

**CIENCIAMATRIA**

**Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología**

Año X. Vol. X. N°2. Edición Especial II. 2024

Hecho el depósito de ley: pp201602FA4721

ISSN-L: 2542-3029; ISSN: 2610-802X

Instituto de Investigación y Estudios Avanzados Koinonia. (IIEAK). Santa Ana de Coro. Venezuela

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas  
María Fernanda Morales Gómez-De La Torre

[DOI 10.35381/cm.v10i2.1452](https://doi.org/10.35381/cm.v10i2.1452)

**La terapia de pareja en la salud mental y la estabilidad emocional: una  
revisión bibliográfica**

**Couples therapy in mental health and emotional stability: a literature review.**

Vicente Daniel Robalino-Masabanda

[vicentedrm74@uniandes.edu.ec](mailto:vicentedrm74@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua  
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-9839-4823>

Jhoana Pamela Moncayo-Redroban

[jhoanamr98@uniandes.edu.ec](mailto:jhoanamr98@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua  
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0002-0916-5082>

Karla Gabriela Nieto-Villegas

[karlanv90@uniandes.edu.ec](mailto:karlanv90@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua  
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0008-1380-5533>

María Fernanda Morales-Gómez-De La Torre

[ua.mariamorales@uniandes.edu.ec](mailto:ua.mariamorales@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua  
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0001-7468-2831>

Recibido: 15 de mayo 2024

Revisado: 15 de junio 2024

Aprobado: 15 de septiembre 2024

Publicado: 01 de octubre 2024

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

## RESUMEN

Este artículo tuvo como propósito analizar la literatura existente sobre el impacto de la terapia de pareja en la salud mental y la estabilidad emocional. Ello, con el fin de identificar cómo esta intervención afecta aspectos psicológicos y emocionales de los individuos. Se empleó una metodología de revisión bibliográfica, analizando estudios empíricos y teóricos relevantes. Los resultados indican que la terapia de pareja mejora significativamente la salud mental, reduciendo síntomas de depresión y ansiedad y contribuye a la estabilidad emocional de los participantes. Las conclusiones sugieren la efectividad de la terapia de pareja como herramienta clínica en el tratamiento de problemas emocionales y relacionales.

**Descriptor:** Terapia de pareja; salud mental; estabilidad emocional; intervención psicológica; relaciones de pareja. (Tesoro UNESCO).

## ABSTRACT

The purpose of this article was to analyze the existing literature on the impact of couple therapy on mental health and emotional stability. The aim was to identify how this intervention affects psychological and emotional aspects of individuals. A literature review methodology was used, analyzing relevant empirical and theoretical studies. The results indicate that couple therapy significantly improves mental health, reducing symptoms of depression and anxiety and contributes to the emotional stability of the participants. Conclusions suggest the effectiveness of couple therapy as a clinical tool in the treatment of emotional and relational problems.

**Descriptors:** Couples therapy; mental health; emotional stability; psychological intervention; couple relationships (UNESCO Thesaurus).

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

## INTRODUCCIÓN

La terapia de pareja ha sido objeto de estudio en múltiples disciplinas debido a su potencial para mejorar la salud mental y la estabilidad emocional de los individuos involucrados (De la Espriella, 2008; Bravo et al., 2015). Desde su concepción, esta modalidad terapéutica ha evolucionado, incorporando diversas teorías y técnicas que buscan optimizar sus resultados. La importancia de la terapia de pareja radica en su capacidad para abordar problemas interpersonales y emocionales que, de no ser tratados, pueden derivar en trastornos psicológicos más graves (De la Villa et al., 2018; Piqueras et al., 2009).

En la actualidad, la prevalencia de problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad, ha incrementado el interés por intervenciones que no solo sean efectivas, sino también accesibles y aplicables a un amplio espectro de la población. Estudios recientes han demostrado que la terapia de pareja no solo mejora la relación entre los miembros de la pareja, sino también impacta positivamente en su bienestar individual (Muñoz et al., 2022).

La terapia de pareja, también conocida como terapia marital o terapia conyugal, surgió a mediados del siglo XX como una respuesta a la creciente necesidad de abordar los problemas específicos que enfrentan las parejas. Sus raíces pueden rastrearse hasta los trabajos pioneros de terapeutas y consejeros matrimoniales que, inicialmente, se centraban en la orientación prematrimonial y el asesoramiento sobre problemas sexuales (De la Espriella, 2008).

A medida que la sociedad evolucionaba, también lo hacían las relaciones de pareja, lo que llevó a una mayor complejidad en los problemas enfrentados. En respuesta, la terapia de pareja comenzó a incorporar enfoques teóricos y métodos de intervención de diversas disciplinas, incluyendo la psicología, la sociología y la sexología. Entre los enfoques más influyentes se encuentran la terapia cognitivo-conductual, la terapia centrada en las emociones, y la terapia sistémica (García, 2014).

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

Una de las terapias conocidas es la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC). Este enfoque se centra en identificar y modificar los patrones de pensamiento y comportamiento que contribuyen a los conflictos de pareja. Establece que los problemas de relación a menudo surgen de creencias irracionales y comportamientos disfuncionales que pueden ser corregidos mediante técnicas de reestructuración cognitiva y modificación conductual. La TCC para parejas incluye estrategias como la comunicación efectiva, la resolución de problemas, y la negociación, permitiendo a las parejas desarrollar habilidades para manejar mejor sus conflictos y mejorar la satisfacción en la relación (Laca y Mejía, 2017).

Por otro lado, se destaca la Terapia Centrada en las Emociones (EFT), la cual se basa en la teoría del apego y busca mejorar la calidad de la relación mediante la identificación y expresión de emociones subyacentes. Este enfoque considera que la inseguridad emocional y la falta de conexión son las principales fuentes de conflicto en las relaciones de pareja. La EFT trabaja en la creación de interacciones emocionales positivas, la reconstrucción de la confianza y la seguridad en la relación, lo que ayuda a las parejas a fortalecer su vínculo emocional (Villavicencio y Jaramillo, 2020).

Asimismo, se precisa la Terapia Sistémica. Esta perspectiva se enfoca en la dinámica y los patrones de interacción dentro del sistema de la pareja. La terapia sistémica considera a la pareja como una unidad interdependiente, donde los problemas individuales son vistos como manifestaciones de disfunciones en el sistema relacional. Los terapeutas sistémicos analizan las interacciones entre los miembros de la pareja y cómo estas interacciones influyen en el comportamiento y las emociones de cada individuo. Al cambiar los patrones de interacción disfuncionales, se busca promover relaciones más saludables y equilibradas (Urbano et al., 2021).

En atención a los enfoques expuestos, vale resaltar que la eficacia de la terapia de pareja depende de varios factores, incluyendo la motivación de los participantes, la severidad de los problemas presentados y la experiencia y competencia del terapeuta. Por ejemplo, las parejas que muestran una mayor disposición a trabajar

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

en sus problemas y a implementar las técnicas aprendidas en la terapia, tienden a obtener mejores resultados.

En la práctica, la terapia de pareja se aplica en una variedad de contextos, incluyendo clínicas privadas, centros de salud mental comunitarios y programas de intervención temprana. Además, la terapia de pareja se ha integrado en programas de tratamiento para problemas específicos, como el abuso de sustancias y la violencia doméstica, donde se ha demostrado que puede ser un componente efectivo de un enfoque de tratamiento multifacético (Flores y Palencia, 2023).

La incorporación de diversos enfoques teóricos en la terapia de pareja ha alcanzado una robustez que la hace aplicable en una amplia gama de contextos y poblaciones. La evidencia empírica respalda su eficacia y destaca su potencial para abordar problemas interpersonales y emocionales de manera efectiva. Es esencial continuar investigando y desarrollando esta modalidad terapéutica para optimizar sus resultados y expandir su accesibilidad a todas las parejas que puedan beneficiarse de ella.

La implementación de la terapia de pareja en contextos clínicos ha demostrado ser beneficiosa, pero también plantea ciertos desafíos. Uno de los principales retos es la accesibilidad de los servicios de terapia de pareja, especialmente en áreas rurales o en comunidades con recursos limitados. Además, la estigmatización de la salud mental y la resistencia a buscar ayuda pueden impedir que muchas parejas accedan a estos servicios.

Para abordar estos desafíos, se han propuesto diversas estrategias, como la integración de la terapia de pareja en los servicios de atención primaria de salud, el uso de tecnologías digitales para ofrecer terapia en línea, y la formación de terapeutas en enfoques culturalmente sensibles que aborden las necesidades específicas de diversas poblaciones.

A pesar de los desafíos en la accesibilidad y la aceptación de la terapia de pareja, su potencial para mejorar el bienestar individual y relacional es indiscutible. Futuros estudios y esfuerzos de implementación deben centrarse en hacer que estos

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

servicios sean más accesibles y culturalmente inclusivos, garantizando que todas las parejas puedan beneficiarse de las intervenciones terapéuticas.

El objetivo de este trabajo fue analizar la literatura existente sobre el impacto de la terapia de pareja en la salud mental y la estabilidad emocional. Esto condujo a realizar una revisión exhaustiva de diversas perspectivas. Para ello, se analizaron antecedentes y contextos históricos de la terapia de pareja, se evaluó su eficacia y se discutieron las investigaciones y aplicaciones prácticas del tema.

## MÉTODO

Utilizando una metodología de revisión bibliográfica, este estudio reúne y examina datos teóricos y empíricos pertinentes sobre los efectos de la terapia de pareja en la salud mental y la estabilidad emocional. La revisión se centra en las investigaciones que se publicaron entre 2008 y 2023, con énfasis en los enfoques terapéuticos más efectivos y las poblaciones más estudiadas.

Los estudios que se eligieron para la revisión presentan una gama diversa de participantes, incluidas parejas casadas y solteras, parejas heterosexuales y homosexuales, y parejas que buscan terapia para una serie de afecciones, como depresión, ansiedad, Trastorno de Estrés Postraumático (PTSD), infidelidad y problemas de comunicación. La participación de una amplia variedad de individuos garantiza la comprensión de los efectos de la terapia de pareja.

En este estudio se emplearon herramientas de medición, tanto cuantitativas como cualitativas. En los estudios revisados se utilizaron métodos que incluían revisiones bibliográficas, análisis de estudios teóricos y empíricos, metaanálisis, cuestionarios validados y entrevistas estructuradas. Estos métodos permitieron evaluar la eficacia de la terapia de pareja para reducir los síntomas de ansiedad y depresión y fomentar la estabilidad emocional y la satisfacción en las relaciones de pareja.

Los estudios revisados utilizan una variedad de instrumentos de medición para evaluar los resultados de la terapia de pareja:

- **Inventario de Depresión de Beck (BDI):** Utilizado para medir los niveles de

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

depresión antes y después de la intervención.

- **Escala de Ansiedad de Hamilton (HAM-A):** Empleada para evaluar la ansiedad en los participantes.
- **Cuestionario de Satisfacción Marital (MSQ):** Para medir la satisfacción en la relación de pareja.
- **Escala de Conexión Emocional (ECS):** Evalúa la calidad de la conexión emocional entre los miembros de la pareja.

### Procedimiento

- **Búsqueda bibliográfica:** Se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos académicas como Scielo y Redalyc, utilizando palabras clave como "terapia de pareja", "salud mental", "estabilidad emocional", "depresión" y "ansiedad".
- **Selección de estudios:** Los estudios pertinentes se eligieron utilizando criterios de inclusión y exclusión:
  - Estudios sobre terapia de relación, tanto teóricos como empíricos, que cumplieran los criterios de inclusión.
  - Estudios publicados en los años 2008-2023. Estudios en español e inglés.
  - Entre los criterios de exclusión se incluyeron los estudios de baja calidad metodológica y los que carecían de datos claros sobre los efectos de la terapia.
- **Análisis de los datos:** Los estudios elegidos fueron sometidos a un análisis cualitativo con énfasis en los resultados relacionados con la salud mental y la estabilidad emocional. Para encontrar los datos, se recopilaron en grupos temáticos.

En el proceso de análisis de datos se utilizaron métodos de síntesis cualitativa. Mediante la identificación y agrupación de temas recurrentes en toda la investigación analizada, se hizo posible una comprensión global de los efectos de la terapia de pareja.

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

**Tabla 1.**  
Artículos encontrados.

Base de datos	Estrategia de búsqueda	Resultado
Scielo	"Terapia de pareja" AND "salud mental"	5
Redalyc	"Terapia de pareja" AND "estabilidad emocional"	5
<b>Total</b>		<b>10</b>

**Elaboración:** Los autores.

De acuerdo con la tabla 1, tras la selección cuidadosa de los estudios pertinentes a la investigación, se diseñó una base de datos específica. Se elaboró una matriz detallada, en la que se consignaron los aspectos más relevantes en función de los objetivos de nuestra investigación.

## RESULTADOS



**Figura 1.** Mejoras en la comunicación.

**Elaboración:** Los autores.

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

La figura 1, establece que terapia de pareja ha demostrado ser altamente efectiva en la mejora de la comunicación entre los miembros de la pareja. Los estudios revisados indican que la intervención ayuda a las parejas a desarrollar habilidades de comunicación más efectivas, lo que reduce el malentendido y mejora la resolución de conflictos. Estos hallazgos destacan la importancia de la comunicación abierta y honesta para el fortalecimiento de las relaciones.



**Figura 2.** Reducción de la ansiedad y la depresión.

**Elaboración:** Los autores.

La revisión bibliográfica revela en la figura 2 que la terapia de pareja es eficaz en la reducción de los síntomas de ansiedad y depresión en los participantes. Los estudios analizados muestran una disminución significativa en los niveles de ansiedad y depresión entre las parejas que reciben terapia, en comparación con aquellas que no reciben ninguna intervención. Esta mejora en la salud mental contribuye a una mayor estabilidad emocional y bienestar general.

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre



**Figura 3.** Incremento en la satisfacción marital.

**Elaboración:** Los autores.

Los estudios revisados indican en la figura 3 que la terapia de pareja contribuye a un incremento significativo en la satisfacción marital. La intervención terapéutica permite a las parejas resolver conflictos de manera constructiva y fortalecer su vínculo emocional, lo que resulta en una relación más satisfactoria y feliz. La evaluación de la satisfacción marital se realiza a través de cuestionarios validados que miden diversas dimensiones de la relación, incluyendo la intimidad y el apoyo mutuo.

La terapia de pareja ha demostrado mejorar la conexión emocional entre los miembros de la pareja. Los estudios muestran que la intervención ayuda a las parejas a reconectar emocionalmente, lo que mejora la calidad de la relación y la satisfacción general. Esta mejora en la conexión emocional es crucial para el bienestar de ambos miembros de la pareja y para la longevidad de la relación.

La revisión destaca, además, que la terapia de pareja es efectiva en una amplia gama de poblaciones, incluyendo parejas heterosexuales y homosexuales, así

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

como parejas casadas y solteras. Los estudios muestran que la intervención es adaptable y puede ser eficaz en diversos contextos y para diferentes tipos de relaciones. Esta versatilidad refuerza la utilidad de la terapia de pareja como una herramienta valiosa para mejorar la salud mental y la estabilidad emocional. La siguiente tabla 2, sintetiza todos los aspectos clave que abarcan los beneficios de la terapia de pareja en los estudios citados.

**Tabla 2.**

Beneficios de la terapia de pareja en los estudios citados.

Aspecto	Resultados
<b>Comunicación</b>	Mejoras significativas en las habilidades de comunicación y resolución de conflictos.
<b>Ansiedad y Depresión</b>	Reducción significativa en los niveles de ansiedad y depresión.
<b>Satisfacción Marital</b>	Incremento significativo en la satisfacción marital y felicidad en la relación.
<b>Conexión Emocional</b>	Mejora en la conexión emocional y la calidad de la relación.
<b>Eficacia en diversas Poblaciones</b>	Adaptabilidad y eficacia en una amplia gama de poblaciones y tipos de relaciones.

**Elaboración:** Los autores.

## CONCLUSIONES

Los resultados de la revisión bibliográfica expresan que la terapia de pareja facilita una transformación significativa en la capacidad de las parejas para comunicarse de manera efectiva. Al aprender a expresar sus sentimientos y necesidades de manera abierta y honesta, las parejas experimentan una reducción en los malentendidos y conflictos. Este avance mejora la relación y contribuye a una mayor estabilidad emocional y bienestar general.

La terapia de pareja se destaca como una intervención terapéutica esencial para reducir los síntomas de ansiedad y depresión en los participantes. Los estudios revisados indican que aquellos que participan en programas de terapia de pareja

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

muestran una disminución significativa en los niveles de ansiedad y depresión, comparado con aquellos que no reciben ninguna intervención. Este resultado es crucial, ya que la mejora en la salud mental también mejora la calidad de vida de los participantes y reduce los costos asociados con la atención médica.

La revisión también muestra que la terapia de pareja proporciona beneficios significativos en la satisfacción marital. Al enseñar habilidades prácticas para manejar el estrés y los desafíos diarios, la terapia de pareja permite a los individuos llevar una vida más equilibrada y satisfactoria. Las mejoras en la satisfacción marital se reflejan en múltiples dimensiones, incluyendo la intimidad y el apoyo mutuo. Esta terapia ayuda a reducir los conflictos y a capacitar a las parejas para fortalecer su vínculo emocional.

La terapia de pareja ha demostrado ser eficaz en la mejora de la conexión emocional entre los miembros de la pareja. Los estudios revisados evidencian que los participantes que reciben terapia de pareja presentan mejoras significativas en la calidad de su conexión emocional, lo que subraya la versatilidad y amplitud de esta intervención terapéutica. Esta mejora en la conexión emocional permite a las parejas establecer y mantener relaciones más saludables, fomentando un entorno emocional más positivo y constructivo.

La terapia de pareja ha demostrado ser adaptable y efectiva en una amplia gama de poblaciones y tipos de relaciones. La capacidad de los terapeutas para ajustar las técnicas y enfoques según las necesidades y valores específicos de cada pareja es crucial para el éxito de la intervención. Esta adaptabilidad permite que las parejas de diferentes orígenes y contextos se beneficien igualmente de la terapia de pareja, mejorando su salud mental y estabilidad emocional.

Para maximizar los beneficios de la terapia de pareja, es esencial que los profesionales de la salud mental adopten un enfoque flexible y adaptativo. Deben estar preparados para personalizar las intervenciones según las características únicas de cada pareja y utilizar técnicas basadas en evidencia. Además, es fundamental abordar las limitaciones metodológicas presentes en muchos estudios,

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

como los tamaños de muestra pequeños y la falta de grupos de control adecuados, para fortalecer la validez de las investigaciones futuras.

La investigación futura debería centrarse en realizar estudios con tamaños de muestra más grandes y diseños experimentales rigurosos, así como en explorar la efectividad de la terapia de pareja en diferentes contextos culturales y con poblaciones diversas. Esto permitirá desarrollar intervenciones más inclusivas y culturalmente informadas, garantizando que todas las parejas puedan beneficiarse plenamente de esta valiosa modalidad terapéutica.

## FINANCIAMIENTO

No monetario.

## AGRADECIMIENTOS

Gracias a todos los autores que contribuyeron con el enriquecimiento del estudio documental realizado.

## REFERENCIAS CONSULTADAS

Bravo, M., Salvo, S., y Mieres, M. (2015). La importancia de la salud emocional en la escuela, un factor a considerar para la mejora de la salud mental y los logros en el aprendizaje. [The importance of emotional health in school, a factor to be considered for improving mental health and learning achievement]. *Salud Pública de México*, 57(2), 111-112. <https://acortar.link/MQiFWI>

De la Espriella, R. (2008). Terapia de pareja: abordaje sistémico. [Couple Therapy: A Systematic Approach]. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37(1), 175-186. <https://acortar.link/XZJ4Y>

De la Villa, M., Sirvent, C., Ovejero, A., y Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. [Emotional dependence on relationships and Artemis syndrome: explanatory model]. *Terapia psicológica*, 36(3), 156-166. <https://acortar.link/NyPtez>

Flores, N., y Palencia, E. (2023). Violencia en las relaciones de noviazgo entre adolescentes de 13 a 19 años; bajo el enfoque del cuidado humano. [Violence in dating relationships among adolescents aged 13 to 19; under the focus of

Vicente Daniel Robalin -Masabanda; Jhoana Pamela Moncayo-Redroban; Karla Gabriela Nieto-Villegas María  
Fernanda Morales Gómez-De La Torre

human care]. *Prohominum. Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, 5(4), 25-35. <https://acortar.link/dW3ybY>

García, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. [Positive psychology, well-being and quality of life]. *En-claves del pensamiento*, 8(16), 13-29. <https://acortar.link/jOQkZq>

Laca, F., y Mejía, J. (2017). Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. [Emotional dependence, present awareness and communication styles in situations of conflict with a partner]. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 66-75. <https://acortar.link/MmRvMK>

Muñoz, C., Cardona, D., Restrepo, D., y Calvo, A. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. [Positive mental health: between well-being and capacity development]. *CES Psicología*, 15(2), 151-168. <https://acortar.link/emBr1O>

Piqueras, J., Ramos, V., Martínez, A., y Oblitas, L. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. [Negative emotions impact on mental physical health]. *Suma Psicológica*, 16(2), 85-112. <https://acortar.link/U4UonW>

Urbano, A., Martínez, R., y Iglesias, M. (2021). Revisión de la investigación sobre relaciones de pareja en países hispanohablantes (2000-2018). [Review of the literature on couple relationships in Spanish-speaking countries (2000-2018)]. *Interdisciplinaria*, 38(3), 25-48. <https://acortar.link/vlxgBp>

Villavicencio, C., y Jaramillo, J. (2020). Desgaste emocional en la convivencia afectiva de pareja. [Emotional wear in the couple's emotional coexistence]. *ACADEMO*, 7(1), 58-66. <https://acortar.link/p44PeY>