

VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología
XXII Jornadas de Investigación XI Encuentro de Investigadores en Psicología del
MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos
Aires, 2015.

Ruptura amorosa y distrés psicológico: una revisión sistemática.

Billorou, Maria Celeste y Arana, Fernan.

Cita:

Billorou, Maria Celeste y Arana, Fernan (2015). *Ruptura amorosa y distrés psicológico: una revisión sistemática*. VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXII Jornadas de Investigación XI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-015/274>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/epma/gck>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

RUPTURA AMOROSA Y DISTRÉS PSICOLÓGICO: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

Billorou, Maria Celeste; Arana, Fernan

Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Argentina

RESUMEN

La disolución de una relación amorosa es un fenómeno que, a pesar de su cotidianeidad, ha recibido escasa atención dentro de la psicología basada en la evidencia, por lo que el presente trabajo propone una revisión sistemática sobre el constructo desde una perspectiva empírica. A través de la consulta con distintas bases de datos se puede observar que, en general, la ruptura amorosa se relaciona con la insatisfacción personal y el distrés psicológico y, en particular, con distintos síntomas emocionales (inestabilidad, enojo, tristeza, ansiedad), cognitivos (pensamientos intrusivos) e inmunológicos (disfunción en el sistema inmune). También se la ha vinculado a patologías como el Síndrome del Corazón Roto y la Depresión. A su vez, se ha encontrado que variables ligadas a la personalidad (apego ansioso, baja autoestima) y a la relación (mayores recursos personales invertidos en la relación, no ser responsable de la ruptura) indican un mayor riesgo de distrés psicológico en sus múltiples manifestaciones. Se destaca, por último, que esta revisión conforma el paso previo a un estudio exploratorio del problema en población local.

Palabras clave

Ruptura amorosa, Distrés psicológico, Revisión bibliográfica

ABSTRACT

ROMANTIC BREAKUP AND PSYCHOLOGICAL DISTRESS: A SYSTEMATIC REVISION

Romantic breakup is a phenomenon that, despite its ordinariness, has received little attention in evidence-based psychology, so this paper proposes a systematic review of the construct from an empirical point of view. Through queries with various databases it can be seen that in general, the breakup is related to personal dissatisfaction and psychological distress and, in particular, with different emotional (instability, anger, sadness, anxiety) cognitive (intrusive thoughts) and immune (immune system dysfunction) symptoms. It has also linked to diseases such as Broken Heart Syndrome and Depression. In turn, it has been found that variables related to personality (anxious attachment, low self-esteem) and relationship itself (greater personal efforts invested in relationship and not be responsible for the breakdown) indicate an increased risk of psychological distress in its many forms. It remarks, finally, that this revision involves a prior step to an exploratory study of breakup on local population.

Key words

Romantic breakup, Psychological distress, Literature revision

BIBLIOGRAFÍA

- Field, T. (2011). Romantic breakups, heartbreak and bereavement. *Psychology*, 2, 382-387.
- Field, T., Diego, M., Pelaez, M., Deeds, O., & Delgado, J. (2009). Breakup distress in university students. *Adolescence*, 44, 705-727.
- Le, B., Dove, N. L., Agnew, C. R., Korn, M. S., & Mutso, A. A. (2010). Predicting nonmarital romantic relationship dissolution: A meta-analytic synthesis. *Personal relationships*, 17, 377, 390.
- Mearns, J. (1991). Coping with a breakup: Negative mood regulation expectancies and depression following the end of a romantic relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 327-334.
- Rhoades, G. K., Kamp Dush, C. M., Atkins, D. C., Stanley, S. M. & Markman, H. J. (2011). Breaking up is hard to do: the impact of unmarried relationship dissolution on mental health and life satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 25, 366-374.
- Saffrey, C. (2005). When thinking hurts: Attachment, rumination and post-relationship adjustment. Tesis de Maestría. Universidad de Victoria, Canadá.
- Sbarra, D. S. & Emery, R. E. (2005). The emotional sequelae of non-marital relationship dissolution: Descriptive evidence from a 28-day prospective study. *Personal Relationships*, 12, 213-232.
- Sprecher, S. & Metts, S. (1989). Development of the 'Romantic Beliefs Scale' and Examination of the Effects of Gender and Gender-Role Orientation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 387-411.
- Tashiro, T., Frazier, P., & Berman, M. (2006). Stress-related growth following divorce and relationship dissolution. En M. A. Fine, & J. H. Harvey (Eds.), *Handbook of Divorce and Relationship Dissolution* (pp. 361-384). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum and Associates.