



Psicología Iberoamericana  
ISSN: 1405-0943  
psicología.iberoamericana@uia.mx  
Universidad Iberoamericana, Ciudad de  
México  
México

Cruz del Castillo, Cinthia  
Deterioro de las relaciones de pareja producto del estrés  
Psicología Iberoamericana, vol. 23, núm. 1, enero-junio, 2015, pp. 5-6  
Universidad Iberoamericana, Ciudad de México  
Distrito Federal, México

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133944230001>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org



Sistema de Información Científica  
Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal  
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

## Deterioro de las relaciones de pareja producto del estrés

Cinthia Cruz del Castillo

Dentro del campo de la psicología el estrés se estudia principalmente en el área clínica y en el área laboral y muy pocas investigaciones lo vinculan a otras como la de las relaciones interpersonales, por lo que se vuelve fundamental dar cuenta de sus efectos en las relaciones cercanas. Al respecto el estudio de Rodríguez (2013) advierte que la pobre calidad en una relación de pareja incrementa los problemas de salud física y mental, lo que a su vez conduce a que las parejas reporten baja satisfacción marital y una reactividad neuroendocrina elevada relacionada con mayor presión sanguínea, ritmo cardiaco elevado y la liberación de hormonas (asociadas al estrés) como la prolactina, la epinefrina y la norepinefrina. En el mismo sentido Bodenmann, Ledermann y Bradbury (2007) muestran que el estrés crónico externo (laboral, financiero, estrés resultado de la familia de origen) afecta la satisfacción marital al disminuir el tiempo que la pareja convive, lo que reduce las experiencias compartidas, debilita los sentimientos de unicidad, disminuye la intimidad y la autodivulgación, reduce la calidad de la comunicación al tener menos interacciones positivas y más interacciones negativas, incrementa el riesgo de los problemas físicos y fisiológicos (como desórdenes del sueño), aumenta las disfunciones sexuales y la inestabilidad emocional, amplía la probabilidad de la aparición de características de personalidad no saludables como la rigidez, la ansiedad y la hostilidad. Merece la pena investigar de manera rigurosa todos los efectos que el estrés tiene no sólo en los aspectos individuales de las personas, sino en todas las interacciones que se establecen de manera cotidiana.

En este número se conjuntan algunos trabajos que abordan el estrés y sus efectos en la salud de las personas. La primera investigación presentada es la desarrollada por Zavala, Verdejo y Díaz-Loving, y postula que el estrés y los estilos de afrontamiento en una experiencia estresante coadyuvan significativamente en la salud de los individuos. Lo que encuentran estos investigadores en 150 pacientes con cardiopatía es una correlación positiva entre el uso de estilos de afrontamiento inadecuados (negación-avoidance) y el desarrollo de la cardiopatía isquémica y recaídas graves (reinfarto). El segundo estudio, de Ramos y Jordão, indaga la relación entre el conflicto de valores y el estrés laboral en 310 trabajadores distribuidos en dos organizaciones de diferentes sectores. En tercer sitio, Pulido, Gallardo, Ortega, Rojas, Saavedra y Villegas, desarrollaron dos escalas cortas para medir estrés académico. Las escalas se validaron con 997 estudiantes, las cuales mostraron correlaciones con los niveles de ansiedad y depresión.

La siguiente aportación la hacen Robles, Galicia, Sánchez y Pichardo, y evalúan la depresión en estudiantes de bachillerato. Alvarez-Ramírez, García-Méndez y Rivera-Aragón indagaron de qué modo el conflicto y la culpa afectaron la satisfacción marital en 622 individuos. Los resultados

de esta investigación indicaron que la reparación del daño, la compensación, así como no tener conflictos con la pareja predice la satisfacción.

En el sexto trabajo contenido en este número González Rivera y Díaz Loving construyeron un inventario que evalúa la *indefensión aprendida*, que es el estado psicológico que se produce cuando un individuo no puede controlar ni predecir los acontecimientos que configuran su vida en el contexto de las relaciones de pareja. La muestra se hizo en 280 mexicanos de entre 20 y 50 años.

La investigación de Vizzuetth, García y Guzmán valida dos escalas: la primera de conductas sexuales de riesgo y, la segunda, de motivación hacia el sexo en línea en 263 universitarios del estado de Hidalgo. Por último la contribución de Salinas-Quiroz, Morales-Carmona, De Castro, Juárez-Hernández, Posada y Carbonell describe la manera en que la educación inicial proviene de la calidad de la interacción infante-cuidador. ♦

## REFERENCIAS

- Bodenmann, G., Ledermann, T., & Bradbury, T. (2007). *Stress, sex and satisfaction in marriage. Personal Relationships, 14*, 551-569.
- Rodríguez, A. G. (2013). Wives' and Husbands' Cortisol Reactivity to Proximal and Distal Dimensions of Couple Conflict. *Family Process, 52*(3), 555-569.