

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Relationships during isolation: couples who separated.

 **Marcelo R. Ceberio**¹
marcelorceberio@gmail.com

 **Jésica Agostinelli**²
agostinellijesica@gmail.com

 **Romina Daverio**³
rominadaverio@yahoo.com.ar

 **Gabriela Benedicto**⁴
gabyweb13@hotmail.com

 **Catalina Wild**⁵
catalina.wild@gmail.com

 **Jaqueline Deffina**⁶
deffina@hotmail.com

 **Nicolas Baez**⁷
nicolas.baez@uflouniversidad.edu.ar

Laboratorio de investigación en Neurociencias y ciencias sociales, UFLO, ESA, (Argentina)^{1,2,3,4,5,6,7}

Resumen

El confinamiento a raíz de la pandemia COVID-19 ha impactado en diversos ámbitos de la vida cotidiana de las personas en todo el mundo. En líneas generales, se manifestaron cambios a nivel económico, sanitario, social y consecuentemente a nivel emocional. Debido a esto, en las relaciones de pareja se encontraron nuevas fortalezas y otros tantos desafíos. Para poder comprender cómo el confinamiento impactó sobre las separaciones de las parejas, se propuso investigar en la población argentina algunas variables causales. Se realizó un estudio descriptivo con 2562 muestras de las cuales 467, es decir casi el 20%, se separó durante el aislamiento. El 53% mencionó problemas de comunicación, el 40% destacó la falta de amor y similares números con diferencias de valores y formas de convivencia. Las conclusiones obtenidas pretenden servir de utilidad en el diseño de futuras líneas de intervención y tratamiento en la práctica clínica, para parejas que presenten crisis estructurales en la pareja.

Palabras claves: Confinamiento, Covid-19, Parejas, Separaciones, Convivencia, Satisfacción, Insatisfacción.

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.



Abstract

The confinement as a result of the COVID-19 pandemic has impacted various areas of daily life of people around the world. In general, changes were manifested at an economic, health, social level and consequently at an emotional level. Due to this, new strengths and many other challenges were found in couple relationships. In order to understand how confinement had an impact on the separations of couples, it was proposed to investigate some causal variables in the Argentine population. A descriptive study was carried out with 2562 samples, of which 467, that is, almost 20%, were separated during the study. 53% mentioned communication problems, 40% highlighted the lack of love and similar numbers with differences in values and forms of coexistence. The conclusions obtained are intended to be useful in the design of future lines of intervention and treatment in clinical practice, for couples who present structural crises in the couple.

Keywords: Confinement, Covid-19, Couples, Separations, Coexistence, Satisfaction, Dissatisfaction.

Introducción

En el mes de marzo del año 2020, la Organización Mundial de la Salud declaró como pandemia la expansión mundial del virus COVID-19. Esto implicó que los gobiernos establecieran aislamientos sociales, preventivos y obligatorios en la población, con diferentes niveles de restricción y duración. En Argentina, dicha medida fue instaurada el 19 de marzo de 2020, variando las restricciones en las diferentes provincias con base en los niveles de contagio y tasas de letalidad e incidencia (OMS, 2020).

Teniendo en cuenta los cambios producidos por el COVID-19, es de considerar los efectos del confinamiento en el desarrollo de la vida cotidiana, factores de desempeño académico, estrés laboral, cambios económicos, la satisfacción marital, el comportamiento sexual, entre otros fenómenos a tener en cuenta, como variables que crearon posibles escenarios de cambio llevando a decisiones en la convivencia, unión afectiva, transformación en las relaciones de pareja y en la separaciones (Quezada Berumen et al., 2020).

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Según autores como Rodríguez Salazar et al. (2020), uno de los aspectos más afectados en las relaciones de pareja, es la sexualidad a causa del encierro por la pandemia. Por otro lado, aparecen problemáticas como el estrés generado por la sensación de vulnerabilidad (Ceberio, 2020a, 2022) y el riesgo por la falta de libertad de desplazamiento y pérdida de privacidad, que supone el confinamiento familiar. Además, se observó un mayor uso de tecnologías de información y comunicación a un grado nunca alcanzado antes (Ceberio et al., 2021), repercutiendo en particularidades como la intimidad y el afecto.

Otros autores, como Dewitte et al. (2020), manifiestan que las formas en que cada una de las parejas enfrenten el estrés pandémico dependerá en gran medida de sus vulnerabilidades y resiliencias personales y relacionales, es decir, el estilo de afrontamiento con que enfrentan las situaciones imprevistas. Mencionan que hay una existencia clara de factores estresantes adicionales que podrían exagerar o intensificar las dificultades relacionales y sexuales. Por otra parte, han observado que las situaciones de alto estrés y confinamiento prolongado inducen síntomas de depresión, estrés postraumático, soledad, confusión, ira, frustración, aburrimiento, preocupación relacionada a la salud y miedo. Por último, se menciona la influencia de las limitaciones a causa de la pandemia y como esta puede alterar de forma repentina la rutina diaria, causado por el home office y la escolaridad online (Ceberio, 2020b) limitando las actividades personales, laborales y pasando más tiempo en casa, disminuyendo salidas o anulándolas, aumentando los niveles de ansiedad, estrés y alterando el sentido de uno mismo.

Es así que Ceberio et al. (2021), realizaron una investigación con base a los estados emocionales y los recursos de afrontación en adultos argentinos y pudieron concluir que la pandemia causada por el COVID-19 y el confinamiento fueron dos de los principales factores estresores asociados a estados emocionales de incertidumbre, angustia, ansiedad entre otros. La mayoría de las investigaciones determinan, en el primer período de cuarentena, una tríada de emociones que se encuentran asociadas: miedo, angustia y ansiedad (Monterrosa-Castro et al., 2020; Cedeño et al., 2020; Ceberio, 2021; Ceberio et al., 2021; Chiliquinga et al., 2021).

Asimismo, según Biddle et al. (2020), los cambios producidos por COVID-19 han tenido un efecto en las relaciones, puesto que las interacciones sociales y laborales se vieron afectadas, facilitando la construcción de nuevas interacciones y asociaciones afectivas. Una revisión publicada por Brooks et al. (2020), expone que entre más extensa

sea la cuarentena, mayor será la probabilidad de peores resultados psicológicos, ya que los factores estresantes en los participantes podrían tener un creciente efecto dada la exposición prolongada. Estos autores plantean que una cuarentena superior a 10 días incrementa los síntomas de trastorno de estrés postraumático. En este mismo sentido, mencionan que la infección por COVID-19 produce, en general, altos niveles de miedo e incrementa los niveles de estrés y ansiedad. Otros elementos potencialmente estresantes son la frustración y el aburrimiento, ya que estas variables están asociadas a la pérdida de las rutinas diarias y la reducción del contacto social y afectando las relaciones de convivencia y de pareja.

Es, por tanto, que la construcción y relación de pareja se ven afectadas por la experiencia del COVID-19, entendiendo a la pareja como el resultado de las dinámicas entre dos personas que interaccionan. Entre esas dinámicas se observan el ciclo vital de la pareja, el momento laboral, las cuestiones de índole económico, los estilos relacionales, las creencias y valores, el nivel de recursos frente a situaciones críticas, por lo tanto, intercambian y también se complementan en diferentes actividades individuales y se van construyendo algunos proyectos en común que son los que consolidan la relación conyugal (Ceberio, 2018).

Ante el confinamiento por COVID-19 se observa una situación crítica, en donde las personas en general tienden a ver de qué manera se puede resolver el hecho que generó tal desequilibrio, debido a que toda crisis implica desestabilidad que generan incomodidad y problemas a múltiples niveles. La inestabilidad generada es un problema que implica una alteración momentánea de las reglas que rigen todo sistema, el cambio de funciones que se estaba desarrollando hasta el momento, o un cambio en la manera de pensar las cosas en función de la modificación del sistema de creencias y valores, cambios que pueden llevar a una resolución del conflicto dentro de la pareja o no.

Los autores Daks et al. (2020), investigaron los vínculos entre la flexibilidad e inflexibilidad psicológica ligado a padres y el funcionamiento familiar durante el período de pandemia por COVID-19. En esta investigación, se observó que la flexibilidad psicológica es un factor que repercute significativamente en las relaciones familiares, dependiendo de la resiliencia y el modo de afrontamiento, este último, estará influenciado con el nivel de estrés de la unidad familiar.

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Para esta investigación, se tomó en cuenta el ciclo vital y la influencia de las diferentes etapas con el fin de ilustrar los factores que inciden en estas fases y las tomas de decisión que influyen en estos cambios y como se constituyen en factores influyentes en la situación de crisis del COVID-19 para determinar cambios que llevasen a posibles separaciones. Según Ceberio (2018) las fases del ciclo vital de la pareja se pueden desarrollar, en principio, por el encuentro de los futuros amantes, la primera cita, la conquista o el juego de seducción/ostentación, sellar el pacto, la Etapa “romeica” de fascinación/idealización, para luego llegar a las fases de: “Realificación”: aceptación o desilusión/frustración. En esta fase se afianza el vínculo por la aceptación de las cualidades y diferencias con el otro permitiendo avanzar en el tiempo. Pero por el otro lado, se puede iniciar el proceso de desidealizar, proceso en el que solo se ve lo que profundamente no enamora del otro y se pasa a la crítica y la intolerancia de estas diferencias. Estas emociones hacen que no sea suficiente para preservar o sostener el vínculo, lo que puede llevar a una separación. Pero si cunde la aceptación y la complementariedad, se estructura una pareja madura.

Cuando el vínculo crece y el conocimiento del otro en sus valores, gustos, virtudes y defectos, etc., genera una complementariedad que permite el lento avance hacia la conformación de una familia. Pero cuando este formato no es lo que se mantiene, el vínculo se dirige a la separación a causa de escaladas simétricas, discusiones, descalificaciones y consecuentes sentimientos de desvalorización que llevan a la ruptura. Díaz-Usandivaras (1986), plantea ya en las etapas de ruptura, dos tipos de divorcio el divorcio destructivo o difícil y el divorcio como ciclo vital. El autor plantea las siguientes etapas de la separación o divorcio: de pre-ruptura, de ruptura, de Familia Conviviente Uniparental, de Cortejo o arreglo de Pareja, de rematrimonio, de Familia Reconstituida Estabilizada, del Destete de la Pareja coparental o Divorcio Definitivo.

Para esta investigación nos centramos en las fases de pre-ruptura y ruptura teniendo en cuenta el contexto de pandemia. En la pre-ruptura, la pareja no acaba de decidir si romperá o no su relación (Isaacs et al., 1995). Con el tiempo, el matrimonio se desestabiliza y finalmente se llega a la decisión de divorciarse. Generalmente no llegan los dos a esta decisión, uno tiene más tolerancia que el otro a la ambigüedad y es probable que alguno, en un momento, trate de revertir el proceso. En cambio, en la ruptura se aceptan que son incapaces de resolver las tensiones maritales como para continuar la

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

relación. Deciden quién quedará a cargo de los hijos, dividen propiedades y bienes. Se espera que acepten su propia responsabilidad en el fracaso del matrimonio.

El objetivo general de la presente investigación fue analizar el impacto del aislamiento por la pandemia de COVID-19 en las relaciones de pareja en la población argentina.

Como objetivos específicos se propuso:

1. Identificar cuántas parejas se separaron durante el aislamiento.
2. Evaluar cómo influye el aislamiento en las parejas que se separaron.
3. Explorar que los llevó a la separación.

La hipótesis general que guió nuestra investigación es que el aislamiento, como factor estresante, intensificó pautas y dinámicas de pareja, por lo tanto, las parejas que tenían un nivel de insatisfacción elevado, la pandemia y el aislamiento actuaron como catalizadores que llevaron a procesos de separación. También, tomando en cuenta el ciclo vital de la pareja, que quienes se encontraban en pareja pasaron a la etapa de separación y/o ruptura como resultado del confinamiento.

Método

Se realizó un diseño descriptivo mediante encuestas, con el objetivo de analizar el impacto del aislamiento por la pandemia de COVID-19 en las relaciones de pareja en la población argentina. En tanto la medición se realizó en un único momento temporal, el diseño fue transversal.

Es así que la muestra incidental se compuso por 2562 encuestados, entre 17 y 79 años - $M = 37.17$, $DE = 9.7$ - de los cuales 2275 fueron mujeres -88.8%- y 287 varones -11.2%-. El 51.9% residía en Buenos Aires, Argentina y el 48.1% en el resto del país. De los mismos, el 38.3% realizó home office durante el aislamiento, mientras que el 48.3% no, y el 13.4% parcialmente.

Para ello se realizó el instrumento de protocolo autoadministrable de distribución online, compuesto por un cuestionario sociodemográfico y preguntas de opción múltiple. Se realizó una prueba piloto con 20 encuestados a quienes se solicitó completar el instrumento y realizar observaciones y pedidos de aclaración cuando lo creyeran conveniente. Luego de esto, se modificó la redacción y se incorporaron algunas opciones

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

sugeridas. Entre los ítems que se desarrollaron se diferenciaron aspectos que se evidencian en la tabla 1.

Tabla 1

Preguntas que componen el instrumento

PREGUNTAS	CATEGORÍAS DE RESPUESTAS
¿Estabas en pareja antes del aislamiento (marzo 2020)?	Si/No
Actualmente, ¿siguen juntos?	Si/No
¿Tienen hijos en común?	Si/No
¿Te pusiste en pareja durante el aislamiento?	Si/No
¿Convivían antes del inicio del aislamiento?	Si / No / De forma intermitente
¿Se fueron a convivir durante el aislamiento?	Si / No / De forma intermitente
Durante la cuarentena ¿Realizaste Home office?	Si/No
¿Cuáles fueron los motivos de separación?	Problemas de comunicación. Sentir que se terminó el amor. Diferencias marcadas sobre valores. Formas de vivir. Falta de deseo sexual. Aburrimiento/desgano. Infidelidad. Organización del hogar y pautas de convivencia. Violencia física y/o psicológica. Pérdida de autonomía/espacio de intimidad. Diferencias en estilos de crianza de los hijos. Cuestiones económicas. Discusiones recurrentes sobre el cuidado con respecto al COVID 19. Consumo problemático de alcohol. Drogas. Alimentos.

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Incorporación de personas significativas
en la convivencia durante el aislamiento.

Para los reactivos sobre las consideraciones de la influencia del aislamiento en la pareja, en la decisión de convivir y, en la separación se utilizó una escala de formato Likert de 5 puntos, que oscilaba entre 1 y 5 (Tabla 2).

Tabla 2

Preguntas que componen el instrumento, con escala Likert

PREGUNTAS	CATEGORÍAS DE RESPUESTAS
¿Cómo sentís que afectó el aislamiento en tu relación de pareja?	1 (negativamente) a 5 (positivamente)
¿Cuánto crees que el contexto de aislamiento influyó en la decisión de convivir?	1 (nada) a 5 (totalmente)
¿Cuánto crees que influyó el aislamiento en la separación?	1 (nada) a 5 (mucho)

Se utilizó la plataforma *Google Forms* y fue distribuido a través de redes sociales y listas de difusión creadas por los investigadores durante el mes de noviembre de 2021. La participación fue anónima y voluntaria. Los datos fueron analizados con el *software IBM SPSS Statistics 25* para *Windows* durante abril y mayo del 2022.

Los datos obtenidos posibilitaron realizar tres investigaciones: el primer estudio está enfocado en las parejas que permanecieron unidas durante el confinamiento, la segunda investigación está centrada en las separaciones durante el confinamiento y, la tercera se centra en las parejas que se formaron durante el confinamiento.

Resultados

Se obtuvo una muestra de 2562 encuestados mediante la distribución online de encuestas de los cuales 2275 fueron mujeres -88.8%- y 287 varones -11.2%- mayores de 18 años. Se observó, cómo se evidencia en la tabla 3, que dentro de las 2.563 personas que estaban en pareja antes del confinamiento, 467 -20.4%- se separaron.

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Tabla 3

Cuántas parejas siguieron juntas durante el aislamiento.

¿Estabas en pareja antes del aislamiento (marzo 2020)?	Actualmente, ¿siguen juntos?	
	No	Sí
Sí	467	1816

Tabla 4: Principales Motivos de Separación.

Principales Motivos de Separación	Encuestados	Porcentajes
Problemas de comunicación	248	53.10%
Sentir que se terminó el amor	187	40.04%
Diferencias marcadas sobre valores	180	38.54%
formas de vivir	180	38.54%
Falta de deseo sexual	157	33.62%
Aburrimiento/desgano	120	25.70%
Infidelidad	114	24.41%
Organización del hogar y pautas de convivencia	108	23.13%
Violencia física y/o psicológica	106	22.70%
Pérdida de autonomía/espacio de intimidad	85	18.20%
Diferencias en estilos de crianza de los hijos	66	14.13%
Cuestiones económicas	56	11.99%
Discusiones recurrentes sobre el cuidado con respecto al COVID 19	47	10.06%
Consumo problemático de alcohol	41	8.78%
Consumo de Drogas	41	8.78%
Consumo de alimentos	41	8.78%
Incorporación de personas significativas en la convivencia durante el aislamiento	16	3.43%

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Como se observó en la tabla 4, los encuestados indicaron que los cinco principales motivos de separación fueron: problemas de comunicación -53.1%- , sentir que se terminó el amor -40%- , diferencias marcadas sobre valores -38.5%- , formas de vivir -38.5%- , falta de deseo sexual -33.6%- .

Tabla 5

Influencia del aislamiento en la separación.

¿Cuánto crees que Influyó el aislamiento en la separación?	Encuestados	Porcentajes
no influyó en nada	76	16.27%
2	44	9.42%
3	133	28.48%
4	101	21.63%
influyó mucho	113	24.20%

Dentro de las parejas que se separaron se observó que los participantes describen que el aislamiento influyó mucho en la separación en un porcentaje del 24.2%, que les influyó de manera moderada el 28.5% y que los afectó poco el 16.2% teniendo en cuenta que solo el 20% de la población dentro de esta muestra se separó (tabla 5).

Tabla 6

Hijos en común

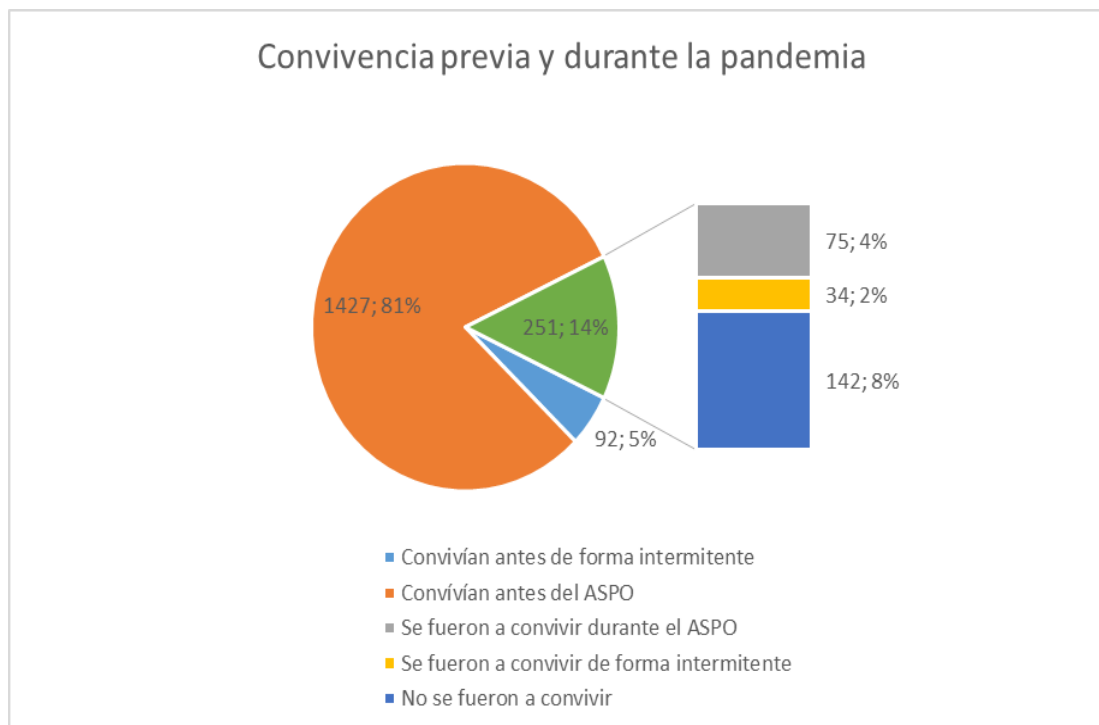
¿Tienen hijos en común?	Frecuencia	Porcentaje
Sí	1090	60%
No	726	40%

Dentro de la investigación se observó (tabla 6) que el 60% correspondiente a un total de 1090 encuestados tenían hijos en común. De este total 187 de estos sujetos se separaron. Además, los resultados demostraron que dentro de los 2562 encuestados un 48.3% realizó home office, un 38% no realizó teletrabajo y un 13.4% tuvo conexiones parciales (figura 1).

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Figura 1

Convivencia previa y durante la pandemia.



Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Discusión de resultados

El contexto de pandemia por COVID-19 y el confinamiento obligatorio, fue una situación desafiante para toda la sociedad en general y, en particular, para las dinámicas relacionales de las personas y de las parejas. Los resultados obtenidos describen que dentro de las 2562 personas que estaban en pareja antes del confinamiento, 467 -20.4%- encuestados se separaron. Estos porcentajes muestran que a pesar de haberse producido procesos de separación en su mayoría se mantuvieron juntos -casi el 80%-. En estos casos de separación, se observan variables de cambio, que posiblemente ya se venían generando previamente a la pandemia por procesos de ciclo vital de la pareja, problemáticas, desgaste relacional y a causa de la situación de presión y dificultad de la crisis, determinaron la definición de la relación. En este caso, el contexto crítico activó y, como señalamos anteriormente, operó como un reactivo catalizador de antiguos malestares que seguramente estaban sistematizados en el vínculo.

Como se ha mencionado anteriormente, Alcalde Herrera (2021), las variables sociodemográficas que actuaron como factores de protección de la calidad diádica ante el

COVID-19 fueron: la edad, la duración de la relación, ser mujer, convivir con la pareja, tener un alto nivel económico, no convivir con hijos y presentar un alto bienestar general percibido con la relación. También hay investigaciones que vinculan a la flexibilidad psicológica como rasgos significativos en relación a la resiliencia y el modo de afrontamiento (Daks et al. 2020). Es decir, la mayoría de los entrevistados contaban con estos recursos.

Dentro de las parejas que se separaron durante el aislamiento se observó que los participantes describen que el aislamiento influyó de manera importante en la separación, en un porcentaje del nivel 5 de la escala -24.2%, nivel 4 que les influyó -casi 22%- y de manera moderada -nivel 3- el 28.5%, lo que totaliza casi un 75% de personas que opinaron que la pandemia fue determinante en la separación. Mientras que en un 9.4% cree que la pandemia influyó poco en la decisión y nada el 16.3%, lo que hace al 25%.

Se observa a su vez, que el 53% de la población llevaban más de 10 años juntos, y el 60% tenían hijos en común. Dentro de estos resultados 187 de los encuestados se separaron teniendo hijos en común, lo que se supone es una decisión de mayor responsabilidad llevar adelante una separación en plena pandemia contemplando todos los pormenores que implican la organización con los hijos.

Según Biddle et al. (2020), algunos de los factores que pueden llevar a la separación, son los efectos producto de problemas económicos asociados con la angustia psicológica y la calidad de la relación de los padres, que perjudica y altera la capacidad de crianza. Esto puede tener un impacto negativo en los niños y adolescentes, incluido el aumento de los problemas de comportamiento, dificultades y trastornos de aprendizaje, rendimiento académico reducido y salud. Por lo cual, el aislamiento causado por el COVID-19 puede tener efectos a largo plazo para el funcionamiento familiar, en las interacciones sociales, laborales y los resultados del desarrollo infantil.

Por tanto, al explorar las variables que los llevaron a separarse se destacan: problemas de comunicación -53.1%-, sentir que se terminó el amor -40%-, diferencias marcadas sobre valores -38.5%-, formas de vivir -38.5%-, falta de deseo sexual -33.6%-. Estas variables las identificamos en lo que se observa como parte del proceso de ciclo vital donde las parejas que no siguen juntas y que se podrían encontrar en las fases de desilusión/frustración. El proceso se inicia con la frustración y la relación se centra en la crítica y la intolerancia impidiendo que se mantenga o preserve el vínculo. Entonces la separación surge en esta fase, en el desencuentro con el otro en sus valores, gustos,

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

virtudes y defectos, etc., y se define como “no compatible”. El deseo sexual se ve deteriorado y refuerza el circuito de la disfunción. Todo este correlato complejo y complicado desemboca en la separación, ya que en este nivel la comunicación está en medio escaladas simétricas, discusiones y consecuentes sentimientos de desvalorización (Ceberio, 2018).

Indagando sobre el motivo principal de separaciones en esta población se puntualizó sobre los problemas de comunicación con un total de 248 encuestados. Siendo este el factor más desencadenante, se infiere que en una pareja la buena comunicación es crucial para evitar desencuentros promotores de conflictos que en situaciones extremas llegan a la separación. Según Ceberio (2019) la buena comunicación se trata no sólo sobre la claridad del mensaje en contenido y forma de expresarlo, sino también de la relación funcional de los comunicadores, el ser respetuoso, el colocarse en el lugar del otro - empatía-, en la predisposición y el escuchar al otro. No obstante, no hay especificación de cuáles son los problemas específicos de la comunicación. No existe registro de ello, pero lo importante es lo que destacaron las parejas y categorizaron en términos de *problemas de comunicación* parte causal de su separación. Por otra parte, cuantitativamente, las parejas normalmente tienen relación cara a cara en pocas horas del día, puesto que el trabajo y el viaje hacia el trabajo ocupa aproximadamente 12 horas, contra 16 horas de vigilia, o sea, quedan cuatro horas por compartir.

Las parejas con cierto grado de conflicto, de alguna manera pueden manejarse en la relación porque pasan muchas horas *sin relación*. El tiempo con otros opera como un factor distractivo del vínculo. Pero la pandemia -de un momento al otro- hizo pasar de tiempos parciales a tiempos totales en la relación de pareja, es decir, se pasó de 4 horas a 16 de convivencia cara a cara. En las parejas con cierto grado de trastorno comunicacional, al sacar los factores de distracción y oxigenación del tiempo parcial con otros, agudizaron el tiempo total compartido y esto activó las disfuncionalidades que se venían medianamente manejando. Así se pusieron en crisis muchas relaciones y no solo eso, sino que llevó precipitadamente a una separación.

Desde Díaz-Usandivaras (1986), estas variables se ven representadas en la fase de separación como la pre-ruptura, donde las dificultades de comunicación empiezan a delimitar valores y pautas de tolerancia que indican el camino a la pre-ruptura y finalmente la ruptura donde la pareja asume su incapacidad para resolver los problemas de comunicación, deciden quién quedará a cargo de los hijos, dividen propiedades y bienes.

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

En la variable que refiere que *se terminó el amor*, Campo y Linares, (2002) definen el desamor como el resultado de una evolución negativa de la etapa del amor, si la relación hace crisis y el desamor se instaura, podría conllevar a la separación y el divorcio, que vienen acompañados de las fases y variables anteriores.

La variable influenciada por la disminución del deseo sexual sería uno de los aspectos más afectados en las relaciones de pareja a causa del encierro por la pandemia (Rodríguez Salazar et al., 2020; Agramonte Machado, 2022). Por otra parte, se ha dejado en evidencia el mundo hipersexualizado que no corresponde con las prácticas reales o cotidianas del día a día. Ya que el aislamiento producto de la cuarentena han demostrado las estructuras que subyacen a la intimidad y los datos avalan con profundidad los contornos de la vida sexual en las parejas.

Otro de los posibles factores que pudiesen llevar a crear malestar dentro de la convivencia derivando en posible separación, sería el trabajo en modalidad Home Office. Los resultados demostraron que dentro de los 2562 encuestados un 48.3% realizó Home Office, un 38% no realizó teletrabajo y un 13.4% tuvo conexiones parciales. Un factor predominante en la modalidad Home Office, es el espacio de trabajo y que este mismo favorezca a la concentración y coexistencia para las prácticas cotidianas de la vida doméstica e intimidad personal, siendo este un elemento escaso, debido a la imposibilidad de que haya compatibilidad entre ambas exigencias (Bard Wigdor y Bonavitta, 2021). Trabajar en el mismo espacio de intimidad doméstica, ha sido un factor de perturbación, acentuado por la escolaridad online que también sumó las actividades que se llevaban en el exterior al interior (Ceberio, 2020b). Además, se pueden observar otros factores negativos como la no adaptación, la imposibilidad de generar una división efectiva del tiempo de trabajo y las tareas cotidianas, mayor cansancio producto de las conexiones virtuales consecutivas, y finalmente el estrés y angustias causadas por la inconformidad que genera esta modalidad.

Los datos obtenidos, en general, brindaron un 37.6% de encuestados que consideraron que el aislamiento influyó en la decisión de convivir, el nivel de satisfacción asociado a la convivencia fue bastante satisfactorio con un 33.9% mientras que el 31.2% respondió totalmente satisfecho. Asimismo, los resultados arrojaron que, de las 2563 personas entrevistadas, como señalamos, 467 encuestados se separaron y el 81% de los encuestados convivían previamente al confinamiento, mientras que el 14% no lo hacían.

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Al momento de la encuesta, solo 75 personas es decir solo el 4% se fueron a convivir. Es un indicador importante que las parejas en un 81% continúen unidas a pensar de la crisis, lo que demarca resiliencia y fortaleza adaptativa a pesar de un golpe tan intenso emocionalmente como de hecho fue la pandemia.

Los resultados confirman parcialmente nuestra hipótesis de que el aislamiento intensificó las pautas y dinámicas disfuncionales en la pareja facilitando o llevando a la separación, así como afianzando la hipótesis de ciclo vital de la pareja, que quienes se encontraban en pareja pasaron a la etapa de separación como resultado del confinamiento.

Conclusiones

El confinamiento generado por el COVID-19 impactó de diferentes maneras a la sociedad actual. En las relaciones de parejas se generaron cambios significativos en la estructura, el funcionamiento familiar, la dinámica contextual y en la toma de decisiones. En esta investigación se pudo observar que las relaciones de pareja estuvieron presentes estos cambios producidos por el aislamiento, en determinados casos ocasionando separaciones y malestar. Aun así, no se han desestabilizado totalmente, por lo contrario, se han adaptado la mayoría de las parejas favorablemente a los desafíos contextuales, con un nivel de satisfacción alto. En los casos de parejas con hijos se observan varios factores influyentes: económicos, la resiliencia y la flexibilidad psicológica de las parejas para afrontar las situaciones estresantes. Por otro lado, a través de los datos revelados se puede reconocer que, dentro de los principales motivos de separación, el más significativo es el problema en la comunicación brindando un indicio del núcleo de la problemática causada por el confinamiento.

También se observa entre otros principales motivos de separación: sentir que se terminó el amor, diferencias marcadas sobre valores, formas de vivir y falta de deseo sexual, variables que se identifican en la etapa del desamor lo cual en medio del proceso del aislamiento podría ser una variable que se amplificó o aceleró los procesos del darse cuenta de las debilidades del vínculo al irse a vivir juntos o ya en la experiencia de permanecer más tiempo juntos con variables además como las del home office llevando a la separación.

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Referencias

- Agramonte Machado, A. (2022). COVID/19, impacto psicosocial en el área de la salud sexual y reproductiva. In *Cuba Salud* 2022. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662022000100013&lng=es&nrm=iso
- Alcalde Herrera, R. (2021) El impacto del Covid-19 en la calidad de las relaciones de pareja en población española. Un estudio descriptivo correlacional. [Trabajo Final de Master, Universidad de Alcalá]. <http://hdl.handle.net/10017/47708>
- Bard Wigdor, G., Bonavitta, P. (2021). Covid-19, teletrabajo y cuidados: impacto en la vida de las mujeres profesionales de Argentina. *Revista Latinoamericana de Antropología del Trabajo*, 5(11), 1-20. <http://hdl.handle.net/11336/140396>
- Biddle, N., Edwards, B., Gray., M., Sollis, K. (2020). *Mental health and relationships during the COVID-19 pandemic*. Centre for Social Research and Methods (CSRM). <http://hdl.handle.net/1885/213189>
- Bard Wigdor, G. y Bonavitta, P. (2021). Covid-19, teletrabajo y cuidados: impacto en la vida de las mujeres profesionales de Argentina. *Revista Latinoamericana de Antropología del Trabajo*, 5(11), 1-20. <http://hdl.handle.net/11086/21992>
- Brooks, S, K., Webster, RK., Smith L, E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., Woodland, L. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. 395(10227), 912-20. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Campo, C., Linares, J, L. (2002). *Sobrevivir a la pareja: Problemas y Soluciones*. Planeta.
- Ceberio, M, R. (2018). *Los juegos del mal amor: El amor: la comunicación y las interacciones que destruyen parejas*. Ediciones B.
- Ceberio, M. R. (2019). *Qué digo cuando digo: De los malentendidos a la buena comunicación*. Ediciones b.
- Ceberio, M, R., Cocola, F., Benedicto, G., Jones, G., Agostinelli, J., Calligaro, C., Videla., M, D. y Daverio., R. (2021). Estudio comparativo de los estados emocionales y recursos de afrontamiento en adultos argentinos durante la cuarentena por el COVID-19. *Revista Angolana De Ciências*, 3(2), 303-326. <https://doi.org/10.54580/R0302.03>
- Ceberio, M. R. (2021). Contexto y vulnerabilidad en la crisis del covid-19: emociones y situaciones del durante e interrogantes acerca del después. *Ajayu Órgano de*

Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP, 19(1), 90-126.

http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S207721612021000100004&lng=es&tlng=es

Ceberio, M., Jones, G. M. y Benedicto, M. G. (2021). La ansiedad en la población argentina en el contexto de pandemia por el COVID-19. *Revista de Psicología-Tercera época*, 20. <https://doi.org/10.24215/2422572Xe081>

Ceberio, M. R. (2020a). *Los barbijos emocionales*. Akadia.

Ceberio, M. R. (2020b). COVID 19: las aulas vacías y la escolaridad online, ¿la enseñanza virtual vino para quedarse? *Sistemas Familiares*, 7.

Cedeño, N. J. V., Cuenca, M. F. V., Mojica, Á. A. D., & Portillo, M. T. (2020). Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión. *Enfermería investiga*, 5(3), 63-70. <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v5i3.913.2020>

Chiliquinga, N. S. R., Mina, L. Á. P., Villavicencio, I. G. J., Rolando, B. I. S., & Urgilez, M. R. (2021). Factores de riesgo asociados a depresión y ansiedad por Covid-19 (SARS-Cov-2). *Journal of American Health*, 4(1), 63-71. <https://doi.org/10.37958/jah.v4i1.64>

Daks, J. S., Peltz, J. S., Rogge, R. D. (2020). Psychological flexibility and inflexibility as sources of resiliency and risk during a pandemic: Modeling the cascade of COVID-19 stress on family systems with a contextual behavioral science lens. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 16-27. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.08.003>

Díaz-Usandivaras, C. (1986). El ciclo del divorcio en la vida familiar. *Revista Terapia Familiar*. Año IX. No 15 (pp 15 - 35)

Dewitte, M., Otten, C., Walker, L. (2020). Making love in the time of corona - considering relationships in lockdown. *Nature Reviews Urology*, 17, 547-553. <https://doi.org/10.1038/s41585-020-0365-1>

Monterrosa-Castro, Á., Dávila-Ruiz, R., Mejía-Mantilla, A., Contreras-Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M., & Flores-Monterrosa, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195-213. <https://dx.doi.org/10.29375/01237047.3890>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2020). Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. Discursos Del Director General de La OMS, 1.

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.

Quezada Berumen, L., Landero Hernández, R., González Ramírez, M. (2020).

Satisfacción marital e impacto del confinamiento por COVID-19 en México.

Interacciones, 6(3), e173. <https://doi.org/10.24016/2020.v6n3.173>

Rodríguez Salazar, T., Rodríguez Morales, Z. (2020). Intimidad y relaciones de pareja durante la pandemia de la COVID-19 en Guadalajara. *Espiral Estudios Sobre Estado y Sociedad*,

27(78-79),215-264. <https://doi.org/10.32870/ees.v28i78-79.7206>

Relaciones de pareja durante el aislamiento: Parejas que se separaron.