

## RUPTURA DE LA PAREJA EN JÓVENES: FACTORES RELACIONADOS CON SU IMPACTO

Breakup of the couple in young people: Factors related to its impact

Miriam W. Barajas Márquez y Cinthia Cruz del Castillo

Universidad Iberoamericana<sup>1</sup>

Citación: Barajas, M. W. y Cruz, C. (2017). Ruptura de la pareja en jóvenes: factores relacionados con su impacto. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(3), 342-352.

Artículo recibido el 2 de febrero y aceptado el 14 de marzo de 2017.

### RESUMEN

Una de las relaciones más importantes para el ser humano es la de pareja, por lo que su disolución puede ser una fuente de estrés y malestar general, llegando incluso a trastocar la salud física y mental del individuo. Diversas investigaciones han encontrado una relación significativa entre una ruptura amorosa y altos niveles de depresión, ansiedad e incluso, consumo de sustancias, especialmente en las primeras experiencias amorosas. Existe evidencia del papel mediador preponderante que juegan determinadas características individuales y sociales en la precipitación, exacerbación y mantenimiento de los problemas emocionales y conductuales derivados de un evento estresante o traumático. El presente artículo afirma que el conocimiento más profundo del problema permitirá diseñar intervenciones preventivas y terapéuticas para jóvenes y otros grupos vulnerables.

**Indicadores:** *Ruptura; Pareja; Jóvenes; Evento estresante; Consecuencias emocionales.*

### ABSTRACT

One of the most important relationships in humans is the romantic relationship; therefore, its dissolution might be an important source of stress and overall discomfort, even causing alterations in physical and mental health. Many investigations have found a statistically significant relationship between a romantic breakup and high levels of depression, anxiety and use of drugs, especially in first romantic experiences. Likewise, there is evidence of the important role that individual and social characteristics play on the precipitation, exacerbation, and maintenance of the emotional and behavioral problems derived from a stressful or traumatic event. In this sense, it can be concluded that a more profound knowledge about this matter will allow to design preventive and therapeutic interventions for vulnerable groups, such as young people.

**Keywords:** *Breakup; Couple; Young people; Stressful event; Emotional consequences.*

<sup>1</sup> Departamento de Psicología, Prolongación de Paseo de la Reforma 880, Lomas de Santa Fe, 01710, Ciudad de México, tel. (55)59-50-40-46, correo electrónico: miriamwen.bm@hotmail.com.