/DF* [Tesis de posgrado, Universidade de Brasília].
- Illouz, E. (2007). *Intimidades congeladas: Las emociones del capitalismo*. Katz.
- Illouz, E. (2010). *La salvación del alma moderna: Terapia, emociones y la cultura de la autoayuda*. Katz.
- Illouz, E. (2012). *Por qué duele el amor: Una explicación sociológica*. Katz.
- Illouz, E. (2014). *Erotismo de autoayuda: Cincuenta sombras de Grey y el nuevo orden romántico*. Katz.
- Klesse, C. (2006). Polyamory and its 'others': Contesting the terms of non-monogamy. *Sexualities*, 9(5), 565–583.
- Kohan, A. (2019). Acostarse con un boludo no es violencia. *Panamá Revista*. <https://panamarevista.com/acostarse-con-un-boludo-no-es-violencia/>
- Lipovetsky, G. (1983). *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Anagrama.
- Lopes Louro, G. (Comp.). (1999). *O corpo educado. Pedagogias da sexualidade*. Autêntica.
- López, M. (2019). Por una pedagogía del cuidado, el acuerdo y la responsabilidad afectiva. *LATFEM*. <https://latfem.org/por-una-pedagogia-del-cuidado-el-acuerdo-y-la-responsabilidad-afectiva/>
- Macón, C. (2013). Sentimus ergo sumus: El surgimiento del “giro afectivo” y su impacto sobre la filosofía política. *Revista Latinoamericana de Filosofía Política*, 2(6), 1–32.
- Martynowskyj, E., y Ferrario, C. M. (2022). ¿Probaste el sexo virtual?: Discurso sexológico y cultura digital en tiempos de COVID-19. *Revista de Ciencias Sociales*, (174), 223–243.
- Martynowskyj, E., y Ferrario, C. M. (2023). Nadie puede y nadie quiere vivir sin amor: Disputas de sentidos en torno a la configuración de relaciones sexo-afectivas en relatos de gateros y amorlibreses. *Mora*, 29(1).
- Natalucci, A. L., y Rey, J. (2018). ¿Una nueva oleada feminista? Agendas de género, repertorios de acción y colectivos de mujeres (Argentina, 2015–2018). *Revista de Estudios Políticos y Estratégicos*, 6(2), 14–34.
- Pilão, A. C., y Goldenberg, M. (2012). Poliamor e monogamia: Construindo diferenças e hierarquias. *Revista Ártemis*, 13, 62–73.
- Relaciones Abiertas. (2023, diciembre 14). *La exigencia irresponsable* (J. P. D'orto, autor). <https://relacionesabiertas.org/la-exigencia-irresponsable>

- Relaciones Abiertas. (s. f.). No existen relaciones libres sin responsabilidad afectiva. <https://relacionesabiertas.org/no-existen-relaciones-libres-sin-responsabilidad-afectiva>
- Relaciones Abiertas [@relacionesa]. (s. f.). Instagram. <https://www.instagram.com/relacionesa/>
- Relaciones Abiertas [@relacionesa]. (2020, diciembre 15). Responsabilidad afectiva, ¿existe? [Publicación de Instagram]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/Ci0v7cggfvH/>
- Serafinelli, E. (2018). *Digital life on Instagram: New social communication of photography*. Emerald.
- Sheff, E. (2011). Polyamorous families, same-sex marriage, and the slippery slope. *Journal of Contemporary Ethnography*, 40(5), 487–520.
- Sívori, H. (2005). *Locas, chongos y gays: Sociabilidad homosexual masculina durante la década de 1990*. Antropofagia.
- Solana, M., y Vacarezza, N. L. (2020). Sentimientos feministas. *Revista Estudios Feministas*, 28(2). <https://doi.org/10.1590/1806-9584-2020v28n272445>
- Tajer, D. (2019). Descubrir la pólvora: Les feministes menos pensades. *LATFEM*. <https://latfem.org/descubrir-la-polvora-les-feministes-menos-pensades/>
- Van Dijck, J. (2016). *La cultura de la conectividad: Una historia crítica de las redes sociales*. Siglo XXI.
- Vespucci, G., Martynowskyj, E., Ferrario, C. M., Archimio, E., y Darouiche, C. (2022). Sexualidades y tecnologías digitales en épocas de COVID-19: Tensiones entre procesos de democratización sexual y formación de nuevos dispositivos de poder. *Descentrada*, 6(1), e169. <https://doi.org/10.24215/25457284e169>