

---

## **Impacto emocional de la infidelidad en las relaciones de pareja. Importancia de su conocimiento para el psicólogo clínico**

### **Emotional' impact of infidelity in couple relationship. Importance of your knowledge for the classic psychology**

Janett del Rocio Verdesoto Galeas<sup>1</sup> ([jverdesoto@utb.edu.ec](mailto:jverdesoto@utb.edu.ec)) <https://orcid.org/0000-0001-9672-6612>

Michelle Vanessa Villacís Verdesoto<sup>2</sup> ([michelle.villacis@est.ikiam.edu.ec](mailto:michelle.villacis@est.ikiam.edu.ec)) <https://orcid.org/0000-0002-7197-1061>

Xavier Eduardo Franco CHoez<sup>3</sup> ([xfranco@utb.edu.ec](mailto:xfranco@utb.edu.ec)) <https://orcid.org/0000-0002-2339-7317>

#### **Resumen**

El siguiente artículo responde a una investigación no experimental. En este, se abordan las causas de la infidelidad y el impacto emocional que produce su descubrimiento en una relación de pareja, según la literatura. Sobre esta base, se ha encontrado que la fidelidad está dada a partir de un acuerdo entre los cónyuges, que se rompe por la búsqueda de afecto, nuevas aventuras, los actuales cambios en los roles de género, la personalidad y la inteligencia emocional. En este sentido, respecto al impacto emocional, este es influenciado por el género. De ahí, que los hombres se ven mayormente afectados por una infidelidad sexual, mientras que las mujeres por una infidelidad emocional. De manera general, sentimientos de ira, rabia, depresión y baja autoestima son las principales consecuencias producidas en la persona engañada, efectos que son similares al trastorno de estrés postraumático (TEPT). Estos, a través de las entrevistas realizadas pueden desencadenar comportamientos que afectan la salud física y mental.

**Palabras claves:** Impacto emocional, ruptura matrimonial, pareja, consecuencias psicológicas

#### **Abstract**

---

<sup>1</sup> Docente de la Carrera de Psicología Clínica en la Universidad Técnica de Babahoyo. Coordinadora de Emprendimiento de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación. Máster en Docencia y Gerencia en Educación Superior Universitaria por la Universidad de Guayaquil. Ecuador.

<sup>2</sup> Estudiante de Ingeniería en Geociencias – Ikiam. Ayudante de investigación en el proyecto Materiales novedosos para la mitigación de la contaminación ambiental por medio de la oxidación catalítica de monóxido de carbono – Ikiam. Fundadora y Vicepresidenta Asociación Comunidad Universitaria Ikiam.

<sup>3</sup> Docente de la Carrera de Psicología Clínica en la Universidad Técnica de Babahoyo. Máster en Mediación Familiar Laboral y Organizacional. Psicólogo Clínico por la Universidad de Guayaquil [UG]. Ecuador.

The following article responds to a non-experimental investigation. In this, the causes of infidelity and the emotional impact produced by their discovery in a relationship are discussed, according to the literature. On this basis, it has been found that fidelity is given from an agreement between the spouses, which is broken by the search for affection, new adventures, current changes in gender roles, personality and emotional intelligence. In this sense, regarding emotional impact, it is influenced by gender. Hence, men are mostly affected by a sexual infidelity, while women by an emotional infidelity. In general, feelings of anger, anger, depression and low self-esteem are the main consequences produced in the deceived person, effects that are similar to posttraumatic stress disorder (PTSD). These, through the interviews conducted, can trigger behaviors that affect physical and mental health.

**Key words:** Emotion impact, marital breakup, couple, psychological consequences

La infidelidad es el resultado de una cantidad de factores sociales, culturales, individuales y sexuales que interactúan de manera particular en cada persona. Sobre esta base, no todos los procesos se dan por las mismas circunstancias, de acuerdo con (Varela, 2014).

Asimismo, Camacho (2014) define la infidelidad como la ruptura de un contrato o acuerdo implícito que se había establecido desde el inicio de la relación amorosa. Lo anterior, ocurre a nivel emocional y/o sexual, y se encuentra determinada por patrones sexuales, de conducta y deseo sexual; sumado a la orientación socio-sexual y el nivel de satisfacción en la relación primaria, según (Romero, del Castillo, y Díaz, 2007).

En este sentido, la percepción que tiene la sociedad sobre la infidelidad depende del contexto social y cultural en el que se realice este acto. De ahí, que la literatura consultada mostró que en Latinoamérica la situación de la infidelidad se remonta a las culturas agrícolas, con la cultura patriarcal. La misma, sostenía que el adulterio era un vicio femenino; inclusive, la esposa adúltera podía ser ejecutada o mutilada, mientras que en el hombre el engaño marital se consideraba una transgresión sólo si seducía a la mujer de otro o a la hija casadera de una familia, castigándolo con la castración, la ejecución o pagando una multa, en consonancia con los estudios de (Méndez, 2011).

Además, las investigaciones al respecto en varios países, mostraron una desaprobación generalizada sobre las relaciones sexuales fuera del matrimonio. Al respecto, las parejas provenientes de China eran las menos proclives a ser infieles, en contraste con europeos y americanos que la practicaban, según (Galarza y otros, 2009). No obstante, en diferentes culturas como en las sociedades musulmanas, a los hombres se les es permitido practicar la poliginia mientras. Sin embargo, que esto es mal visto en las mujeres. Por otra, en la sociedad latinoamericana, la poliginia no es legal ni socialmente bien vista, pero es una cuestión de “hombres” tener una esposa y otra mujer que satisfaga sus necesidades sexuales insatisfechas “en casa”.

En consonancia con lo anterior, actualmente, la exclusividad sexual es una ley implícita que rige con fuerza las relaciones amorosas. No obstante, las relaciones extra-parejas

tanto por hombres como por mujeres son un asunto comúnmente observado, de acuerdo a las aportaciones de (Medina y otros, 2013). Esto, indica que debido al incremento de la liberación sexual y el constante cambio en los roles de género, la infidelidad ya no es exclusiva de los hombres sino también de las mujeres. Las mismas, consideran que al igual que los hombres tienen derecho a satisfacer necesidades que sus parejas no hacen.

Consecuentemente, los informes sobre sexualidad femenina muestran que el 70% de las mujeres (en su mayoría occidentales) con una relación estable mayor a cinco años, llegan a mantener relaciones sexuales con personas ajenas a su pareja principal. Lo anterior, obedece a la insatisfacción sexual y a la exploración personal producto de la influencia socio cultural, según los estudios de (Medina y otros, 2013).

Sobre esta base, cuando se presenta la infidelidad en un sistema familiar, la pareja debe comprender y asimilar que el vínculo que los une se encuentra en un punto decisivo. De ahí, que sea de culminación o de revaloración; en la mayor parte de los casos, cuando se desea reconstruir el lazo afectivo. Para ello, sólo un miembro de la pareja intenta mantener la relación y adopta el rol complaciente basado en necesidades económicas, estatus social, o incluso por su propio bienestar y el de sus hijos.

Al respecto, (Galarza y otros, 2009) destaca que los seres humanos no son fieles por naturaleza; en efecto, tienden a enamorarse, pero no a permanecer una gran cantidad de tiempo con la misma persona. En este sentido, la infidelidad, como tema, debe ser tratada con responsabilidad ya que es una de las causas más frecuentes de divorcios en el Ecuador, con porcentajes de divorcios que han alcanzado un 83,45% entre 2006 y 2016 de acuerdo con fuentes del (INEC, 2017).

Las ideas anteriores, son base que responden al objetivo de la presente investigación. Este, es identificar el impacto emocional que produce la infidelidad en la relación de pareja.

## **La infidelidad**

La infidelidad es una conducta que se ha observado y naturalizado en las parejas, incluso cuando las normas de la sociedad se oponen a ésta según (Romero y otros, 2007). En este sentido, variables como el compromiso sexual, nivel de escolaridad e inteligencia emocional, así como factores psicológicos, socioculturales y biológico-evolutivo son varias de las razones que llevan tanto a hombres como a mujeres a cometer este acto.

En consonancia con ello, a lo largo de los años la infidelidad ha sido sistematizada por (Otálora y otros, 2016). Los mismos, refieren que: es la conducta romántica y sexual que se da fuera de una relación convenida de pareja entre miembros casados o no y que cohabitan o no, quienes tienen una expectativa de mantener una relación formal con exclusividad sexual en sus relaciones iniciales, faltando al compromiso o cláusula previamente establecida en la relación.

Consecuentemente, en los estudios de Osejo (2018) la infidelidad es vista como: el acto en el cual se da un tipo de defraudación, traición a una relación y violación del acuerdo establecido con la pareja. Por tanto, al existir una relación conyugal se estipula un contrato implícito de exclusividad entre los dos. De ahí, que al ser quebrantado por uno de los miembros de la pareja se produce una inestabilidad emocional, alteración en la calidad de comunicación, sentimientos de culpabilidad al llegar en muchos casos a la finalización de la pareja.

Asimismo, refieren (Zumaya y otros, 2008) y (Vargas e Ibáñez, 2005) que la infidelidad es transgredir, quebrantar, el pacto tácito de exclusividad sexual con la persona que se ha escogido libremente como pareja al ser la ruptura de este pacto la causa de dolor para la parte fiel. Sobre esta base, dentro de los tipos de infidelidad, se encuentra la sexual y emocional. La infidelidad física o sexual, es aquella cuando solo hay relaciones sexuales sin enamoramiento; dentro de este tipo, se incluyen todas las formas de intimidad física, desde el beso hasta el sexo, según (Méndez, 2011) Es decir, es un deseo, únicamente de tipo carnal y según los especialistas este tipo de engaño es más fácil de entender y detectar en ambos sexos.

Para Stritof (2018), la infidelidad emocional es uno de los principales problemas en la pareja. Esta, es una aventura pasional en donde la persona no sólo invierte más energía fuera de su matrimonio, sino que también recibe apoyo y compañía de la nueva relación en una aventura amorosa en donde se experimenta una creciente química sexual.

De ahí, que la infidelidad emocional es considerada como la más peligrosa, surge entre dos personas que tienen ciertas coincidencias en gustos, opiniones y personalidad. Lo anterior, genera una cercanía entre la pareja hasta llegar a una amistad que posteriormente desemboca a una cercanía emocional, llevándolos a compartir conversaciones más íntimas que usualmente son sólo reservadas para la pareja con la que están comprometidas. Al respecto, este nivel de comunicación se da porque se llega a considerar a la tercera persona como aquella que es la única lo entiende, no lo juzga y siempre está lista para escuchar, de acuerdo a (McManus y otros, 2019).

Este tipo de infidelidad no necesariamente se da a través del contacto físico sino también mediante los intercambios de conversaciones; actualmente, son las redes sociales un medio directo que facilita esta conducta tanto en hombres como en mujeres. Sin embargo, algunas personas no consideran como infidelidad emocional el intercambio de conversaciones apasionadas con alguien ajeno a su relación.

En consonancia con lo anterior, la infidelidad puede ser directa o indirecta. De manera, que normalmente la infidelidad directa es aquella de tipo sexual donde la persona infiel realiza movimientos y planifica estrategias para conseguir la aventura sexual que desea, sin ser descubierto por su pareja. Por su parte, la infidelidad indirecta se encuentra relacionada al engaño pasional o sentimental.

Según Fisher (2004), en las sociedades occidentales, más del 50% de las parejas casadas le han sido infieles a su pareja primaria. Esto, obedece a la falta de comunicación, en contraste con la cultura oriental donde las parejas presentan mayor autocontrol e inclinación hacia la solución efectiva de problemas dentro de la relación.

En relación, a la perspectiva biológico-evolutiva, las personas suelen optar por la monogamia, a pesar de ser el resultado de un conjunto complicado de razones sociales y culturales. Por tanto, al igual que los animales, la monogamia surgió no sólo como una respuesta a la necesidad de atención paterna, sino en gran medida como una estrategia de protección de pareja respecto a la cría, puesto que es la clave de su existencia y por ende la perpetuación de la especie, en consonancia con (Luka y otros, 2013).

De manera, que evolutivamente hablando, la monogamia en las poblaciones humanas comenzó con los primeros cazadores-recolectores donde usualmente los apareamientos se daban en manadas de 30 individuos. Sin embargo, con el surgimiento de las sociedades agrícolas y el sedentarismo, la poligamia como respuesta al aumento del número de descendientes, se vio socialmente castigada por el alto brote de enfermedades por transmisión sexual, de acuerdo a (De Waal y otros, 2013).

En este sentido, actualmente, se sabe que la medicina moderna ha incidido en el comportamiento humano, según Fisher (2004) Este, se ha reestructurado para permanecer con una sola pareja a la vez, pero en períodos cortos de tiempo, que va de 2 a 3 años, después de la cual, es frecuente que cada uno de los miembros de la relación se sienta motivado a buscar una nueva pareja sexual.

En relación, a un marco psicológico, la búsqueda de una nueva pareja sexual o sentimental se da cuando la relación primaria no cumple ciertas necesidades, como lo muestra los estudios de (Romero-Palencia y otros, 2008). Al respecto, las encuestas realizadas a 70 parejas de unión libre entre 20 y 30 años de edad en la provincia de Babahoyo–Ecuador reportaron que el 70% de las parejas jóvenes buscarían a una tercera persona si su relación actual no satisface sus necesidades sexuales. De ahí, que tanto hombres como mujeres consideran como infidelidad el tener relaciones sexuales con una tercera persona, como lo evidencia las aportaciones de (Mora, 2019).

Asimismo, se asevera que los hombres son motivados, mayormente, por la búsqueda de nuevas aventuras, mientras que las mujeres tienden a ser infieles por abandono, rechazo de su pareja actual o incluso por venganza. Sin embargo, (Galarza y otros, 2009) refieren que la venganza como una causa de infidelidad es una conducta de ambos sexos. Además, las encuestas realizadas a 200 personas en la Universidad de Puerto Rico, con edad promedio de 35.7 años, demostraron que el 52% y 30% de hombres y mujeres, respectivamente sufrieron infidelidad por su anterior pareja.

Las ideas anteriores, permiten advertir que el aspecto sexual y sentimental juega un papel importante al momento que se decide ser infiel. Sobre esta base, en teoría los

hombres tanto casados como solteros denotan mayor atracción hacia la infidelidad sexual, mientras que las mujeres se encuentran atraídas por la infidelidad emocional, según (Medina y otros, 2013). Incluso, se sabe que el entorno es un factor social que incide esta conducta, y que no existe mayor diferencia respecto la tasa de incidencia entre ambos géneros.

En consonancia con ello, hoy en día, las modificaciones culturales en los diversos contextos sociales han producido un cambio importante respecto de las razones de fondo que subyacen a la conducta de infidelidad femenina. Por tanto, se observa un incremento de relaciones extramaritales por parte de las mujeres, como lo refleja las ideas de (Romero, 2008).

Consecuentemente, se asevera que a pesar de que la infidelidad masculina se vea apoyada por la permisividad y aceptación sociocultural, se ha evidenciado que las mujeres jóvenes con alta preparación académica son más propensas a cometer una infidelidad por decisión personal. Las mismas, poseen una personalidad sexual abierta, que les permite ver este acto con actitud positiva para el disfrute de una mayor diversidad en la práctica sexual, de acuerdo a (Romero y otros, 2007) Es así como una variable predictora de la infidelidad se asocia con los rasgos y estilos de personalidad.

En el caso de los hombres, un análisis sobre la conducta de infidelidad sexual y emocional, demostró que los ellos se involucra con mayor facilidad en una relación meramente sexual. De ahí, que si la segunda relación representa un beneficio y no pone en riesgo su relación primaria. Por tanto, para que un hombre se involucre emocionalmente, éste analiza el factor costo-beneficio, cuya ganancia debe poseer un mayor índole sexual y emocional que su relación primaria, según (Romero, 2008).

Al respecto, la infidelidad es una conducta que tiene como consecuencias dos polos, uno positivo y otro negativo (Fig. 1). En este sentido, tradicionalmente la infidelidad ha sido considerada como una vulneración a la confianza y cariño de la pareja, al ser una de las principales razones por las que las parejas acuden a terapia marital. Por ello, luego del descubrimiento de la infidelidad, la persona traicionada genera sentimiento de odio, enojo, auto reproche y finalmente depresión, como lo muestra las aportaciones de (Medina y otros, 2013). De manera, que cuando la respuesta hacia esta conducta es negativa, la relación primaria termina en una ruptura y próxima separación.

Sobre esta base, cuando la respuesta es positiva, se produce una revaloración y eventual compromiso de la relación marital. En consonancia con ello, participantes de un estudio confesaron que al no encontrar lo que esperaban con otra persona, volvieron a su anterior relación. Lo anterior, es expresión de que se sentían querido(a) s, apoyado (a)s y protegido (a)s. No obstante, reconocían el hecho de que mantener nuevamente la relación signifique un costo de mayor tiempo, energía y reconstrucción de confianza, en consonancia con (Medina y otros, 2013).

Asimismo, considera (Bermúdez y otros, 2003) que existe una relación positiva entre el grado de Inteligencia emocional (IE) y el autocontrol en situaciones sociales y afectivas.

Esto, implica que aquellas personas que tienen un coeficiente emocional alto son capaces de manejar situaciones estresantes y responder positivamente a ellas. Incluso, hay una estrecha relación entre IE y estado civil. Además, las personas que se encuentran solas e insatisfechas presentan bajos puntajes en IE a diferencia de los individuos casados con una relación estable. Por ello, cabe mencionar que la IE influye significativamente en la durabilidad y salud de la relación. De ahí, que se ha revelado que aquellas mujeres con alto coeficiente intelectual y alto puntaje de IE poseen un alto nivel de satisfacción marital gracias a la capacidad para manejar conflictos.

Finalmente, la calidad de la relación y la infidelidad se ven condicionadas por la apertura socio sexual entre la pareja. Lo anterior, es expresión de que a mayor apertura individual a las relaciones sexuales sin compromiso, mayor será la probabilidad de ser infiel por cualquiera de los miembros de la relación. En este sentido, usualmente esta probabilidad incrementa en parejas jóvenes no casadas y de unión de libre, pero depende de la exclusividad implícita que entre ellos hayan acordado, según las aportaciones de (Valdebenito y otros, 2018).

### **Impacto emocional**

El ser humano a lo largo de su vida se encuentra expuesto a innumerables pérdidas, como las de un ser querido, el trabajo, amigos, cambio de domicilio, así como la ruptura del matrimonio por falta de comunicación, afecto o infidelidad. Por ello, descubrir una traición por parte del ser querido produce estrés emocional que desencadena una serie de mecanismos de respuesta psicológicas y fisiológicas, desde brotes de ira hasta el desánimo, la melancolía al llegar incluso a somatización de enfermedades sin explicación médica, de acuerdo a (Shackelford y otros, 2000).

En este sentido, psicológicamente la persona engañada atraviesa un bloqueo o estado de shock emocional conducido por la tristeza, el resentimiento, la culpa y una serie de emociones que convergen al mismo tiempo, según (Consuelo, 2013). De ahí, que la negación es uno de los mecanismos de defensa que se activa como un amortiguador ante este tipo de impacto. Posteriormente, la ira, la rabia y la culpa se adueñan de la persona engañada, hasta que la depresión se activa y genera una sensación de amenaza ante la inminente pérdida del ser querido, como lo muestra las ideas de (Sabini, 2004).

Según Giraldo y Garcés (2013), de las principales emociones expresadas, el sentimiento de tristeza afecta a ambos miembros. Sobre esta base, las entrevistas realizadas, muestran que los participantes describieron una pena proveniente del fracaso del proyecto de pareja; además, varias personas afectadas confesaban que se sintieron completamente derrumbadas y estancadas por la ira durante años. Asimismo, otro grupo de participantes admitieron que luego de sentir ira, el sentimiento de rabia junto al llanto y desosiego que emergieron dentro de ellos lograron desahogar todos los sentimientos reprimidos.

Para (Bericat, 2000), sociológicamente, la rabia se produce cuando una persona recibe menos de lo que cree merecer; mientras que a nivel neurológico, es una emoción propia de la inhabilidad de resolver un problema difícil. Por tanto, el efecto de este sentimiento suele expresarse con agresión, deseos destructivos y permanece hasta que la persona logre descargar y asimilar la sorpresa del descubrimiento, evidenciados en los estudios de (Giraldo y Garcés, 2013).

En consonancia con lo anterior, las dimensiones del ser humano como: la autoestima, una de las partes que es dolorosamente golpeada ante el sentimiento mismo de identidad como individuo y como pareja. Por ello, su valoración como persona disminuye completamente entretanto se autocastiga, cuestiona, critica, victimiza, se menosprecia, se siente impotente, herido, de manera que la revelación de la infidelidad es un evento traumático para la persona engañada, según (Zumaya, 2008).

Al respecto, la infidelidad influye en la salud mental de la persona, a través de eventos estresantes que amenazan la estabilidad individual, matrimonial y familiar. Lo anterior, puede conducir a una angustia psicológica, de acuerdo a (Victoria, 1991). De ahí que, para la Teoría transaccional del estrés, la respuesta ante este tipo de situaciones depende de la evaluación cognitiva y del ambiente en el que se encuentre la persona engañada.

Por tanto, según el individuo, la situación puede ser dañina y amenazadora o simplemente lo opuesto. Sobre esta base, la atribución causal y de culpa propician reacciones emocionalmente fuertes en el individuo traicionado, mientras que el individuo no afectado puede experimentar sentimientos de vergüenza, victimización y pérdida de la concepción acerca de las relaciones ideales, como revela los estudios de (Hall y Fincham, 2006) y (Allen, 2005) y (Gross y otros, 2018)

En consonancia con lo anterior, un factor clave que ha influido en las relaciones y la salud tanto mental como física frente a una infidelidad, es el género. En este sentido, después de una traición, los hombres son menos propensos a reaccionar emocionalmente debido a la construcción social de la masculinidad. Esto, no le permite expresar sus emociones, al contrario de las mujeres, de acuerdo a (Sabini, 2004). Por ello, la infidelidad emocional produce mayor enojo, dolor y celos en mujeres. No obstante, los hombres en presencia de una infidelidad sexual reaccionan con maltrato y asesinato según el grado de celos, como refiere (Shackelford y otros, 2000).

En general, los acontecimientos estresantes suelen incrementar la probabilidad de enfermarse. En este caso, cuando una persona experimenta estrés debido a un suceso emocionalmente intenso, el organismo activa una reacción de alarma. Lo anterior, produce la estimulación de glándulas adrenales que liberan enormes cantidades de hormonas, sobre todo de catecolaminas (adrenalina) y glucocorticoides (como el cortisol). Las mismas, activan el sistema nervioso simpático y suprimen la respuesta inmune; es decir, que las personas que se encuentran tristes o depresivas, son más susceptibles a infecciones por bacterias y virus, en consonancia con (González y Landero, 2006).

Sobre esta base, los estudios realizados por Shrout (2017) en parejas jóvenes, sugiere que la parte afectada por la traición, no solo presenta una conmoción emocional, sino que también experimenta comportamientos negativos que comprometen la salud física. Los mismos, responden a comer menos o nada, excesivas jornadas de ejercicio y relaciones sexuales sin protección bajo la influencia de droga y alcohol. De ahí, que a mayor atribución de culpa, las personas engañadas son más propensas a poner en riesgo su integridad.

Asimismo, la capacidad para encarar situaciones de estrés depende de la forma de afrontamiento que posee el individuo, como plantean (Shrout y Weigel, 2017) y (Verdesoto, 2018), sin embargo, los comportamientos que comprometen la salud física se transmiten a través de la salud mental. Estos, están asociados directamente al sentimiento de auto-culpa y la atribución de la causa de la infidelidad en la persona traicionada.

En una relación con lo anterior, una traición tiene efectos parecidos al trastorno por estrés postraumático (TEPT), según (García, 2016), donde el individuo afectado puede presentar comportamientos que afecten su salud física como lesiones graves, de acuerdo a (Shrout y Weigel, 2017), conductas sexuales de riesgo y y posibles acciones con peligro de muerte, como expresa (Shackelford y otros, 2000).

Consecuentemente, varios autores etiquetan la infidelidad como un TEPT debido a las consecuencias que presentan las personas lesionadas. Por ello, emocionalmente el salto de la rabia a la vergüenza, y de la tristeza a la depresión es un episodio demoledor para la persona. Esta, suele experimentar pensamientos intrusivos e imágenes de su conyugue con otra persona, agitación extrema, dificultad para dormir, ataques de ira y pensamientos negativos no deseados. Los mismos, vienen a la mente acompañados por emociones poderosas, temor, pesadillas, hipervigilancia, búsqueda de señales, sospecha permanente, paranoia y reacciones fisiológicas frente a estímulos que le recuerden la traición, en consonancia con (Allen, 2005).

De ahí, que cuando se revela una infidelidad, la crisis afecta a la triada involucrada en el acto extramatrimonial. El trauma de la infidelidad deja cicatrices emocionales que podrían llegar a causar un trastorno mental (estrés post traumático), según (Allen, 2005). Sobre esta base, el proceso de alivio y recuperación dependerá de la autoestima de la víctima y del apoyo que reciba de su núcleo familiar. Por ello, la persona traicionada necesita tener la opción de hacer preguntas y de que contesten a esas preguntas con respeto, sin insultar su inteligencia, como se evidencia en las aportaciones de (Bermúdez, 2003).

En este sentido, la respuesta emocional debido a la traición conyugal es similar para todas las personas afectadas. De manera, que la consecuencia frente a ésta conducta depende de la edad de los miembros de la pareja y la consolidación de la relación. Por tanto, a diferencia del noviazgo en que a pesar de que las relaciones contengan fuertes inversiones emocionales y de tiempo, la infidelidad es superable. Sin embargo,

contrario del matrimonio que posee mayores variables de riesgos como la pérdida del ser querido, los hijos y los bienes inmuebles adquiridos.

Por otra, en el perdón habitualmente las mujeres con más facilidad vuelven a creer en los varones si estos se arrepienten realmente, en cambio a los varones les cuesta más si ellas los engañaron, según (Hall y Fincham, 2006). Al respecto, el acto de infidelidad está conformado por la mentira que destruye la confianza en el otro y la confianza entre sí, que posteriormente produce problemas al querer establecer una nueva relación, de acuerdo a (Camacho y Martín, 2014).

En consonancia con lo anterior, el perdón y la reconciliación, pueden tener importantes beneficios para la salud física, emocional y mental. Esta, es una etapa crucial en el proceso de recuperación que puede proporcionar un cierre emocional en parejas que deciden separarse. Asimismo, puede incrementar la probabilidad de reconciliación en parejas que acuden a terapia, según (Hall y Fincham, 2006).

Finalmente, la infidelidad afecta incluso a la progenitura. En un entorno familiar, para los hijos, el divorcio o separación es un proceso complejo de sobrellevar, sobre todo cuando se mezcla el nivel conyugal con el parental. Por ello, se cree que los niños se adaptan mejor al divorcio si son pequeños, pero generalmente atraviesan tres diferentes etapas. Primero, el “duelo anticipado” en donde sufre a solas por las peleas entre sus padres, luego el shock por la “separación real” y finalmente, la aceptación post separación por la pérdida parcial de su madre o padre, en consonancia con (Consuelo, 2013).

De manera, que las relaciones maritales, en promedio, están condicionadas a durar períodos cortos de tiempo (3 años aprox.). Lo anterior, depende del grado de consolidación afectiva y económica de la relación al ser la falta de atención, intimidad sexual, experimentación y búsqueda de nuevas aventuras. Estas, son variables que inciden en las personas a experimentar un comportamiento infiel. Por tanto, actualmente esta conducta, se presenta en ambos géneros sin mayor diferencia en la tasa de incidencia, debido al actual factor sociocultural.

Asimismo, los cambios actuales de los roles de género, la infidelidad sexual y emocional y como éstas afectan a la pareja se ve condicionada por el grado de inteligencia emocional. De ahí, que son las mujeres jóvenes con alto grado de escolaridad e inteligencia emocional quienes manifiestan la infidelidad como una opción para un mayor disfrute sexual.

En teoría, los hombres son más propensos a ser infieles sexualmente sin emociones de por medio. No obstante, se ven mayormente afectados cuando su mujer le es infiel solo por sexo; lo opuesto ocurre en las mujeres. Al respecto, las consecuencias a partir de un acto de infidelidad suelen ser variadas. Por un lado, se encuentra el polo negativo donde esta conducta genera conflictos en la relación y disolución de la misma, mientras que el polo positivo permite que la infidelidad pueda ser entendida como una alternativa de sobrevivencia ante una relación deteriorada.

Sobre esta base, la infidelidad en la mayoría de los casos, funciona como un mecanismo de compensación individual al permitir un resurgimiento del concepto del “enamoramamiento”. Lo anterior, es expresión de enormes descargas de sustancias químicas por parte del cerebro, al tener una aventura sexual con una nueva persona.

En este sentido, la teoría sistematizada sobre la psicoterapia evidencia que los sentimientos experimentados a la luz de una traición se encuentran relacionados con su autoestima, su historia familiar y sus vivencias. Sobre esta base, emocionalmente el sufrimiento es enorme, pues sentimiento de tristeza, ira y rabia se apoderan de la persona al llegar a desarrollarse casos depresivos durante años.

Al respecto, la traición marital puede etiquetarse como un trastorno de estrés postraumático. Lo anterior, es expresión de que los efectos producidos en las personas afectadas, son similares al trastorno de estrés postraumático. De manera, que esto incide en la salud mental y cuidado físico de la persona.

## Referencias

- Allen, S. (2005). The multidimensional and developmental nature of infidelity: practical applications. *Journal of clinical psychology*, 61(11), pp.1371- 82.
- Bericat, E. (2000). La sociología de la emoción y la emoción en la sociología. *Revista de Sociología*, pp.145-176.
- Bermúdez, M. Á. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Universitas Psychologica*, 2(1), pp.27 - 32.
- Camacho, J. (2014). Fidelidad e Infidelidad en las Relaciones de Pareja: Nuevas respuestas a viejos interrogantes. (Dunken, Ed.)
- Consuelo, S. (2013). Afrontamiento de pérdida: duelo/divorcio. Madrid: Exlibris.
- De Waal, F. B. (2013). Monogamy with a purpose. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(38), pp.15167-15168.
- De Waal, F. B. (2013). Monogamy with a purpose. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(38), pp.15167-15168.
- De Waal, F., y Gavrillets, S. (2013). Monogamy with a purpose. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(38), pp.15167-15168.
- Fisher, H. (2004). *Why We Love: The Nature and Chemistry of Romantic Love*. New York: Ilustrada.
- Galarza, J., Martínez-Taboas, A., y Ortiz, D. (2009). Factores psicológicos asociados a la infidelidad sexual y/o emocional y su relación a la búsqueda de sensaciones en parejas puertorriqueñas. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 20, pp.59-81.
- García, J. (2016). Los traumas y sus efectos psicológicos. Centro de psicología clínica y psicoterapia. *Obtenido de <http://www.psicoterapeutas.com/pacientes/Trauma.html>*

- Giraldo, C., y Garcés, M. (2013). Emociones asociadas al descubrimiento de la infidelidad: de la felicidad a la infidelidad. *Revista Facultad de trabajo social*, 29. pp 143 -157.
- González, M., y Landero, R. (2006). Síntomas psicósomáticos y teoría transaccional del estrés. *Revista Ansiedad y Estrés*, 12(1), pp.45 -61.
- Gross Tur, R., Deroncele Acosta, A., y Montoya Rivera, J. (2018). Construcción de la competencia interventiva del Psicólogo. *Opuntia Brava*, 10(3), pp. 10-18. <https://doi.org/https://doi.org/10.35195/ob.v10i3.534>
- Hall, J. y Fincham, F. (2006). Relationship Dissolution Following Infidelity: The roles of the attributions and forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(5), pp.508 -522 . doi:10.1521/jscp.2006.25.5.508.
- INEC. (2017). Matrimonios y Divorcios.
- Vargas, J. e Ibáñez, E. J. (2005). Problemas maritales la infidelidad. *Revista Psicología Iztacala*. Recuperado el 7 de 8 de 2018,;: [https://www.researchgate.net/profile/Jose\\_De\\_Jesus\\_Vargas\\_Flores/publication/266409533\\_PROBLEMAS\\_MARITALES\\_LA\\_INFIDELIDAD\\_DESDE\\_UNA\\_PERSPECTIVA\\_DE\\_VINCULO/links/5575ebfc08ae75363751a482.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Jose_De_Jesus_Vargas_Flores/publication/266409533_PROBLEMAS_MARITALES_LA_INFIDELIDAD_DESDE_UNA_PERSPECTIVA_DE_VINCULO/links/5575ebfc08ae75363751a482.pdf)
- Luka, D. y Clutton-Brock, T. (2013). The evolution of social monogamy in mammals. *Journal Science*, 341(6145), pp.526-530.
- Medina, J., Colín, B., Martínez, M., y de Oca, Y. (2013). Las causas que llevan a la infidelidad: Un análisis por sexo. *Acta de investigación psicológica*, 3(3), pp.1271-1279.
- Méndez, M. (2011). La Cultura, el poder y los patrones de interacción vinculados a la infidelidad. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, pp.429 - 438.
- McManus, A. y García, K. (2019). *Infidelidad Emocional*. (National Healthy Marriage Resource Center (NHMRC). Ed. A. J. Mary Myrick,)
- Osejo, J. R. (2018). *Motivos para la Infidelidad en una relación conyugal en miembros del "Comando de la Policía Nacional" de la Sub-zona Napo N° 15*, período 2017-2018. Quito, Ecuador.
- Otálora, Á. P., Castañeda, L. J., y Munevar, F. R. (2016). *Relación entre tendencia a la infidelidad emocional y/o sexual e inteligencia emocional, en estudiantes universitarios*. C. H. Psicología, Ed, Dialnet, pp.58.
- Romero, A. d. L. (2008). Propuesta de un modelo bio-psico-socio-cultural de infidelidad sexual y emocional en hombres y mujeres. *Psicología Iberoamericana*, 16(2), pp.14-21.

- Romero, A., del Castillo, C., y Díaz, R. (2007). Desarrollo del Inventario Multidimensional de Infidelidad (IMIN). *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación en Psicología*, 23(1), pp.121-148.
- Sabini, J. (2004). Emotional Responses to Sexual and Emotional Infidelity: Constants and Differences Across Genders, Samples, and Methods. *Personality and Social Psychology Bulletin*, pp.1375 - 1388.
- Shackelford, T., LeBlanc, G., y Drass, E. (2000). Emotional reactions to infidelity. *Cognition y Emotion*, 14(5), pp.643 -659.
- Shrout, M. y Weigel, J. (2017). Infidelity's aftermath: Appraisals, mental health, and health-compromising behaviors following a partner's infidelity. *Journal of social and personal relationships*, pp.1-25.
- Stritof, S. (2018). Very well mind. Recuperado el 12 de 8 de 2018, de Verywellmind: <https://www.verywellmind.com/emotional-affairs-and-infidelity-2303091>
- Valdebenito, O., Fernández, A., y Jara, C. (2018). ¿Por qué Somos Infieles? Aplicación Inicial de una Escala para Estimar las Razones por las que Hombres y Mujeres son Infieles. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, Vol.3, pp. 19-2.
- Varela, M. (2014). Estudio sobre infidelidad en la pareja: Análisis de contenido de literatura. *Revista Alternativas Psicológicas*.
- Verdesoto, J. D. (2018). Resiliencia; una estrategia de afrontamiento en pacientes con enfermedades catastróficas. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*.
- Victoria, M. (1991). Ruptura matrimonial y salud mental: Variables psicosociales asociadas en el caso de la mujer. *Revista de Psicología Social*, ISSN 0213 - 4748.
- Zumaya, M. B. (2008). Las parejas y sus infidelidades. *Revista de Investigación Médica Sur*, 15(3).
- Zumaya, M., Brown, C., y Baker, H. (2008). Las parejas y sus infidelidades. *Revista de Investigación Médica Sur*, 15(3).