

Bienestar Psicológico de las personas que han experimentado infidelidad

José Fernando Echavez Romero

Natali Gaviria

Facultad de Derecho, Ciencia Políticas y Sociales

Universidad Popular del Cesar

2025

Bienestar Psicológico de las personas que han experimentado infidelidad

José Fernando Echavez Romero

Natali Gaviria

Facultad de Derecho, Ciencia Políticas y Sociales

Universidad Popular del Cesar

2025

Contenido

Introducción.....	3
Desarrollo Teorico.....	7
Ruptura del contrato: ¿Qué es la infidelidad?.....	7
¿Qué se entiende por bienestar psicológico?	7
Afectaciones emocionales y psicológicas de la infidelidad.....	8
Factores protectores que contribuyen al Bienestar Psicológico en personas que han experimentado infidelidad.....	11
Metodología.....	13
Tabla 1	14
Tabla 2.....	15
Discusión	16
Conclusión.....	17
Referencias	18
Anexo.	22
Tabla 3.....	23
Formato de asesorías.....	32

Introducción

La infidelidad dentro de las relaciones de pareja es un fenómeno complejo que ha capturado la atención de investigadores, terapeutas y la sociedad en general, incluso dentro de las relaciones contemporáneas la infidelidad es considerada una de las preocupaciones más comunes en las relaciones románticas y es considerada moralmente inaceptable. Estos eventos pueden ser disruptivos y pueden llevar a consecuencias negativas en el bienestar de las personas traicionadas e incluso en las personas que han cometido el acto de infidelidad. Por su parte, Martínez Álvarez (2023) reconoce que el impacto de la infidelidad en una relación puede ser tan significativo que puede conducir a la ruptura del vínculo. Aunque hay diversas razones que pueden llevar a la separación y el divorcio, la infidelidad se destaca como la causa más común.

Teniendo en cuenta lo anterior, la infidelidad es una violación de acuerdos previamente establecidos, lo que puede provocar cambios significativos en la percepción de la relación y tener efectos psicológicos, emocionales y conductuales en la persona afectada. (Britos et al. 2022). Desde la perspectiva de la psicología clínica, la infidelidad puede tener un impacto significativo en el bienestar emocional y psicológico de las personas involucradas. En este contexto, la presente investigación se centra en analizar el bienestar psicológico de las personas que han experimentado infidelidad en sus relaciones.

Se habla de bienestar psicológico como un proceso de autodescubrimiento, aceptación y crecimiento personal, entendiendo entonces que “[...] el bienestar psicológico está relacionado a comportamientos que generamos para poder alcanzar y enfrentar obstáculos diarios” Gómez Simbaña (2021, p. 16). Estos comportamientos desde el contexto de la experiencia de infidelidad permiten desencadenar una profunda exploración de las emociones, valores y necesidades más íntimas. En este proceso de autodescubrimiento, permite confrontar las creencias, expectativas y percepciones acerca del “uno mismo” y de las relaciones establecidas con otros. El descubrimiento de la infidelidad representa un importante factor estresante en la vida de ambos socios y es un factor de riesgo potencial para una serie de problemas psicosociales y de salud Perdomo (2022).

Por su parte, desde los efectos causados por la infidelidad se reconoce que van desde

los fisiológicos hasta los psicológicos en este sentido, la infidelidad puede afectar la química cerebral de las personas involucradas. Estrada y Catzin (2022) sustentan que la traición y la decepción pueden desencadenar una disminución en la liberación de neurotransmisores asociados con el bienestar, como la serotonina y la dopamina. Esta disminución en los niveles de neurotransmisores puede contribuir a sentimientos de depresión, ansiedad y tristeza en quienes experimentan la infidelidad. Del mismo modo, puede desencadenar respuestas de estrés significativas en el organismo. Cuando se descubre una traición emocional, el cuerpo puede experimentar un aumento en la producción de hormonas del estrés, como el cortisol y la adrenalina (Aguilar y Julca, 2023).

A nivel fisiológico, la infidelidad tiene efectos adversos a la salud física, Laverde y Egas (2024) aseguran que esto afecta el sistema inmunológico de las personas involucradas. El estrés crónico causado por la traición puede suprimir la función inmunológica, lo que hace que las personas sean más susceptibles a enfermedades e infecciones. Además, la falta de sueño y la ansiedad asociada con la infidelidad pueden debilitar aún más el sistema inmunológico, dificultando la capacidad del cuerpo para combatir enfermedades.

Esto se manifiesta a través de problemas de salud relacionados con el estrés emocional y la tensión acumulada, que pueden desembocar en dolores corporales. Además, la infidelidad puede influir en cambios en el comportamiento alimentario y en los patrones de sueño de las personas afectadas contribuyendo a un deterioro adicional de la salud física si no se manejan adecuadamente.

En este sentido, Cendales (2023) afirma que la infidelidad puede provocar ansiedad y depresión en la persona afectada, también podría generar una disminución en la satisfacción sexual. Esto podría interpretarse como que, a pesar de las emociones negativas asociadas con la infidelidad, podría haber una reducción en la intensidad del deseo sexual o en la capacidad de experimentar satisfacción sexual debido al estrés emocional causado por la infidelidad. En este sentido, Stavrova y Denissen (2023) señala que la infidelidad afecta el bienestar psicológico, incluyendo la ansiedad, la depresión y la satisfacción sexual. Esto sugiere que la infidelidad puede tener implicaciones negativas en la esfera íntima y emocional de las personas afectadas

Así mismo, la infidelidad sacude la identidad y autoimagen (Hernandes y Ruiz, 2023). Es decir, la persona comienza a cuestionar su valía y preguntarse qué hicieron mal para merecer ser engañados, además de que puede volverse más insegura, temiendo que cualquier paso en falso puede llevar a otra traición. Se sienten perdidos en una maraña de emociones, cuestionando quiénes son y qué significaba realmente su relación.

Hay que recalcar que experimentar la infidelidad de un ser querido desencadena un dolor profundo y complejo que se manifiesta en forma de duelo. La persona traicionada se enfrenta a una mezcla tumultuosa de emociones, que van desde la incredulidad e ira hasta la tristeza y la confusión. Gómez (2022) afirma que este proceso de duelo puede ser devastador, ya que implica la pérdida no solo de la relación de confianza y seguridad, sino también de la imagen idealizada que se tenía del compañero.

Además, la infidelidad puede causar tensiones en las relaciones sociales existentes. Ornella y Saavedra (2022) afirma que los amigos cercanos pueden sentirse atrapados entre apoyar a una parte o la otra, lo que puede resultar en la ruptura de amistades. Además, en casos extremos, puede llevar a la ruptura de relaciones familiares, especialmente si la familia de la pareja afectada toma partido o se ve involucrada en el conflicto. En este sentido, Tamara Zamora (2021) reconoce que el bienestar psicológico afecta no solo al subsistema de pareja, sino también a los subsistemas parental y filial de la familia. La infidelidad puede desencadenar una serie de dinámicas disfuncionales que afectan el funcionamiento familiar en su conjunto.

Del mismo modo, (Tarqui, 2023) asegura que la infidelidad desencadena una serie de emociones intensas, como ira, tristeza, ansiedad o depresión. Estas emociones pueden afectar la capacidad de la persona afectada para relacionarse con los demás de manera saludable y pueden influir en su participación en actividades sociales a corto, mediano y largo plazo debido a los cambios por lo que ha tenido que pasar la persona transgredida.

Asimismo, el hombre o la mujer traicionados también pueden experimentar emociones extremas de traición, ira e infelicidad, lo que lleva a una falta de vanidad y confianza en sí mismo (Moreno y Forero 2022). Este abuso de confianza también puede resultar en un ciclo de inseguridad, celos y sospechas en relaciones futuras. Además, la deshonestidad puede exacerbar los problemas de salud mental existentes, como ansiedad y depresión, o incluso desencadenar la

aparición de los más recientes.

Una vez reconocido los avances en materia de investigación sobre el tema, se establece que el problema de la investigación radica en comprender cómo la experiencia de la infidelidad impacta el bienestar psicológico de las personas involucradas. Este problema es relevante tanto desde una perspectiva clínica como social, ya que el bienestar psicológico es un componente fundamental de la salud mental y del funcionamiento óptimo de los individuos en diferentes áreas de sus vidas. Para abordar este problema, es crucial analizar no solo las consecuencias emocionales inmediatas de la infidelidad, sino también cómo estas experiencias pueden influir en la percepción de uno mismo, en las relaciones interpersonales futuras y en la calidad de vida en general.

Así pues, mediante esta revisión documental en el campo de la psicología clínica, Rossi (2023) afirma que el objetivo principal es responder a una pregunta de investigación definida mediante un proceso metodológico riguroso y transparente, siendo un tipo de investigación en la que se recopilan, evalúan y sintetizan de manera exhaustiva las evidencias disponibles sobre un tema específico que en este caso se busca profundizar en la comprensión de los efectos psicológicos de la infidelidad. Dado lo expuesto anteriormente, resulta fundamental abordar la siguiente interrogante ¿Cuáles son las afectaciones en el bienestar psicológico de las personas que han experimentado infidelidad?

Para responder a esta pregunta, se llevará a cabo una búsqueda exhaustiva de la literatura existente en bases de datos como Scielo, Redalyc, e-book, y demás repositorios encontrados. La búsqueda de la información se hará en español y en inglés. Además, se realizará una evaluación crítica de la calidad de los estudios incluidos y se llevará a cabo una síntesis de los hallazgos para determinar la calidad del material bibliográfico encontrado y en última instancia, se espera contribuir al avance del conocimiento en este campo. Dentro de esta revisión bibliográfica se hará un desarrollo temático, una metodología, una discusión y por último las conclusiones

Desarrollo Teórico.

Ruptura del contrato: ¿Qué es la infidelidad?

La infidelidad se entiende como la ruptura de un contrato, acuerdo o pacto implícito o explícito, en el cual uno de los miembros de la pareja establece una relación con una tercera persona sin el consentimiento de la otra parte (Camacho, 2004). Esta transgresión puede manifestarse de diversas formas emocionales, sexuales o virtuales y varía según las normas de exclusividad que cada pareja establece. No obstante, el significado de infidelidad no es universal; la percepción sobre lo que constituye infidelidad está influida por factores socioculturales, religiosos y personales. Por ejemplo, en contextos más conservadores, incluso el deseo hacia otra persona puede considerarse traición (De la Rubia, 2020).

Desde una perspectiva construccionista, la infidelidad es subjetiva, ya que cada miembro de la pareja puede tener expectativas distintas sobre los límites relacionales (Moller y Vossler, 2014). En consecuencia, lo que para uno puede ser una grave infracción, para otro puede no representar una amenaza significativa, esta diversidad en la interpretación subraya la importancia de comprender los acuerdos individuales y su vulnerabilidad a ser quebrantados. A su vez, desde una mirada estructural, la infidelidad se concibe como un factor disruptivo en la dinámica familiar, pues puede desencadenar conflictos interpersonales, disolución del sistema conyugal y reconfiguración de los roles familiares (Díaz-Loving, 2000).

¿Qué se entiende por bienestar psicológico?

Más allá del acto en sí, lo que provoca afectación en el individuo es el impacto emocional y psicológico que conlleva la ruptura de confianza, lo cual guarda estrecha relación con el bienestar psicológico, según García e Ilabaca (2013), este bienestar se divide en dos componentes: subjetivo, relacionado con la presencia de emociones positivas y la ausencia de emociones negativas, y psicológico, que implica una vida plena, con sentido, crecimiento personal y autonomía, así, comprender el vínculo entre infidelidad y bienestar implica explorar cómo dicha ruptura incide tanto en el mundo emocional inmediato como en el desarrollo integral del individuo a largo plazo.

Las consecuencias de la infidelidad no se limitan a la tristeza o el enojo momentáneo, diversos estudios identifican síntomas persistentes como ansiedad, depresión, estrés, baja autoestima y pérdida del sentido de identidad, los cuales deterioran la percepción que la persona tiene sobre sí misma y sobre su capacidad para alcanzar una vida satisfactoria (Muñoz y Salazar, 2020; Shrout y Weigel, 2020). Estos síntomas, que anteriormente se presentaban como listados aislados, ahora se comprenden mejor si se integran al modelo de bienestar psicológico, cada uno representa un bloqueo del desarrollo personal y emocional, así como una amenaza al sentido de control, relaciones positivas y autoaceptación, que son componentes clave de dicho modelo (Ryff, 1989, en Pinzón y Mojica, 2020).

Mencionando el tipo de infidelidad emocional o sexual, parece influenciar la naturaleza y magnitud de la afectación psicológica; Shackelford et al. (2000) Explican que la infidelidad emocional suele provocar sentimientos de inseguridad, celos e insuficiencia, mientras que la sexual genera reacciones de hostilidad, ira o incluso pensamientos vengativos, con diferencias de género marcadas, estas emociones no son solo reacciones espontáneas; cuando son persistentes, erosionan el bienestar psicológico al limitar la capacidad de experimentar emociones positivas, mantener relaciones significativas y conservar un autoconcepto saludable.

La infidelidad no es solo una traición sexual o emocional: es una ruptura que compromete gravemente la estabilidad emocional, relacional, cognitiva y social del individuo, su impacto interfiere directamente con los principios fundamentales del bienestar psicológico, generando una experiencia de sufrimiento profundo que afecta la capacidad de la persona para reconstruirse, establecer nuevas relaciones y enfrentar adecuadamente los desafíos de la vida.

Afectaciones emocionales y psicológicas de la infidelidad

Los impactos de la infidelidad trascienden lo puramente físico o social, adentrándose profundamente en el ámbito emocional y psicológico de quienes se ven afectados por ella, la experiencia de la infidelidad puede desencadenar una gama de afectaciones emocionales intensas, donde se encuentra:

- Devastación, ira, confusión, pérdida de confianza.
- Ansiedad, depresión, disminución en los autoconceptos.
- Vergüenza, culpa, tristeza, resentimiento
- Sentimientos de desesperanza, desesperación.

- Ira extrema y emociones homicidas o suicidas (especialmente en infidelidades sexuales).

Además, el dolor socioemocional es comparado con el dolor físico intenso y el trauma de la traición puede asemejarse al trastorno de ansiedad por estrés postraumático, con diferencias de género indicando que las mujeres suelen sufrir mayores niveles de estrés barajas y cruz del Castillo (2017). Considerando lo mencionado anteriormente, los autores Shackelford et al., (2000) identificaron en su investigación “*Emotional reactions to infidelity*” que las emociones que experimentan las personas ante un acto de infidelidad van desde Hostil/Vengativo hasta sexualmente excitado, cubriendo un amplio espectro de reacciones, que tienen una diferencia evidente en cuanto al género y el tipo de infidelidad, considerando que la infidelidad puede presentarse como: sexual y emocional.

Por otro lado, en el aspecto físico, Rokach y Chan (2023) postula que pueden surgir problemas como:

- Trastornos del sueño.
- Cambios en el apetito.
- Pérdida de peso.
- Dolores abdominales o reacciones psicósomáticas.
- Disminución del deseo sexual.
- Infecciones de transmisión sexual.
- Embarazos no deseados.

Al sufrir estos síntomas físicos, se pueden derivar las afecciones ya mencionadas en el espectro emocional, la situación de infidelidad puede generar un gran desequilibrio emocional y afectar profundamente la estabilidad de las relaciones interpersonales Muñoz y Salazar, 2020.

Por otro lado, el impacto de haber pasado por una infidelidad puede traer consigo problemas ya que sacude los cimientos de sus relaciones en cada ámbito que maneja toda persona, como lo es el laboral, familiar, romántico, educativo, entre otros. Estos problemas se pueden catalogar como:

- Ruptura de la comunicación y la conexión emocional.
- Desconfianza persistente en relaciones futuras.
- Dificultad para reconstruir la intimidad.

- Separación o divorcio.
- Violencia intrafamiliar.
- Deterioro de la dinámica conyugal.
- Quiebra de roles familiares.
- Pérdida de la vanidad y de la confianza en uno mismo como pareja.

Shrout y Weigel (2020). Nos habla de cómo estas afectaciones irrumpen el equilibrio de unas buenas relaciones interpersonales, resultando, en una desmejora del bienestar psicológico, así como también lo menciona, Giraldo y Hernández (2013). Del mismo modo, según Arias (2020) plantea que la infidelidad puede experimentar síntomas cognitivos como lo son:

- Rumiación o revivir el suceso constantemente.
- Pensamientos intrusivos y constantes dudas.
- Revisión obsesiva de conversaciones y eventos pasados.
- Hipervigilancia ante señales de una nueva infidelidad.
- Negación como mecanismo de defensa inicial.
- Dificultad para concentrarse.
- Percepción distorsionada del autoconcepto.

Por su parte, Moya (2021) asegura que la infidelidad genera una experiencia disociativa y destructiva tanto para el individuo, la pareja y la familia, provocando una serie de sentimientos negativos, que incluyen celos, decepción, ansiedad y culpa. Estas consecuencias afectan negativamente el bienestar psicológico de la persona, especialmente a quien ha cumplido con el contrato de exclusividad.

Shrout y Weigel (2020). En este sentido, las personas que experimentan infidelidad pueden tener un daño significativo en el espectro social, asociado a conductas con efectos negativos, como lo son:

- Estigmatización o vergüenza social.
- Problemas de conducta en los hijos.
- Distorsión en la percepción de las relaciones de pareja por parte de los menores.
- Desintegración familiar.
- Cambios en la estructura del sistema familiar (alteración de subsistemas).
- Aumento del consumo de sustancias como forma de escape emocional.

Por otro lado, el impacto de haber pasado por una infidelidad puede traer consigo problemas en futuros encuentros románticos ya que sacude los cimientos mismos de la confianza y la intimidad, Jauregui (2022).

Como resultado de lo anterior, la percepción de uno mismo como persona se desploma, mientras la persona engañada se auto inflige castigos, se cuestiona, se critica, se ve como víctima, se menosprecia y se siente impotente y herida. La revelación de la infidelidad se convierte así en un evento profundamente traumático para quien la experimenta.

Las personas que han experimentado infidelidad pueden enfrentar una serie de impactos en diversos aspectos de su vida, como señalan Snyder et al (2008). A nivel emocional, pueden experimentar una gama de emociones que van desde la vergüenza y la ira hasta la tristeza y el miedo, lo que puede conducir a una baja autoestima y sentimientos de victimización. A nivel cognitivo, es común que surjan pensamientos intrusivos sobre el evento, incluyendo la revisión constante de conversaciones y situaciones pasadas. Estos pensamientos pueden interferir significativamente en la concentración y el funcionamiento diario.

En términos de comportamiento, aquellos que no se separan de su pareja pueden desarrollar una hipervigilancia para asegurarse de que la relación extramarital ha terminado.

Factores protectores que contribuyen al Bienestar Psicológico en personas que han experimentado infidelidad

La búsqueda de ayuda profesional

La terapia psicológica desempeña un papel crucial en la superación de la infidelidad y la restauración del bienestar en una relación de pareja. Santa Cecilia, T. (2022) afirma que de acuerdo con investigaciones recientes la terapia ofrece la oportunidad de explorar las percepciones individuales sobre la experiencia de la infidelidad y su impacto en el vínculo con la pareja. Al abordar posibles causas y facilitar una comunicación efectiva, especialmente en la terapia de pareja, se busca reconstruir el compromiso y gestionar las emociones de manera constructiva. La intervención profesional del psicólogo es esencial para guiar a la pareja a lo largo de este proceso, facilitando acciones concretas hacia la reparación y promoviendo el bienestar emocional mutuo.

Resignificación de la experiencia de infidelidad.

Cuando alguien que ha sufrido la traición de su pareja logra reinterpretar esta experiencia desde una perspectiva diferente, puede abrir la puerta hacia la sanación emocional y el crecimiento personal. Según Hernández y Mojica (2023) en su investigación con mujeres en el proceso de resignificación de la experiencia de infidelidad lograron encontrar que la resignificación implica cambiar el significado que se le atribuye a la experiencia de infidelidad. En lugar de percibir como un golpe devastador a la autoestima y la valía personal, la persona afectada puede comenzar a verla como una oportunidad para reflexionar sobre sus propias necesidades, límites y valores en una relación. Esta evaluación puede conducir a un mayor conocimiento de sí misma y a una mayor claridad sobre lo que realmente busca y merece en una pareja.

Además, la resignificación puede ayudar a transformar el dolor y la angustia emocional en una fuerza motriz para el cambio positivo. En lugar de quedarse atrapado en sentimientos de victimización y resentimiento, la persona afectada puede elegir utilizar la experiencia como un impulso para fortalecer su autoestima, desarrollar habilidades de afrontamiento y establecer límites saludables en futuras relaciones. La resignificación también puede fomentar la aceptación y el perdón, tanto hacia la pareja infiel como hacia uno mismo. Reconocer que la infidelidad no define completamente a la persona afectada y que es posible encontrar amor y satisfacción nuevamente puede ayudar a restaurar la esperanza y la confianza en el futuro (Toro y Salazar, 2018).

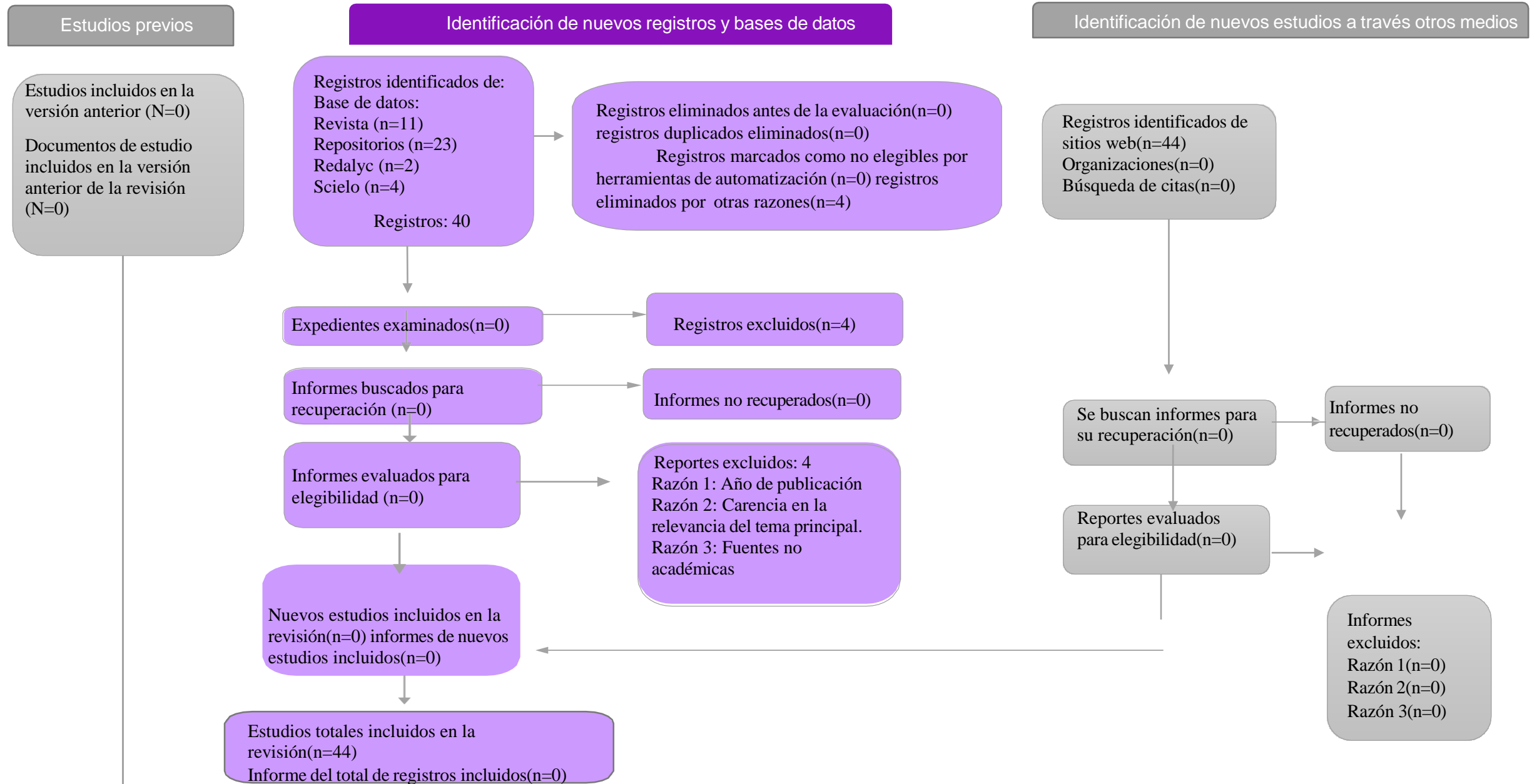
Metodología

La presente propuesta investigativa corresponde a una revisión sistemática de la literatura correspondiente al enfoque investigativo cualitativo. Cauas, D. (2015). Se emplearon 44 referencias bibliográficas compuestas de la siguiente manera: 19 proyectos de investigación, 21 artículos de investigación, y 4 monografías. La manera de obtener la información necesaria se realizó mediante la búsqueda digital utilizando palabras clave como "Bienestar psicológico", "Infidelidad", "Tipos de infidelidad", "Afecciones e infidelidad", "Efectos psicológicos de la infidelidad", "Comportamientos relacionados con la infidelidad", "Causas de la infidelidad", "Terapia para la infidelidad", "Género e infidelidad", así como se establece en la *tabla 3 (anexo)*.

Para la recopilación de esta información, se emplearon fuentes como Google Académico, Scielo, Redalyc, e-book, y repositorios institucionales como Uniandes, universidad del norte, continental, konrad lorenz entre otras, además de revistas como Ciencia Latina, liminales, Colombiana y Revista de Psicología GEPU, a su vez, se realizaron búsquedas web utilizando las palabras clave mencionadas previamente. Posteriormente, se seleccionó una variedad de referencias bibliográficas y se realizó un análisis del contenido, enfocándose en la información más relevante para la monografía en cuestión. Además, se consideró la interrelación de estos conceptos, especialmente cómo el bienestar psicológico se ve afectado en un contexto de infidelidad. Se examinaron las alteraciones físicas y psicológicas evidentes o referenciadas, así como los factores de riesgo y protección presentes en tales escenarios.

Dentro de la revisión sistemática realizada se establecieron criterios específicos de inclusión y exclusión para asegurar la relevancia y la calidad de los estudios seleccionados. Se incluyeron estudios cualitativos y cuantitativos donde debían medir el bienestar psicológico utilizando instrumentos validados y los análisis cualitativos detallados, estar publicados en español e inglés siendo accesibles al texto completo, Además, en los antecedentes se consideraron estudios de los años 2022 a 2025 para asegurar la actualidad de los datos. Se excluyeron resúmenes, artículos de opinión, estudios que no reportaran datos del bienestar psicológicos en el contexto de la infidelidad, estudios publicados para los antecedentes hace más de 3 años y aquellos de los cuales no se pudiera obtener el texto completo ya que impide una evaluación detallada.

Tabla 2
Elaboración de la matriz prisma de revisiones sistemáticas.



Discusión

Como resultado de la revisión sistemática y dando respuesta al objetivo analizar el bienestar psicológico de las personas que han experimentado infidelidad en sus relaciones, podemos resaltar el punto de referencia en el que cada uno de los autores propuesto converge en la definición de infidelidad, con relación a los hallazgos, las investigaciones refuerzan que la infidelidad suele estar asociada a una disminución del bienestar emocional, en particular con un aumento en los niveles de ansiedad, depresión y estrés como lo indica Barajas y cruz del Castillo (2017), Shrout y Weigel (2020), Arias (2020).

Muñoz y Salazar (2020) la infidelidad actúa como un deterioro significativo en la salud mental de quienes lo sufren, implicando a los diferentes sistemas de cada persona, mencionando al familiar, social, laboral, educativo y el que más resalta este escenario, la relación de pareja, por lo tanto, un caso de infidelidad, puede afectar todas las dimensiones de una persona, esto hace alegoría, al hecho de que el bienestar psicológico, se manifiesta en todos los sistemas a los que se ve expuesto una persona consciente.

No obstante, las respuestas emocionales dependen de diversos factores como la historia de la relación, el apoyo social y las estrategias de afrontamiento individuales Rokach y Chan (2023) y Jauregui (2022). De igual forma, la autoestima, la percepción de seguridad, la confianza en los demás se ve socavada, por lo tanto, el impacto que genere la infidelidad, va a ser determinada su intensidad y magnitud, en factores como los ya mencionados, esto resalta su importancia, ya que, una relación de 1 mes donde se sufra una infidelidad, no tendrá el mismo impacto, a una relación de 1 año, así mismo, una red de apoyo sólida, no va a representar el mismo aumento del bienestar psicológico en la persona, a una persona sin una red de apoyo estable, de igual forma, con las estrategias de afrontamiento

Las consecuencias psicológicas de la infidelidad que resaltan los autores Salazar et al. (2021), Moya (2021) y Giraldo y Hernández (2013) señalan que las víctimas suelen experimentar una disminución significativa en sus autoesquemas y valor personal, lo que incrementa el riesgo de trastornos psicológicos a largo plazo, en este sentido, según (Muñoz y Salazar, 2020) y Segura et al. (2020) aseguran que generalmente cuando una persona es engañada, sufre un bloqueo emocional causado por una mezcla de sentimientos como tristeza, resentimiento y culpa. Además, afecta la

autoestima y se experimentan emociones similares al duelo, como shock, flashbacks, hipervigilancia, incredulidad y celos, por lo tanto, genera desequilibrio emocional que afecta la estabilidad de las relaciones interpersonales.

Sumado a lo anterior, la infidelidad puede causar desconfianza en el otro lo que conlleva en la capacidad de la pareja de ser leal, afectando no solo la relación actual, sino también la disposición para futuras parejas conllevando así a una dificultad para establecer relaciones debido a que experimentan flashbacks de la traición, hipervigilancia y dificultad para reanudar la normalidad en sus vidas.

Por otro lado, de acuerdo con Rokach y Chan (2023) se presenta alteración en la salud física de las personas como en los patrones del sueño (insomnio, pesadillas), alimentación (fluctuaciones en el peso debido a cambios en el apetito), y reacciones psicósomáticas, provocando insomnio, pesadillas, fluctuaciones en el peso debido a cambios en el apetito, dolor de estómago, de cabeza, eczema, sudoración y palpitaciones en el pecho.

Se infiere que una persona que haya experimentado un evento de infidelidad manifiesta alguna alteración en su conducta, emocional, física y pensamientos distorsionados, existe un alto riesgo de que esta experiencia pueda detonar algún trastorno psicológico, incrementado aún más la posibilidad de que sea a largo plazo si la persona no cuenta con factores protectores.

Los hallazgos de este análisis contribuyen a un mayor entendimiento de las profundas afectaciones emocionales y psicológicas que la infidelidad puede generar, por lo que los resultados, tienen implicaciones significativas para el campo de la salud mental. En términos de intervenciones psicológicas, los resultados sugieren que los terapeutas que trabajan con personas afectadas por la infidelidad deberían focalizar sus esfuerzos no solo en el manejo del dolor emocional, sino también en la identificación y fortalecimiento de factores protectores como el apoyo social y la autoeficacia emocional, esto puede facilitar una recuperación más eficaz, ayudando a las personas a redefinir su identidad tras la ruptura de confianza.

Conclusión.

De los 44 estudios revisados, la mayor parte se centra en un 73 % el cual evidencia un aumento significativo de la ansiedad, el 65% expuso síntomas depresivos y el 40 % encontró alteraciones en el sueño, la infidelidad genera una ruptura emocional profunda que afecta tanto la salud mental como física, quienes la sufren pueden experimentar ansiedad, estrés, depresión, vergüenza e ira, síntomas que incluso pueden manifestarse físicamente a través del debilitamiento del sistema inmunológico o dolores relacionados con el estrés.

También puede llevar a conductas de riesgo como el consumo de drogas, alcohol, apuestas o incluso situaciones violentas, en un intento de evitar pensamientos dolorosos, estas conductas solo agravan los efectos psicológicos y físicos.

Como una forma de manejar el dolor emocional, provocado por la falta de bienestar psicológico, puede surgir la necesidad de buscar consuelo en múltiples relaciones o en vínculos breves, lo que complica la posibilidad de establecer relaciones estables y duraderas.

Cuando hay hijos, la infidelidad puede causar traumas, depresión o conflictos de lealtad, donde los niños apoyan solo a uno de los padres, generando resentimiento, esto también puede afectar a otros familiares, amigos o personas cercanas, provocando un ambiente social tenso para todos los implicados.

La infidelidad produce impactos significativos a nivel emocional, cognitivo y fisiológico afectando el bienestar psicológico de quienes la experimentan, la intensidad de este malestar se ve influenciada por variables como el tipo de infidelidad y la magnitud de las redes de apoyo, en este sentido, el estudio aporta a la construcción de un marco teórico que orienta tanto la intervención clínica mediante el enfoque en la regulación emocional y el fortalecimiento de redes de apoyo como futuras investigaciones, resulta pertinente desarrollar estudios cuantitativos que permitan medir la duración de estos efectos en diferentes grupos y contextos socioculturales, asimismo, se propone explorar la eficacia de intervenciones terapéuticas específicas, como la terapia cognitivo-conductual o el mindfulness, con el fin de facilitar la recuperación emocional tras una traición, este enfoque permitirá avanzar en la elaboración de protocolos de atención más ajustados y eficaces para quienes enfrentan este tipo de experiencia.

Referencias

Aguilar Diaz, W. M., & Julca Vargas, V. G. (2023). Relación entre nivel de ansiedad y nivel de infidelidad en usuarios de un centro de salud de Arequipa 2022.

https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13352/1/IV_FHU_501_TE_Aguilar_Julca_2023.pdf}.
guilar_Julca_2023.pdf}.

Alfonso Roa, L. K., & Hernández Bejarano, J. S. (2020). Significados del amor e historias de infidelidad en parejas que inician un proceso de psicoterapia. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 16(1), 79-91.

Arias (2020) Actitudes y reacciones afectivas ante la infidelidad. Universidad de la Costa [Título de psicólogo]

Barajas y Cruz del Castillo (2017) Ruptura de la pareja en jóvenes: factores relacionados con su impacto. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(3)

Britos, M., Estigarribia, M., Ferreira, J. y Valenzuela, J (2022) Relación entre consecuencias positivas y negativas de la infidelidad, y su asociación con los datos sociodemográficos en personas que residen en Paraguay. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3803

Cauas, D. (2015). Definición de las variables, enfoque y tipo de investigación. Bogotá: biblioteca electrónica de la universidad Nacional de Colombia, 2, 1-11.

Cardenas, J. (2022) Relación entre el Bienestar Subjetivo, el Bienestar Psicológico y el Bienestar Social de Mujeres Cabeza de Familia [Tesis de magister] Universidad del Norte

Camacho J. (2004). *Fidelidad e Infidelidad en las Relaciones de Pareja*. Argentina: Durken.

Cendales Sánchez, Á. P. (2023). Ansiedad, depresión y satisfacción sexual en mujeres que han pasado por una infidelidad (Doctoral dissertation, Bogotá DC: Fundación Universitaria Konrad Lorenz, 2023).

De la Rubia, J. M. (2020). Diferencias entre sexos en un modelo predictivo de conducta de infidelidad sexual en personas casadas mexicanas. *Papeles de Población*, 26(104), 177-211.

Díaz-Loving, R. (2000). *Primer Foro de Pareja y Familia*. Facultad de Estudios Superiores de Zaragoza. UNAM. México

Estrada, S., Pérez, G. y Catzín, E. (2022). Relación entre la inteligencia sexual, infidelidad, bienestar psicológico e impulsividad sexual en una muestra de Campeche, México. *Revista Liminales. Escritos sobre Psicología y Sociedad*, 11(21), 111-128.

<https://doi.org/10.54255/lim.vol11.num21.619>

García, F. E., & Ilabaca Martínez, D. (2013). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de*

- Psicología UCBSB, 11(2), 42-60.
- Giraldo y Hernandez (2013) Emociones asociadas al descubrimiento de la infidelidad: de la felicidad a la infelicidad. *Revista de la Facultad de Trabajo Social*, 29(29)
- Gómez Simbaña, K. M. (2021). Estilos de apego y bienestar psicológico en parejas adolescentes (Bachelor's thesis, Quito: Universidad Tecnológica Indoamérica).
- Gómez, D. (2022) Percepciones sobre la Infidelidad en Línea en Adultos Jóvenes [Tesis de pregrado] <https://repositorio.uniandes.edu.co/server/api/core/bitstreams/be0827a9-eb76-4704-9b4d-83c154d4f25d/content>
- Hernández, L. y Mojica Ruiz, M. (2023) Reconstrucción de la Identidad y Resignificación de la Experiencia de infidelidad por Parte de sus Parejas en Mujeres de la Ciudad de Valledupar Cesar [Titulo de psicólogo] UDES <https://doi.org/10.54255/lim.vol11.num21.619>
- Jauregui, Inmaculada. (2022). Duelo en la Infidelidad. Researchgate https://www.researchgate.net/publication/360467155_DUELO_En_la_INFIDELIDAD
- Laverde, G., & Egas, A. (2024). La infidelidad en parejas heterosexuales en el Ecuador, violencia normalizada contra la mujer: Estudio de la última década. *Derecho Y Sociedad UTE*, 1(1), 55–76. <https://revistas.ute.edu.ec/index.php/derecho-y-sociedad/article/view/1328>
- Martín, V. (2016). Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo. universidad de la laguna, facultad de ciencias políticas, sociales y de la Comunicación Grado en Trabajo Social. Recuperado de: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3815/BIENESTAR%20SUBJETIVO%2C%20BIENESTAR%20PSICOLOGICO%20Y%20SIGNIFICACION%20VITAL%20EN%20PERSONAS%20EN%20SITUACION%20DE%20DESEMPLEO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martínez, Álvarez.(2023) La Infidelidad. [psicociencias.org](https://www.psicociencias.org). https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Eva_Alvarez_Martinez_La_inifidelidad..pdf.pdf
- Moller, N., y Vossler, A. (2014). Defining infidelity in research and couple counseling: A qualitative study. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 41(5), 487–497. doi: 10.1080/0092623X.2014.931314
- Moreno Moreno, K. Y., & Forero Ojeda, M. N. (2022). La infidelidad y sus Afectaciones en lo

Comportamental. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/0598e56f-39e9-484b-9860-d45c33ba3343/content#:~:text=La%20infidelidad%20es%20el%20incumplimiento,hacer%20part%C3%ADcipe%20a%20su%20pareja.>

Moya (2021) Infidelidad, Causante de Conflictos de Pareja: Una Mirada desde el Enfoque Sistémico. Areandina

<https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/5932/Proyecto.pdf?sequence=1>

Muñoz Santrich, D., & Salazar Franco, N. (2020). Terapia en infidelidad: puente de tránsito de la devastación al florecimiento.

Ornella L & Saavedra M(2022).La infidelidad. Santa Cruz Bolivia

https://docdownloader.com/waiting/monografia-1301-pdf?queue_id=65ea4529a069884a438b47d8

Perdomo García, M. (2022). El perdón y el bienestar psicológico en adultos jóvenes colombianos. <http://hdl.handle.net/1992/63725>

Pinzón Sierra, C. L., & Mojica Villamizar, J. M. (2020). Bienestar psicológico y satisfacción marital en las relaciones de pareja.

Rokach y Chan (2023) Love and Infidelity: Causes and Consequences doi: 10.3390/ijerph20053904

Rossi (2023) Introducción a las revisiones sistemáticas. Acta Gastroenterol Latinoam <https://doi.org/10.52787/agl.v53i1.291>

Salazar-Franco, N., Muñoz-Santrich, D., & Builes-Correa, M. V. (2021). Infidelidad: pasar del abismo a la grieta luego del acompañamiento terapéutico. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 13(2), 59-77.

Santa Cecilia, T. (2022) Estas son las tareas y estrategias usadas en terapia de pareja para superar casos de infidelidad.

Segura, A., Rojas, E., & Reyes, L. (2020). Percepción de la infidelidad, por parte de personas infieles. *Revista de Psicología GEP*, 11 (1), 88-112.

Shackelford, T. K., LeBlanc, G. J., & Drass, E. (2000). Emotional reactions to infidelity. *Cognition & Emotion*, 14(5), 643-659.

Shrout, M. R., & Weigel, D. J. (2020). Coping with infidelity: The moderating role of self-esteem. *Personality and individual differences*, 154, 109631.

Silva Rodríguez, D. A. (2020). Relación entre la percepción de bienestar psicológico y la vivencia del poliamor.

Stavrova, O., Pronk, T., & Denissen, J. (2023). Estranged and unhappy? Examining the dynamics of personal and relationship well-being surrounding infidelity. *Psychological Science*, 34(2), 143-169.

Tamara Zamora, M. S. (2021). Caso psicológico: abordaje sistémico estructural en conflicto de pareja por infidelidad.

Tarqui, C. (2023). Causas y Consecuencias de la Infidelidad.[Tesis de pregrado]. Universidad Católica de Cuenca <https://dspace.ucacue.edu.ec/server/api/core/bitstreams/b49d5020-b85c-48d2-86eb-f15771a73e97/content>

Toro Pulgarín, A. A., & Salazar Martínez, Z. M. (2018). Amor, relación de pareja e infidelidad: interpretación de significados desde la psicología humanista, en los casos de cuatro jóvenes adultos (Doctoral dissertation, Universidad Santo Tomás).

Anexo.

Matriz de datos.

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1_InG1bmFBxOjVofWKez4Nn213Htz6c458-GZnzvyCCI/edit?usp=drivesdk.

UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR								
SISTEMATIZACION DE VARIABLES - DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA								
TEMA ASIGNADO: Bienestar Psicológico de las personas que han Experimentado Infidelidad								
INTEGRANTES DEL GRUPO: Mayelis Tapia y Jose Echavez								
#	Fecha de publicación	Referencia APA	Tipo de Document	Objetivo	Metodología	Hallazgos y Conclusiones Importantes	Link de Referencia	
1	2020	Alfonso Roa, L. K., & Hernández Bejarano, J. S. (2020). Significados del amor e historias de infidelidad en parejas que inician un proceso de psicoterapia. <i>Diversitas: perspectivas en psicología</i> , 16(1), 79-91.	Artículo	comprender los significados del amor en parejas que han tenido engaños y desilusiones amorosas asociadas a infidelidades,	cuantitativo	Los principales hallazgos reconocen relatos matizados de los conyugues, por imágenes idealizadas de la pareja generando sentimientos de culpabilidad, historias asociadas al silencio y sometimiento como forma de solucionar los conflictos, la deconstrucción de historias de infidelidad para reconstruir la trama narrativa.	http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S99982020000100007&script=sci_abstract	
2	2022	Aguilar Diaz, W. M., & Julca Vargas, V. G. (2023). <i>Relación entre nivel de ansiedad y nivel de infidelidad en usuarios de un centro de salud de Arequipa 2022.</i> https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13352/1/IV_FHU_501_TE_Aguilar_Jul	Tesis	verificar el nivel de ansiedad e infidelidad, que manejan los usuarios del centro de Arequipa, aso vez, determinar la relacion entre esats variables.	Cuantitativo	En síntesis del proyecto, tanto la ansiedad como la infidelidad son significativas dentro del grupo estudiado, aunque se encontró una correlación mínima entre ambas. Estos descubrimientos contribuyen a una comprensión más profunda de las emociones y dinámicas de relación en este conjunto de individuos, ofreciendo posibles vías para desarrollar estrategias de apoyo.	https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13352/1/IV_FHU_501_TE_Aguilar_Jul	
3	2017	Barajas Márquez, M. W., & Cruz del Castillo, C. (2017). Ruptura de la pareja en jóvenes: factores relacionados con su impacto. <i>Enseñanza e Investigación en Psicología</i> , 22(3), 342-352.	Artículo	Afirmar que el conocimiento más profundo del problema permitirá diseñar intervenciones preventivas y terapéuticas para jóvenes y otros grupos vulnerables.	Cualitativo	La propuesta de dicho modelo obedece a la importancia que tiene la relación de pareja para los jóvenes y, en general, para el ser humano, así como la necesidad de contar con evidencia empírica actualizada y	https://www.redalyc.org/pdf/292/2925577	
4	2022	Britos, M., Estigarribia, M., Ferreira, J. y Valenzuela, J. (2022) <i>Relación entre consecuencias positivas y negativas de la infidelidad, y su asociación con los datos sociodemográficos en personas que residen en Paraguay. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar.</i>	Artículo	establecer la relación entre las consecuencias positivas y negativas de la infidelidad, y su asociación con los datos sociodemográficos, en personas que residen en Paraguay.	Cuantitativo	Se concluye que tanto las mujeres como hombres participantes de este estudio concuerdan en su percepción respecto a aquellas consecuencias que acarrea la infidelidad, pues perciben de manera similar las consecuencias respecto a la conducta infiel, por lo cual es importante conocer aquellas diferencias individuales, patrones culturales y de crianzas, historias de vida así como sistemas de creencias previamente establecidos al momento de realizar un contrato de relación de parejas, pues las consecuencias	https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3803	
5	2004	Camacho J. (2004). <i>Fidelidad e Infidelidad en las Relaciones de Pareja. Argentina: Durken.</i>	libro	analiza el caso de una pareja donde uno de los miembros entendió que las reglas habían cambiado después de dejar de convivir, mientras que el otro pensó que seguían siendo las mismas, lo que llevó a problemas.		El libro habla sobre la infidelidad en las relaciones de pareja. Define la infidelidad como la ruptura del contrato implícito o explícito de exclusividad sexual y afectiva entre los miembros de una pareja. Explica que lo que se considera una infidelidad puede variar entre personas.	https://www.fundacionforo.com/pdfs/arch	
6	2022	Cardenas, J. (2022) <i>Relación entre el Bienestar Subjetivo, el Bienestar Psicológico y el Bienestar</i>		Establecer la relación entre Bienestar Subjetivo, Bienestar Psicológico y Bienestar		tener adecuados niveles de bienestar psicológico les permite a los sujetos tener las habilidades para hacer frente a las situaciones difíciles, para		

Tabla 3***Informes Transparentes de Revisiones Sistemáticas y Meta-Análisis*****Informes Transparentes de Revisiones Sistemáticas y Meta-Análisis**

Autores, año y país	Muestra	Método de análisis de datos	Factor asociado	Sentido de la asociación
<ul style="list-style-type: none"> • Alfonso Roa, Liseth Karina, Hernández Bejarano, Jovan Sneidder. • 2020. • Colombia. 	4 personas	<p>cualitativo, desde una postura sistémica compleja, Construccionalista-constructivista de corte hermenéutico, experiencial, contextual y reflexivo.</p>	<p>Infidelidad, perspectiva de género, parejas.</p>	<p>La investigación/intervención realizada, muestra como en diferentes escenarios de infidelidad, el concepto de amor puede variar, cambiando el pensamiento, sobre la infidelidad.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Wendy Marel Aguilar Diaz, Vanessa Geraldine Julca Vargas. • 2023. • Perú. 	200 personas con edades de 18-71	<p>Enfoque cuantitativo con un diseño correlacional no experimental</p>	<p>Infidelidad emocional, infidelidad sexual ansiedad, salud mental.</p>	<p>Los resultados de la aplicación de los instrumentos, arrojaron datos de como la ansiedad en las personas, puede ser una variable a tener en cuenta, al momento de la infidelidad.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Barajas Márquez, Miriam W, Cruz del Castillo, Cinthia. • 2017. • México. 	<p>Búsqueda bibliográfica usando las palabras claves de: “Ruptura” “Pareja” “Jóvenes” “Evento estresante” “Consecuencias emocionales”</p>	<p>Revisión bibliográfica</p>	<p>Consecuencias emocionales, parejas, factores de estrés, factores relaciones con la ruptura amorosa, efectos de la ruptura.</p>	<p>El artículo detalla como las rupturas amorosas, pueden traer diferentes efectos físicos y psicológicos en las personas, además de cómo se desenvuelve las diferentes formas de apego, en el desarrollo de una relación.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Mónica 	639 personas	<p>El diseño es no</p>	<p>Consecuencias</p>	<p>La investigación presenta</p>

<p>Britos Esquivel, Rocío Elizabeth Estigarribia, Jessica, Rocío Ferreira Moreira, José Antonio Valenzuela Almada.</p>	<p>experimental, descriptivo correlacional, de corte transversal.</p>	<p>de la infidelidad, infidelidad, relaciones de pareja,</p>	<p>resultado de como el factor de la edad, implica en cómo se toman las consecuencias positivas y negativas, luego de una infidelidad, además de los efectos psicológicos, que una infidelidad conlleva.</p>
--	---	--	--

- 2022.
- Paraguay.

<ul style="list-style-type: none"> • JAIVE R CARDENAS. • 2022. • Colombia. 	<p>60 mujeres</p>	<p>corte cuantitativo, utilizó un diseño no experimental correlacional</p>	<p>Bienestar psicológico, bienestar social.</p>	<p>El estudio demuestra resultados de como a pesar de las circunstancias adversas, las mujeres logran conseguir su propio bienestar, iniciando por el bienestar subjetivo, hasta lograr el psicológico.</p>
---	-------------------	--	---	---

- ANGELA
PATRICIA
CENDALES
SÁNCHEZ
- 2023.
- Colombia.

<ul style="list-style-type: none"> • José Moral de la Rubia. • 2020. • México. 	<p>422 mujeres y 368 hombres.</p>	<p>Este estudio empírico tuvo un diseño ex post facto de corte transversal.</p>	<p>Infidelidad, deseos de infidelidad, conducta infiel.</p>	<p>El estudio nos muestra como la diferente variable que impulsan los deseos de infidelidad y la búsqueda de sensaciones</p>
---	---------------------------------------	---	---	--

e insatisfacción sexual.

<ul style="list-style-type: none">• Sinuhé Estrada, Carmona, Gabriela Pérez-Aranda, Eric Catzín López.<ul style="list-style-type: none">• 2022.• México.	1212 personas divididas entre hombres y mujeres.	Diseño no experimental y alcance correlacional.	Infidelidad. Bienestar psicológico.	A conclusión, las personas que presentan menor tiempo en una relación, donde hubo infidelidad, presentan un bienestar psicológico mayor, lo que lleva a una mayor inteligencia sexual en la relación.
---	--	---	-------------------------------------	---

<ul style="list-style-type: none"> • Danna Gisell Fajardo, Camila Andrea Galván. • 2021. • Colombia. 	4 mujeres víctimas del conflicto armado, desplazadas y que han sufrido infidelidad	Cualitativo y transversal.	Infidelidad, causas de infidelidad, tipos de infidelidad, depresión, conducta.	La infidelidad es determinante para una predisposición depresión o depresión mayor, además de los sentimientos y pensamientos negativos, que llevan a una relación al fracaso.
<ul style="list-style-type: none"> • Felipe E. García, Daniela Ilabaca Martínez. • 2013. • Chile. 	227 personas, hombres y mujeres, entre 18 y 35 años.	Correlacional y transversal.	Ruptura de parejas, bienestar psicológico,	Los resultados muestran la relación entre las estrategias de afrontamiento y como ayudan en el bienestar psicológico en la ruptura de pareja.
<ul style="list-style-type: none"> • Gordon Morales, Jacqueline Alejandra Gómez Simbaña, Katherine Mishelle. • 2021. • Ecuador. 	79 adolescentes, hombres y mujeres, entre 12 a 19 años	Estudio correlacional.	Relación de parejas, apego, bienestar psicológico.	Se detectó un nivel promedio entre la correlación de los estilos de apego, y el bienestar psicológico en los adolescentes, siendo el apego seguro el más evidenciado
<ul style="list-style-type: none"> • Daniela Alejandra Gómez Cadena. • 2022. • Colombia. 	67 hombres y mujeres adultos entre 18 y 24 años	Estudio exploratorio	Infidelidad en línea, medios para la infidelidad.	En el estudio se encontró lo extenso del concepto sobre la infidelidad en línea, dando resultados mayores hacia las mujeres en los factores de infidelidad.
<ul style="list-style-type: none"> • Cristina María Giraldo Hurtado y Miguel Hernando Garcés C. • 2013. • Colombia. 	6 personas que han vivido infidelidad.	Artículo cualitativo.	Infidelidad, relaciones, emociones.	El artículo muestra las diferentes perspectivas en quien es infiel y la persona que sufre la infidelidad, incluido al concepto de amor e infidelidad.
<ul style="list-style-type: none"> • Obregón Hernández, Ligny Sofía Ruiz Mojica, Marina • 2023. • Colombia. 	10 mujeres.	enfoque cualitativo de diseño narrativo y biográfico,	Infidelidad, mujeres, autoestima.	La investigación concluye como las mujeres al sufrir infidelidad, pueden verse estancadas, desarrollando problemas de imagen y autoestima.

<ul style="list-style-type: none"> • Inmaculada Jauregui Balenciaga. • 2023. 				Duelo, síntomas del duelo, infidelidad.	En el artículo se observa como el duelo no precisamente se da por la ruptura de la pareja, si no, por las pérdidas y cambios que conlleva la separación.
<ul style="list-style-type: none"> • López Arias, Andrea. • 2020. • Colombia. 	344 participantes entre hombres y mujeres.	Diseño no experimental de tipo ex post facto		Infidelidad, comportamientos emocionales, infidelidad por tecnología.	Los resultados de la investigación, afirman el hecho, que el uso de medios tecnológicos, es aceptado como infidelidad, tanto para hombres como mujeres.
<ul style="list-style-type: none"> • Gabriela LAVERDE C, Ana EGAS N. • 2023. • Ecuador. 	Mujeres que han sufrido infidelidad.	Cualitativo, inductivo, deductivo.		Infidelidad, violencia, mujeres.	Del estudio se abarca, que la infidelidad está directamente relacionada con la violencia, así como los tipos de violencia e infidelidad.
<ul style="list-style-type: none"> • Verónica Xiomara Martín Cabrera. • 2016. • España. 	150 personas entre hombres y mujeres.	Cuantitativo no experimental.		Bienestar psicológico y subjetivo	En los datos se evidencia, que personas pueden tener un bienestar psicológico sano, pero un bienestar subjetivo con niveles bajos.
<ul style="list-style-type: none"> • Lozano Eva Álvarez Martínez. • España. • 2023. 	2 personas, hombre y mujer.	Artículo cualitativo		Infidelidad, parejas, amor, relaciones.	La infidelidad, al ser la causa más frecuente en separaciones, puede ser causal de consultas y síntomas clínicos en las personas, luego de ser víctimas de estos eventos.
<ul style="list-style-type: none"> • Sara Lucía Maya Bolaños, María Camila Pedraza Garzón, Valentina Ricardo Osario. • 2023. • Colombia. 	6 jueces expertos en infidelidad.	Estudios empíricos, con metodología cuantitativa de tipo instrumental.		Infidelidad.	Se define como se abarca la infidelidad en cada uno de los sistemas de cada persona, desde el personal, hasta los escenarios más sociables.
<ul style="list-style-type: none"> • Kelly Yurani Moreno Moreno, Maida Natali Forero Ojeda. • 2022. 	26 personas entre hombres y mujeres en edades de 20 a 26 años.	Revisión sistemática.		Parejas amorosas, tipos de parejas, monogamia, infidelidad.	El concepto de infidelidad, se ha visibilizado mucho más con los años, aun así, sigue sin ser aceptada por

<ul style="list-style-type: none"> Colombia. 					las personas, además de ser muy evidentes las afecciones físicas y mentales que produce la infidelidad.
<ul style="list-style-type: none"> Mallqui Cerda, Medrano Barboza. 2023. Perú. 	184 usuarios de salud.	Estudio de tipo básica, corte transversal, nivel correlacional y diseño no experimental.	Infidelidad, parejas.		Se encontró una alta relación entre la insatisfacción sexual y la predisposición a la infidelidad.
<ul style="list-style-type: none"> Naomi Moller, Andreas Vossler. 2014. Estados Unidos. 	7 consejeros de parejas.	Análisis temático.	Infidelidad, parejas.		En terapia de parejas, se conocen muchos conceptos sobre la interpretación de la infidelidad, desde el punto de vista, teórico, empírico y terapéutico.
<ul style="list-style-type: none"> Dignerys Moya. 2021. Colombia. 	Más de 25 artículos revisados	Enfoque cualitativo con un tipo de investigación bibliográfica,	Infidelidad, conflictos de pareja.		Con la revisión bibliográfica, se indica como hay diferentes factores en la incidencia de la infidelidad.
<ul style="list-style-type: none"> Diana Muñoz Santrich, Natalia Salazar Franco. 2020. Colombia. 	Parejas que han vivido infidelidad y han asistido a terapia.	Estudio cualitativo con enfoque fenomenológico hermenéutico.	Infidelidad.		El estudio revela que las personas infieles, suelen minimizar el suceso de la infidelidad, así, la terapia ayuda a la recuperación tras un evento de infidelidad.
<ul style="list-style-type: none"> Ana M. Beltrán Morillas, Laura Villanueva Moya, M. Dolores Sánchez Hernández, María Alonso Ferres, Marta Garrido Macías, Francisca Expósito. 2023. España. 	301 adolescentes, 190 hombres y 111 mujeres.	Estudio experimental.	Infidelidad, adolescentes, afecto negativo, bienestar.		El estudio concluye que la infidelidad motivada por insatisfacción sexual afecta negativamente el bienestar psicológico de los adolescentes al aumentar el afecto negativo y la hostilidad, lo que tiene implicaciones importantes para su desarrollo psicosocial y psicosexual.

<ul style="list-style-type: none"> • ANIBAL URIEL PEÑA PEÑA. • 2022. • México. 	172 mujeres y 44 hombres, entre 18 y 30 años.	Investigación cuantitativa descriptiva.	Infidelidad, relaciones personales.	La investigación aporta que las personas que no son infieles, son menos celosas, manejan de mejor forma los conflictos de pareja y tienen una comunicación más asertiva.
<ul style="list-style-type: none"> • Mariana Perdomo García. • 2022. • Colombia. 	5 mujeres 4 hombres	Investigación cualitativa fenomenológica.	Bienestar psicológico	El bienestar psicológico en una persona, tiene relación al perdón a los demás y a sí mismo, concepto unido a las relaciones de pareja y las dificultades que pueden sufrir.
<ul style="list-style-type: none"> • Cristina Loraine Pinzón Sierra, José Manuel Mojica Villamizar, • 2020. • Colombia. 	9 referencias	Revisión bibliográfica	Relaciones de pareja, bienestar psicológico, parejas.	La revisión concluye como los diferentes factores, ayudan a un buen bienestar psicológico y a una relación de pareja estable.
<ul style="list-style-type: none"> • Ami Rokach, Sybil H. Chan. • 2023. • Estados Unidos. 	Búsqueda bibliográfica usando las palabras claves de: “infidelidad emocional”, “infidelidad sexual”, “trauma relacional”, “relaciones extradiádicas”, “conductas extradiádicas”, “trauma basado en la infidelidad”, “aventuras extramatrimoniales” y “traición romántica”.	Revisión bibliográfica.	Amor, infidelidad, apegos, trauma, relaciones.	Las consecuencias de la infidelidad, se establecen como daños graves físicos y mentales que pueden comprometer la relación de pareja y efectos derivados.

<ul style="list-style-type: none"> • Gregory J. LeBlanc, Elizabeth Drass. • 2000. • Estados Unidos. 	703 participantes.	Cuantitativo transversal.	Infidelidad sexual, emocional, relación de pareja.	Se concluye que las reacciones ante una infidelidad, varían dependiendo el género de la persona afectada, llegando a desarrollar incluso, actitudes suicidas.
<ul style="list-style-type: none"> • Natalia Salazar Franco, Diana Muñoz Santrich, María Victoria Builes Correa. • 2021. • Colombia. 	6 personas	Investigación cualitativa, fenomenológica hermenéutica	Infidelidad, terapia de pareja, concepto de infidelidad, ética infiel.	La terapia de parejas ayuda con los significados sobre la infidelidad, ayudando a las parejas a optar por una postura más crítica sobre sus actos.
<ul style="list-style-type: none"> • Andres Segura, Erika Rojas, Lorena Reyes. • 2020. • Colombia. 	2 personas, hombre y mujer	Estudio cualitativo de diseño fenomenológico	Infidelidad, percepción de infidelidad, relación de pareja.	Es estudio muestra como la infidelidad genera mayor placer sexual, además de una actitud indiferente hacia la pareja principal.
<ul style="list-style-type: none"> • Sra. Rosie Shrout, Daniel J. Weigel. • 2020. • Estados Unidos. 	232 personas que han sufrido infidelidad	Cuantitativo con diseño correlacional.	Infidelidad, salud mental, estrés, ansiedad.	El estudio evidencia que la infidelidad puede aumentar los síntomas de estrés, ansiedad, sobre todo, si asumen la responsabilidad completa a la pareja que es infiel.
<ul style="list-style-type: none"> • David Alonso Silva Rodríguez. • 2020. • Colombia. 	5 personas con experiencias en el poliamor	Investigación cualitativa con enfoque fenomenológico hermenéutico.	Rupturas amorosas, bienestar psicológico.	El estudio destaca como los conceptos del poliamor pueden ayudar a las relaciones, ofreciendo nuevas perspectivas de bienestar psicológico.
<ul style="list-style-type: none"> • Olga Stavrova, Tila Pronk, Jaap Denissen. • 2023. • Alemania. 	14.216 personas por 8 años.	Estudio longitudinal.	Bienestar personal, infidelidad.	El estudio revela que la infidelidad suele estar precedida por un deterioro en la calidad de la relación, pero no necesariamente desencadena problemas adicionales. Algunas excepciones, como las mujeres infieles y

				aquellas con menor compromiso inicial, pueden experimentar una recuperación o incluso una mejora en su bienestar posterior.
<ul style="list-style-type: none"> • Tamara Zamora, Marilin Sara. • 2021. • Perú. 	4 personas	Enfoque sistémico estructural.	Infidelidad, relación de pareja.	El caso revela que la infidelidad no solo afecta la relación de pareja, sino que también influye la dinámica familiar en su conjunto.
<ul style="list-style-type: none"> • ANGIE ALEJANDRA TORO PULGARÍN ZULY MARISOL SALAZAR MARTINEZ. • 2018. • Colombia. 	4 adultos que han sufrido infidelidad.	Cualitativo con enfoque hermenéutico.	Infidelidad, relación de pareja.	Evidencia como el suceso de la infidelidad, puede cambiar la comprensión de lo ocurrido, como la conducta de la persona, además de como contemplar la infidelidad desde diferentes perspectivas, puede ayudar con la autorrealización.
<ul style="list-style-type: none"> • CHRISTIAN FABRICIO TARQUI ARPI. • 2023. • Ecuador. 	Análisis de documentos científicos dentro del periodo comprendido entre el 2018 y 2022.	Revisión bibliográfica.	Infidelidad, causas de infidelidad, ansiedad, depresión, consecuencias de la infidelidad.	La revisión bibliográfica sobre infidelidad identifica factores psicológicos, físicos y sociales que influyen en sus causas, como la impulsividad y el estilo de apego, así como consecuencias significativas, incluyendo ansiedad y depresión que afectan la salud emocional.

Formato de asesorías.



Centro de Documentación e Investigaciones Socio Jurídicas

ANEXO 3 FORMATO DE ASESORÍAS

Estudiante/Egresado 1: Jose Fernando Alvarez Romero Cédula: 1065849242

Estudiante/Egresado 2: _____ Cédula: _____

Línea de Investigación: Empujes clínico

Título: Resistencia psicológica de las personas que han experimentado Infidelidad

Modalidad; Proyecto Monografía Fecha de Notificación CEDISJ. 10 de mayo de 2024 Fecha de

Aprobación DDMM/AA Tutor temático metodológico/Director

Nº	Fecha	Hora	Observaciones	Compromisos	Firma estudiantes	Firma del tutor/Director
1	7 de noviembre 2024	4-5 PM	Reformular la discusión de la monografía	Entregar la discusión con los citas más organizadas	Jose fr.	
2	23 de noviembre 2024	4-5 PM	Especificar la conclusión en los aspectos del tema principal	Entregar el trabajo organizado y con todos los elementos corregidos	Jose fr.	
3	20 de febrero 2025	4-5 PM	Ajustar los normas APA en el documento	Entregar el trabajo y formato para su envío	Jose fr.	
4						
5						
6						
7						