

## COVID-19: Relaciones de pareja durante el aislamiento

### ¿Hay parejas que continuaron juntas en ese período crítico?

*Ceberio R. Marcelo<sup>1</sup>*  
*Agostinelli Jélica<sup>2</sup>*  
*Daverio Romina<sup>3</sup>*  
*Benedicto María Gabriela<sup>4</sup>*

#### Resumen

La pandemia y el consecuente confinamiento obligatorio, afectó directamente la vida de las personas y sus relaciones. Entre estas, las relaciones de pareja se han encontrado con múltiples desafíos. Con el propósito de investigar el impacto del aislamiento por pandemia de Covid-19 en las relaciones de pareja en población argentina, se realizó un estudio descriptivo con 2562 personas. De las mismas, 2283 encuestados estaban en pareja antes del confinamiento. El 79.5% siguieron juntas durante el aislamiento, el 53% llevaba más de 10 años juntos y el 60% tenían hijos en común. Los recursos que los ayudaron a seguir juntos como pareja fueron: buena comunicación, respetar los espacios de intimidad personal, manifestaciones afectivas, actividades compartidas, relaciones sexuales. Las conclusiones obtenidas pretenden servir de utilidad en el diseño de futuras líneas de prevención en la práctica clínica, e intervención para parejas que llegan en situación de crisis, buscando estimular la resiliencia conyugal.

**Palabras clave:** Confinamiento - Covid-19 - Parejas - Recursos - Convivencia - Satisfacción.

## COVID-19: Relationships during isolation

### Are there couples who continued together in that critical period?

#### Abstract

The pandemic and the consequent mandatory confinement directly affected people's lives and their relationships. Among these, couple relationships have encountered multiple challenges. In order to investigate the impact of isolation due to the Covid-19 pandemic on couple relationships in the Argentine population, a descriptive study was carried out with 2,562 people.

---

<sup>1</sup> LINCS (Laboratorio de Investigación en Neurociencias y Cs. Sociales). E-mail: [marcelorceberio@gmail.com](mailto:marcelorceberio@gmail.com)

<sup>2</sup> LINCS (Laboratorio de Investigación en Neurociencias y Cs. Sociales). E-mail: [jesiagostinelli@hotmail.com.ar](mailto:jesiagostinelli@hotmail.com.ar)

<sup>3</sup> LINCS (Laboratorio de Investigación en Neurociencias y Cs. Sociales). E-mail: [rominadaverio@yahoo.com.ar](mailto:rominadaverio@yahoo.com.ar)

<sup>4</sup> LINCS (Laboratorio de Investigación en Neurociencias y Cs. Sociales). E-mail: [gabyweb13@hotmail.com](mailto:gabyweb13@hotmail.com)

Of these, 2,283 respondents were in a relationship before confinement. 79.5% stayed together during isolation, 53% have been together for more than 10 years, and 60% have common children. The resources that helped them stay together as they were: good communication, respecting spaces of personal intimacy, affective manifestations, shared activities, sexual relations. The conclusions obtained are intended to be useful in the design of future lines of prevention in clinical practice, and intervention for couples who arrive in a crisis situation, seeking to stimulate marital resilience.

**Keywords:** Confinement Covid-19, Couples, Resources, Coexistence, Satisfaction.

### Introducción

La pandemia, por la expansión mundial del virus Covid-19 (OMS, 2020) y su consecuente confinamiento, produjo un cambio sustancial en la vida de las personas. A nivel mundial se manifestaron transformaciones en aspectos económicos, sanitarios, sociales, laborales, entre otros (Quezada Berumen et al., 2020). En este marco, se experimentaron alteraciones en los aspectos relacionales y emocionales en la vida de las personas.

La mayoría de las investigaciones determinaron, una tríada de emociones que se encontraban asociadas: miedo, angustia y ansiedad (Aliaga Tinoko, 2020; Ceberio, 2021; Inchausti et al., 2020; Schmidt et al., 2020). Estas emociones tan observadas en las diferentes investigaciones sobre los efectos psicológicos de la pandemia, constituyen el repertorio básico del estrés (Ceberio et al., 2021; Brown et al., 2020; Wang et al., 2020). El aislamiento social

tuvo su impacto en el desempeño académico, estrés laboral, cambios económicos, la satisfacción marital, el comportamiento sexual, entre otros. Estas variables crearon diversos escenarios de cambio, llevando a ejecutar decisiones en la convivencia, cuestionamientos en la unión afectiva, transformación en las relaciones de pareja y separación (Quezada Berumen et al., 2020; Rodríguez Salazar & Rodríguez Morales, 2020). De modo tal que, los cambios producidos por el confinamiento tuvieron un efecto en las relaciones, puesto que las interacciones sociales y laborales se vieron afectadas, facilitando la construcción de nuevas interacciones y dinámicas afectivas (Biddle et al., 2020).

Alcalde Herrera (2021) menciona que los eventos estresantes pueden amenazar la calidad y la estabilidad de las relaciones de pareja. 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. Además, menciona que hay una existencia clara de factores estresantes adicionales, que podrían exagerar o intensificar las dificultades relacionales y sexuales.

La pareja puede ser considerada como el germen de la familia (Ceberio, 2017). Campo y Linares (2002) señalan que una pareja se conforma cuando dos personas procedentes de familias distintas toman la decisión de construir un vínculo afectivo con el fin de compartir juntos un proyecto. Mihanovich (2013) define la pareja humana como un acoplamiento estructural, una configuración especial de dos personas que se ubican en un diálogo peculiar que da por supuesto: el amor y la mutua elección, la permanencia en un tiempo más o menos prolongado, determinado acercamiento físico con cierta presunción de exclusividad, alguna anticipación de que el otro puede y debe aportar un cuota importante de felicidad, cierta complementariedad en cuanto a los modelos socioculturales de parejas, el esbozo de un proyecto en común, la inclusión y la definición en un ámbito social de su condición de pareja.

Como se mencionaba anteriormente, el confinamiento repercutió sobre las dinámicas relacionales de las personas y de

las parejas. Numerosas investigaciones han relacionado la calidad de la relación de pareja con el bienestar psicológico individual (Beach et al. 2003; Proulx et al., 2007; Whisman, 2001; Zimmer-Gembeck y Ducat, 2010). Alcalde herrera (2021), en una reciente investigación, declara que 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. La pareja es un sistema relacional que va más allá de los componentes individuales. No puede entenderse como la suma de dos personas si la observamos como un sistema con componentes que interaccionan y que intercambian palabras, ideas, pensamientos, emociones, sentimientos, ideologías, gustos. Pero además que se hallan dispuestos tácita o explícitamente a negociar en pos de una unidad, la unidad del sistema pareja (Ceberio & Maresma, 2022).

Gottman (2012) habla de matrimonios emocionalmente inteligentes, para hacer referencia a quienes en sus vidas cotidianas han adquirido una dinámica que impide que sus pensamientos y sentimientos negativos sobre el compañero ahoguen los positivos. Destaca la escucha activa, como recurso fundamental en una pareja para resolver

conflictos. Ceberio (2017) menciona a la comunicación como recurso principal en toda relación de pareja y afirma que en su constitución existen “dos personas reales y múltiples fantasmas”. En la interacción que desarrollan, los códigos pasados se intercambian, se pactan acuerdos y desacuerdos que conforman un código actual, recreando las normas que sostienen el sistema y desarrollarán el futuro del mismo (Ceberio, 2017). Pietromonaco y Overall (2020), hacen referencia a la comunicación efectiva, en donde intervienen elementos que sustentan una relación de calidad, y la hacen satisfactoria. Valorar la relación de pareja de forma positiva, amortigua el impacto de eventos estresantes, como el escenario pandémico y el confinamiento (Quezada et al., 2020).

Las hipótesis que guió nuestra investigación fue que las parejas se han adaptado favorablemente al periodo de confinamiento. En cuanto al ciclo vital de la pareja, se hipotetizó que quienes se encontraban en el noviazgo, han pasado a la etapa de consolidación de la pareja, producto del confinamiento.

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

Como objetivos específicos se propuso:

1. Identificar cuantas parejas siguieron en la relación durante el aislamiento.
2. Evaluar como influyó el aislamiento en las parejas que siguieron juntas y en la decisión de convivir.
3. Explorar recursos que los ayudaron a seguir juntos.
4. Indagar el nivel de satisfacción con la relación de pareja y la decisión de convivir.
5. Analizar cuantas personas se fueron a convivir en cuarentena.

### **Método**

Se realizó un estudio descriptivo de la información recogida a partir de la distribución de encuestas en línea, que fueron respondidas voluntariamente por 2562 personas, entre 17 y 79 años ( $M = 37.17$ ,  $DE = 9.7$ ), de los cuales 2275 fueron mujeres (88.8%) y 287 varones (11,2%).

Se aplicaron los procedimientos recomendados por la American Psychological Association (1992) en relación a consentimiento informado y confidencialidad para trabajos de investigación con seres humanos, los principios establecidos por la Convención Americana de Derechos Humanos, y lo establecido en la Ley N° 25.326 de Protección de Datos Personales. Una vez obtenida la conformidad de los participantes para participar en la evaluación, los mismos tuvieron

oportunidad en caso de solicitarlo, de interactuar con los investigadores y conocer los objetivos de la investigación.

El muestreo fue de tipo no probabilístico, de voluntarios, quienes respondían un cuestionario autoadministrado que recibían a través de redes sociales. El 51.9% residía en Buenos Aires, Argentina y el 48.1% en el resto del país. En relación a la modalidad de trabajo, El 38.3% de los encuestados realizó home office durante el aislamiento,

mientras que el 48.3% no, y el 13.4% parcialmente.

Con el objetivo de indagar las relaciones de parejas durante el aislamiento, se confeccionó un protocolo autoadministrable de distribución online, compuesto por un cuestionario sociodemográfico y preguntas de opción múltiple. Entre los ítems que se desarrollaron se diferenciaron:

PREGUNTAS	CATEGORIAS DE RESPUESTAS
¿Estabas en pareja antes del aislamiento (marzo 2020)?	Si/No
Actualmente, ¿siguen juntos?	Si/No
¿Tienen hijos en común?	Si/No
¿Cuánto tiempo llevan juntos?	Menos de 1 año
	Entre 1 año y 3 años
	Entre 4 y 6 años
	Entre 7 y 10 años
	Más de 10 años
¿Qué recursos consideras que tuvieron como pareja para afrontar el aislamiento?	Buena comunicación
	Respetar los espacios de intimidad personal
	Relaciones sexuales
	Cuestiones económicas
	Actividades compartidas: actividad física, plataformas online, hobbies.
	Expresiones de valoración
	Manifestaciones afectivas
	Otro...
¿Convivían antes del inicio del aislamiento?	Si / No / De forma intermitente
¿Se fueron a convivir durante el aislamiento?	Si / No / De forma intermitente
Mirando hacia atrás, ¿crees que fue una decisión apresurada?	Si/No

Para los reactivos sobre las consideraciones de la influencia del aislamiento, la decisión de convivir, el nivel de satisfacción con

respecto a la convivencia y a la relación de pareja se utilizó una escala de formato Likert de 5 puntos, que oscilaba entre 1 y 5.

PREGUNTAS	CATEGORIAS 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)
Hoy en día, ¿qué tan satisfecho/a estás con la convivencia?	1 (nada satisfecho) a 5 (totalmente satisfecho)
Hoy en día, ¿qué tan satisfecho/a estas con la relación de pareja?	1 (nada satisfecho) a 5 (totalmente satisfecho)

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 sugeridas. El protocolo en formato Google Forms, 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.

## Resultados

Se realizó un análisis de tipo descriptivo para resumir las características más relevantes de la muestra en función del porcentaje de respuestas. Debido a la gran cantidad de mujeres que respondieron en

relación a la cantidad de hombres, no se obtuvieron cuotas representativas de la verdadera composición demográfica del país. No se realizó entonces un análisis de tipo inferencial a la población general ya que las conclusiones podrían estar sesgadas. Sin embargo, al tratarse de una muestra grande y lo suficientemente dispersa en edad y ubicación geográfica, es posible aceptar una generalización de los resultados obtenidos.

En el caso de los recursos utilizados para afrontar el aislamiento, las opciones de respuesta no eran excluyentes, por lo que se trabajó esa variable como un ítem de opción múltiple.

En la discriminación de los resultados por ítems, se observó que de 2283 personas que estaban en pareja antes del confinamiento, 1816 (79.5%) siguen juntas (Tabla 1). De las mismas, el 53% lleva más de 10 años juntos (tabla 2) y el 60% tenían hijos en común (Tabla 3).

El hecho de hacer *homeoffice* no influyó en la decisión de seguir juntos o no. La prueba de independencia arroja un valor de chi cuadrado de 1,92, que corresponde a un p-value de 0.383, con lo que no se rechaza la hipótesis de independencia. En cambio, el hecho de tener hijos sí influyó en la decisión de seguir juntos luego del aislamiento: el porcentaje de quienes continuaron viviendo juntos fue mayor entre las parejas que tenían hijos (la prueba de independencia arrojó un p-value de 0).

Los encuestados indicaron los recursos que los ayudaron a seguir juntos como pareja. Los cinco principales fueron: buena comunicación, respetar los espacios de intimidad personal, manifestaciones afectivas, actividades compartidas, relaciones sexuales (Figura 1). Además, se indagó sobre como sintieron que afectó el aislamiento en su relación de pareja y el 35.5% respondió que moderadamente, el 23.9% positivamente y solo el 8.4% negativamente (Tabla 4).

En cuanto a la convivencia, el 81% de los encuestados convivían previa al confinamiento, mientras que el 14% no convivía. De quienes no convivían, 50 personas llevaban entre 1 año y 3 años juntos, 33 entre 4 y 6 años juntos, y 18 encuestados entre 7 y 10 años juntos. Al momento de la encuesta, el 4% personas se fueron a convivir y el 2% conviven

intermitentemente, mientras que el 8% continuo sin convivir (Figuras 2 y 3).

Por otra parte, se exploró los que consideraron que si/no fue una decisión apresurada el hecho de la convivencia, como se muestra en la tabla 5.

Además, se exploraron las respuestas de como influyó el aislamiento en la decisión de vivir en pareja, en una escala del 1 (nada influyó) al 5 (influyó totalmente). Se observó el mayor porcentaje (37,6%) en que la influencia fue total, el 17,4% considerablemente y el 17,4% respondieron que no influyó (Tabla 6). En cuanto al nivel de satisfacción con respecto a la convivencia, también se presentó una escala Likert de 1 al 5: el 33.9% respondieron bastante satisfecho, mientras que el 31.2% totalmente satisfecho y el 21.1% algo satisfecho (tabla7).

En cuanto al nivel de satisfacción con la relación de pareja aplicando la misma escala: un 38.5% totalmente satisfecho, un 30% bastante satisfecho, y un 19.3% algo satisfecho.

## Discusión

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. Sin embargo, los resultados obtenidos

muestran que el 79.5% de la población encuestada, que estaba en relación de pareja antes del confinamiento, siguió en su relación durante y después del mismo. Estos resultados confirman la hipótesis inicial, de que las parejas se han adaptado favorablemente al periodo de confinamiento, contra otras versiones basadas en hipótesis sin investigación, que inferían que se habían incrementado los conflictos maritales fruto de la cantidad de horas de exposición a la convivencia.

Los resultados obtenidos coinciden con lo manifestado por Rodríguez Salazar y Rodríguez Morales (2020), de que a raíz de la pandemia las parejas no cambiaron drásticamente su dinámica. La pandemia conllevó una situación de riesgo en donde, la pareja, al ser un pilar importante en la vida adulta, ofreció seguridad física y psicológica. Es decir, se ejerció el apoyo afectivo mutuo y con ello el apego (Bowly, 1979) y la resiliencia, más precisamente los partenaires operaron como tutores de resiliencia (Cyrułnik, 2002).

Es relevante mencionar, que el 53% llevaban más de 10 años juntos, y el 60% tenían hijos en común. Los años de relación y el hecho de tener hijos, se pueden considerar variables importantes a la hora de tomar decisiones, organizar proyectos y actividades, enfrentar situaciones de crisis -

en este caso la pandemia-, en lo que respecta al área conyugal y familiar.

Como se ha mencionado anteriormente, Alcalde Herrera (2021), declara que las variables sociodemográficas que actuaron como factores de protección de la calidad de la conyugalidad 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. Algunos de estos factores se confirmaron en esta investigación como la duración de la relación o la convivencia; del resto los datos no los corrobora, pero se logra entrever la significación, como la afectividad de la relación parento-filial o las posibilidades económicas que abren nuevas comodidades, o la autopercepción del bienestar conyugal y familiar. Todas situaciones que producen emociones positivas producto de neurotransmisores positivos, como la serotonina, endorfinas, acetilcolina, dopamina, entre otros (Fernández-Abascal, 2009, Ceberio 2013, Collado Damas, 2022).

En cuanto a la influencia del aislamiento en su relación de pareja, el 35.5% de la muestra respondió que lo afectó moderadamente, positivamente el 23.9% y solo el 8.4% negativamente. El periodo de confinamiento implicó quienes convivían

debían adaptarse pasar más tiempo juntos que lo acostumbrado. Se ha pasado de tener una rutina en donde cada integrante de la pareja pasaba pocas horas en el hogar y con el otro, a estar todos los días en un mismo lugar, todo el tiempo. Este fenómeno sucedió con las personas que no podían ir a trabajar o que hicieron *homeoffice*, además de restringirse las actividades sociales, recreativas, educativas, etc., limitando todas las salidas.

Por otra parte, personas que estaban en una relación de pareja, pero sin convivir, han pasado días/meses sin verse y esto pudo haber repercutido en su relación de pareja, sobre todos a aquellas parejas quienes vivían en otras ciudades o provincias. En cuanto al nivel de satisfacción con la relación de pareja: un 38.5% respondió estar totalmente satisfecho, un 30% bastante satisfecho, y un 19.3% algo satisfecho. Estos resultados coinciden con las investigaciones de Aponte et al. (2020) y Günther- Bel et al (2020) que observan que un porcentaje de los participantes experimentó un impacto positivo de la pandemia en su relación de pareja. Además, Quezada et al., (2020) manifiesta que valorar la relación de pareja de forma positiva, amortigua el impacto de eventos estresantes, como el escenario pandémico y el confinamiento. Es decir, la satisfacción con respecto a la relación de pareja, podría

haber funcionado como un factor protector del estrés -como señalamos anteriormente- por el emergente de emociones positivas y los consecuentes neurotransmisores.

Por otra parte, a causa del encierro, los aspectos más afectados en las parejas fueron la sexualidad y la pérdida de intimidad, además del estrés específico generado por la falta de libertad de desplazamiento (Rodríguez Salazar & Rodríguez Morales, 2020). A su vez, se observó un mayor uso de tecnologías de información y comunicación, que repercutió en la intimidad de las relaciones afectivas, generando una gran dependencia y provocando un desvío del foco de la relación de pareja. Se exploraron, además, los recursos que los ayudaron a seguir juntos como pareja que, claramente pueden ser entendidos como factores de resiliencia (Cyrułnik, 2002; Ceberio, 2013). Entre los que se destacan como relevantes fueron la buena comunicación, respetar los espacios de intimidad personal, manifestaciones afectivas, actividades compartidas, relaciones sexuales. Los mismos son elementos que influyeron en la calidad de la relación de pareja y, por tanto, la hicieron satisfactoria.

En cuanto a la convivencia, el 81% de los encuestados convivían previa al confinamiento, mientras que el 14% no. Al momento de la encuesta, solo 75 personas

(4%) decidieron convivir en plena cuarentena, y 50 personas llevaba entre 1 y 3 años juntos, de los cuales 34 no consideraron que era una decisión apresurada. De los que llevaban entre 4 y 6 años juntos (33 personas), 21 consideraron que no fue una decisión apresurada y, entre 7 y 10 años (18 personas), 15 también consideraron que no fue una decisión apresurada. En general, como se observa en los resultados, la mayoría entendió que la convivencia fue una decisión acertada y que el momento (el confinamiento) propulsó a una decisión y que de ninguna manera fue apresurada. Estos resultados pueden relacionarse con las variables de cantidad de tiempo juntos en la relación y la etapa del ciclo vital que estaban atravesando.

Si bien el 37.6% consideró que el aislamiento influyó en la decisión de convivir, el nivel de satisfacción con respecto a la convivencia fue: “bastante satisfecho” en un 33.9%, mientras que el 31.2% respondió “totalmente satisfecho”. Es decir, que un casi un 65% de parejas se hallaron muy satisfechas y si le sumamos el 21.03% de “medianamente satisfechos” suma un porcentaje importante donde la satisfacción de la convivencia reafirma que la decisión fue bien tomada. Como se mencionó anteriormente, muchas parejas quedaron distanciadas físicamente por vivir en diferentes ciudades o provincias. Frente

a tal situación se pudo haber empezado a pensar en la convivencia, o hacer periodos de convivencia intermitentes. Además, el aislamiento pudo haber ayudado a tomar una decisión que ya se venía meditando -un catalizador-, pero no se veía necesaria y frente a las limitaciones en la circulación se pudo concretizar en acciones, trayendo resultados positivos en las parejas. Los resultados de la presente investigación confirman parcialmente la hipótesis inicial, en cuanto al ciclo vital de la pareja, quienes se encontraban en el noviazgo han pasado rápidamente a la etapa de consolidación de la pareja, producto del confinamiento.

### **Conclusiones**

La crisis generada por el Covid-19, fue una oportunidad de cambio y de crecimiento para la mayoría de las parejas. El sentirse en bienestar con el otro en un vínculo tan importante como la relación de pareja, ha colaborado para enfrentar las situaciones estresantes de manera favorable. De acuerdo a los resultados, las relaciones de pareja no fueron ajenas a los cambios producidos por el confinamiento, pero no se han desestabilizado frente a la crisis del contexto, por lo contrario, se han adaptado y sostenido de cara a los desafíos contextuales, con un nivel de satisfacción alto. Dos factores fundamentales a tener en cuenta es que más de la mitad llevaban más

de 10 años juntos y tenían hijos en común. Es factible que estas parejas ya pasaron por situaciones críticas que pusieron a prueba su amor y su resiliencia personal y conyugal. Las parejas resilientes no solo superan los problemas, sino que además se fortalecen. Por lo tanto, la llegada de la pandemia, fue una oportunidad más para crecer juntos y fortalecer la relación.

La flexibilidad adaptativa tiene que ver con el uso de recursos fundamentales como la comunicación, el respeto,

manifestaciones afectivas y el compartir con el otro. Son estos mismos recursos, lo que han ayudado a acompañarse en ese periodo de incertidumbre total. Estas herramientas son las que se buscará estimular en las parejas más vulnerables que llegan a consulta. Las conclusiones obtenidas pretenden servir de utilidad en el diseño de futuras líneas de prevención en la práctica clínica, e intervención para parejas que llegan en situación de crisis, buscando estimular la resiliencia conyugal.

## Referencias

- 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>
- Aliaga Tinoco, S. (2020). Síntomas ansiosos y depresivos en población general y personal médico del Hospital Cayetano Heredia asociados a la cuarentena y atención de la pandemia COVID-19 en Lima. *Facultad de Medicina*, 202292- 202292. <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/7889>
- Aponte, C., Araoz, R., Medrano, P., Ponce, F., Taboada, R., Velásquez, C y Pinto, B. (2020). Satisfacción conyugal y riesgo de violencia en parejas durante la cuarentena por la pandemia del Covid-19 en Bolivia. *Ajayu*, 18(2),416-457. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612020000200005&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612020000200005&lng=es&nrm=iso)
- Beach, S. R., Katz, J., Kim, S. y Brody, G. H. (2003). Prospective effects of marital satisfaction on depressive symptoms in established marriages: A dyadic 42 model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(3), 355-371. <https://doi.org/10.1177/0265407503020003005>

- Biddle, N., Edwards, B., Gray, M., y Sollis K. (2020) Mental health and relationships during the COVID-19 pandemic. *1 ANU Centre for Social Research and Methods*. Australian National University.  
[https://csrcm.cass.anu.edu.au/sites/default/files/docs/2020/7/Mental\\_health\\_and\\_relationships.pdf](https://csrcm.cass.anu.edu.au/sites/default/files/docs/2020/7/Mental_health_and_relationships.pdf)
- Bowlby John (1979) *Vínculos afectivos*. Morata.
- Brown, S. M., Doom, J. R., Lechuga-Peña, S., Watamura, S. E., y Koppels, T. (2020). Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child abuse & neglect*, 104699.  
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104699>
- Campos, C. & Linares, J. L. (2002). *Sobrevivir a la pareja*. Planeta
- Ceberio, M. R. (2017). *Los juegos del mal amor*. Ediciones B.
- Ceberio, M. R. (2021). Psicólogos en el frente: la atención durante la crisis del Covid-19. De las emociones tóxicas a la salud psicológica. *Archivos Medicina (Manizales)*, 21(1), 225-237.
- Ceberio, M. R., Cocola, F., Benedicto, M. G., Jones, G., Agostinelli, J., Diaz-Videla, M., Calligaro, C., y Daverio, R. (2021). Estudio comparativo de los estados emocionales y recursos de afrontamiento en adultos argentinos durante la cuarentena por el COVID-19. *RAC: Revista Angolana de Ciências*, 3(2), 303-326.  
<https://doi.org/10.54580/R0302.03>
- Ceberio, M. R. & Maresma, R. (2022) *Cuando duele el amor*. Herder.
- Ceberio, M. R. (2015) *Guía para padres de adolescentes*. Ediciones B
- Ceberio, M. R. (2013) *Cenicientas y patitos feos*. Herder.
- Collado Damas, I. (2022). Mecanismos neurobiológicos de las emociones positivas y el bienestar. <https://hdl.handle.net/10953.1/17127>
- Cyrułnik, Boris (2002) *Los patitos feos*. Gedisa.
- Dewitte, M., Otten, C. y Walker, L. (2020). Making love in the time of corona - considering relationships in lockdown. *Nat Rev Urol* 17, 547–553. <https://doi.org/10.1038/s41585-020-0365-1>
- Fernández-Abascal, E. G. (2009). Emociones positivas, psicología positiva y bienestar. *Emociones positivas*, 27-46.
- Gottman, J. (2012). *7 reglas de oro para vivir en pareja: un estudio exhaustivo sobre las relaciones y la convivencia*. Penguin Random House Grupo Editorial

- Günther- Bel, C., Vilaregut, A., Carratala, E., Torras- Garat, S. y Pérez- Testor, C. (2020). A Mixed- method Study of Individual, Couple, and Parental Functioning During the State- regulated COVID- 19 Lockdown in Spain. *Family process*, 59(3), 1060- 1079. <https://doi.org/10.1111/famp.12585>
- Inchausti, F., García Poveda, N. V., Prado Abril, J., y Sánchez Reales, S. (2020). La psicología clínica ante la pandemia COVID-19 en España. *Clínica y Salud*, 31(2), 105-107. <http://dx.doi.org/10.5093/clysa2020a11>
- Mihanovich, M. (2013). *La aventura de vivir en pareja: teoría y práctica de su psicoterapia*. Lugar editorial.
- 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.
- Pietromonaco, P. R. y Overall, N. C. (2021). Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships. *American Psychologist*, 76(3), 438–450. <https://doi.org/10.1037/amp0000714>
- Proulx, C. Helms, H. y Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: a meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69 (3), 576-593. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Quezada Berumen, L., Landero Hernández, R., y 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 y Rodríguez Morales, Z. (2020). Intimidación y relaciones de pareja durante la pandemia de la covid-19 en Guadalajara. *Espiral*, 27(78-79), 215-264. <https://doi.org/10.32870/eees.v28i78-79.7206>
- Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., y Demenech, L. M. (2020). Impacts on Mental Health and Psychological Interventions related to the New Coronavirus Pandemic (COVID-19). *SciELO Preprints*. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.58>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S. y Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>

Whisman, M. A. (2001). The association between depression and marital dissatisfaction. En *Beach, S. R. H. (Ed.), Marital and family processes in depression: A scientific foundation for clinical practice* (pp. 3–24). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10350-001>

Zimmer-Gembeck, M. J., y Ducat, W. (2010). Positive and negative romantic relationship quality: Age, familiarity, attachment and well-being as correlates of couple agreement and projection. *Journal of adolescence*, 33(6), 879-890. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.07.008>

### Agradecimientos

Agradecemos al Lic. Gabriel Cartañá por la difusión de las encuestas y protocolos.

### ANEXO: Tablas y Figuras

**Tabla 1: Cuántas parejas siguieron juntas durante el aislamiento**

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

**Tabla 2: Tiempo de relación**

¿Cuánto tiempo llevan juntos?	Frecuencia	Porcentaje
Menos de 1 año	4	0,22%
Entre 1 año y 3 años	219	12,06%
Entre 4 y 6 años	304	16,74%
Entre 7 y 10 años	326	17,95%
Más de 10 años	963	53,03%

**Tabla 3: Hijos en común**

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

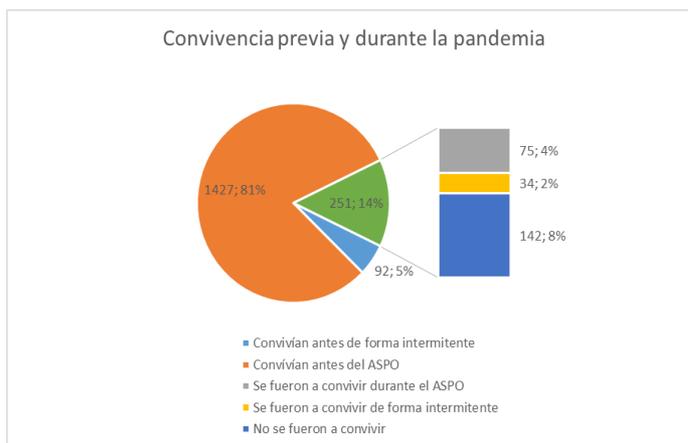
**Figura 1: Recursos de las parejas**



**Tabla 4: Influencia del aislamiento en las parejas**

¿Cómo sentís que afectó el aislamiento en tu relación de pareja?	Frecuencia	Porcentaje
1 (Negativamente)	153	8,43%
2	191	10,52%
3	644	35,46%
4	385	21,20%
5 (Positivamente)	435	23,95%
ns/nc	8	0,44%

**Figura 2: Convivencia previa y durante la pandemia**



**Figura 3: Antigüedad de las parejas que no convivían antes del aislamiento**



**Tabla 5: Correlación de la decisión con el tiempo que llevan juntos**

¿Cuánto tiempo llevan juntos?	Mirando hacia atrás, ¿crees que fue una decisión apresurada? (grupo)		
	No	Otra	Si
Menos de 1 año			1
Entre 1 año y 3 años	34	6	10
Entre 4 y 6 años	21	3	9
Entre 7 y 10 años	15	1	2
Más de 10 años	3	2	2

**Tabla 6: Influencia del contexto en la decisión de convivir**

¿Cuánto crees que el contexto de aislamiento influyó en la decisión de convivir?	Frecuencia	Porcentaje
1 (Nada)	19	17,43%
2	9	8,26%
3	16	14,68%
4	19	17,43%
5 (Totalmente)	41	37,61%
ns/nc	5	4,59%

**Tabla 7: Satisfacción en la convivencia**

Hoy en día, ¿qué tan satisfecho/a estás con la convivencia?		
Nada Satisfecho	5	4,59%
2	6	5,50%
3	23	21,10%
4	37	33,94%
Totalmente Satisfecho	34	31,19%
ns/nc	4	3,67%

**Tabla 8: Satisfacción en la relación de pareja.**

Hoy en día, ¿qué tan satisfecho/a estás con la relación de pareja?	Frecuencia	Porcentaje
1 (Nada Satisfecho)	4	3,67%
2	5	4,59%
3	21	19,27%
4	33	30,28%
5 (Totalmente Satisfecho)	42	38,53%
ns/nc	4	3,67%

**Tabla 9: Relación entre ‘homeoffice’ y ‘seguir juntos’**

**Tabla de contingencia homeoffice \* siguenjuntos**

			siguenjuntos		Total
			No	Sí	
homeoffice	No	Recuento	94	1117	1211
		% dentro de homeoffice	7,8%	92,2%	100,0%
	Parcialmente	Recuento	27	304	331
		% dentro de homeoffice	8,2%	91,8%	100,0%
	Sí	Recuento	88	846	934
		% dentro de homeoffice	9,4%	90,6%	100,0%
Total	Recuento	209	2267	2476	
	% dentro de homeoffice	8,4%	91,6%	100,0%	

**Pruebas de chi-cuadrado**

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,919 <sup>a</sup>	2	,383
Razón de verosimilitudes	1,899	2	,387
N de casos válidos	2476		

a. 0 casillas (0,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es 27,94.

**Tabla 10: Relación entre ‘tener hijos’ y ‘seguir juntos’**

**Tabla de contingencia hijos \* siguen juntos**

			siguen juntos		Total
			No	Sí	
hijos	No	Recuento	117	762	879
		% dentro de hijos	13,3%	86,7%	100,0%
	Sí	Recuento	92	1509	1601
		% dentro de hijos	5,7%	94,3%	100,0%
Total		Recuento	209	2271	2480
		% dentro de hijos	8,4%	91,6%	100,0%

**Pruebas de chi-cuadrado**

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)	Sig. exacta (bilateral)	Sig. exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	42,072 <sup>a</sup>	1	,000		
Corrección por continuidad <sup>b</sup>	41,097	1	,000		
Razón de verosimilitudes	40,073	1	,000		
Estadístico exacto de Fisher				,000	,000
N de casos válidos	2480				

a. 0 casillas (0,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es 74,08.

b. Calculado sólo para una tabla de 2x2.

Fecha de recepción: 2022-7- 29

Fecha de publicación: 2023-2-13