

## **INFIDELIDAD, CAUSANTE DE CONFLICTOS DE PAREJA: UNA MIRADA DESDE EL ENFOQUE SISTÉMICO.**

Couples conflicts due to infidelity: a view from the systemic approach.

Dignerys Moya

**Fundación Universitaria del Área Andina**  
dmoya5@estudiantes.areandina.edu.co

### **Resumen**

Los conflictos de parejas por comunicación, situaciones familiares o por infidelidad se incrementan a diario según la Organización Mundial Salud (OMS 2020) en un estudio realizado en 35 países en diferentes continentes, se encontró que entre el 10% y el 69% de las mujeres a nivel mundial había sufrido violencia física por una pareja masculina alguna vez a lo largo de su vida. El objetivo del presente estudio fue; analizar los conflictos de parejas por infidelidad mediante el enfoque sistémico. Los aportes teóricos para el análisis fueron los de Guerri (2016), Londoño (2014), Estrada (2013) entre otros. La metodología aplicada fue con el enfoque cualitativo a través de una investigación bibliográfica, la técnica utilizada de recolección de la información en este artículo es la de análisis de contenido se revisaron más de 25 artículos, tesis, libros utilizando fuentes confiables de información tales como; bibliotecas digitales, PubMed, Google Scholar, Scielo, Redalyc entre los principales a través del buscador de Google. En los resultados se encontró, que el comportamiento de la pareja por infidelidad causa una conducta agresiva, son muchos los factores psicosociales que intervienen en esta conducta y que en ocasiones causa daño

físico y mental en ambos casos. Se observa, con preocupación el maltrato de ambos géneros, aunque el más perjudicado siempre es para el sexo femenino. Por lo tanto es fundamental buscar el apoyo psicológico para superar este proceso para la salud mental y bienestar del sujeto que resiente la infidelidad.

Palabras claves: conflicto de pareja, infidelidad, enfoque sistémico, emociones, violencia psicológica.

### **Abstract**

The conflicts of couples due to communication, family situations or infidelity increase daily according to the World Health Organization (2020) in a study carried out in 35 countries on different continents, it was found that between 10% and 69% of women to Worldwide, she had suffered physical violence by a male partner at some time in her life. The objective of the present study was; analyze the conflicts of couples due to infidelity using the systemic approach. The theoretical contributions for the analysis were those of Guerri (2016), Londoño (2014), Estrada (2013) among others. The applied methodology was with the qualitative approach through a bibliographic research, the technique used to collect the information in this article is that of content analysis, more than 25 articles, theses, books were reviewed using reliable sources of information such as; digital libraries, PubMed, Google Scholar, Scielo, Redalyc among the main ones through the Google search engine. In the results, it was found that the behavior of the partner due to infidelity causes aggressive behavior, there are many psychosocial factors that intervene in this behavior and that sometimes it causes physical and mental damage in both cases.

The mistreatment of both genders is observed with concern, although the most affected is always for the female sex. Therefore, it is essential to seek psychological support to overcome this process for the mental health and well-being of the subject who suffers from infidelity.

Keywords: couple conflict, infidelity, systemic approach, emotions, psychological violence.

### **Introducción**

Los conflictos de pareja pueden tener diferentes causas, una de las más comunes es la infidelidad, señalan Almendros et al., (2015) que en los países Latinoamericanos se observa que la violencia de pareja inicia por lo regular durante el noviazgo, y en la mayoría de los casos continúa y se enfatiza en la vida conyugal; además, esta sigue manifestándose después de terminada la relación violenta, con agresiones hacia la mujer o el hombre por parte de la ex pareja. Existe las Escalas de tácticas para el conflicto (Conflict Tactics Scales, CTS); ya se hace referencia a alguna forma de agresión psicológica.

Del mismo modo, indica el autor antes mencionado, que la violencia psicológica en la pareja no se reconocía como definición con entidad propia hasta muy recientemente,

donde es fundamental valorar la importancia de las consecuencias, que pueden estar combinadas o independientes en especial la violencia física.

De acuerdo con la Organización Mundial Salud (OMS 2020) el 15% y el 71% de las mujeres sufre violencia física, y sexual o ambas por parte de su pareja en algún momento de su vida. Respecto a la violencia psicológica, la prevalencia se situó entre el 20 y el 75% de las mujeres. Llama la atención, el estudio de Sánchez, (2009). Donde los casos de asesinato por violencia, y los estudios llevados a cabo en Australia, Canadá, Israel, Sudáfrica y Estados Unidos muestran que entre un 40% y un 70% de las mujeres víctimas de homicidio fueron asesinadas por su pareja, frecuentemente en el contexto de una relación de violencia continuada.

En Colombia, explican Cardona y Cerquera; (2017) que históricamente se ha dicho que el estilo de relación de pareja adecuado es la monogamia, a raíz de considerarse según principios médicos como una manera de minimizar las enfermedades de transmisión sexual generadas por la poligamia o infidelidad, no aprobada por el catolicismo.

Para Veiga (2016) la monogamia es la decisión de un sujeto de mantener relaciones sexuales solo con una persona. Aunque, se tienen casos donde la exclusividad sexual en pareja se pierde y ocurre la infidelidad. Por su parte, indica Camacho (2015) que la infidelidad suele ser más habitual en hombres que en mujeres. Porque en el sexo masculino, se mezcla el instinto, el deseo, la necesidad incontrolable de tener sexo y de reproducción. Luego de lo planteado, se formula el objetivo del estudio el cual busca; analizar los conflictos de parejas por infidelidad mediante el enfoque sistémico.

### **Metodología**

El presente artículo tiene un enfoque cualitativo con un tipo de investigación bibliográfica, según Hernández, Fernández y Baptista (2016) se realiza una revisión documental del tema para conocer el estado del mismo. También, se trata de la búsqueda, recopilación, organización, valoración, crítica e información bibliográfica sobre un tema específico, que tiene valor evitando la dispersión de publicaciones o permite la visión panorámica de un problema.

Asimismo, la técnica utilizada de recolección de la información en este artículo es la de

análisis de contenido, que, en palabras de Galeano (2009) es la técnica más elaborada y de mayor prestigio científico para la observación y el análisis documental. Permite descubrir la estructura interna de la comunicación (composición, organización, dinámica) y el contexto en el cual se produce la información posible para investigar la naturaleza del discurso, y analizar los materiales documentales desde una perspectiva cualitativa

### **Fuente de Datos**

En términos generales, los datos de investigación son datos que son recolectados, observados o creados para ser analizados y producir resultados de investigación originales. En efecto, para este estudio se realiza una revisión documental de fuentes secundarias de información a través de artículos relacionados con la temática sobre; el conflicto en pareja por la infidelidad, mediante el enfoque sistémico. Al respecto, se revisaron más de 25 artículos, tesis, libros utilizando fuentes confiables de información tales como; bibliotecas digitales, PubMed, Google Scholar, Scielo, Redalyc entre los principales a través del buscador de Google.

### **Criterio de Elegibilidad de los Artículos.**

Teniendo en cuenta los casos sobre los conflictos en pareja por causa de la infidelidad, se hace necesario realizar un análisis de la situación actual que permita describir de manera detallada los eventos de interés que están ocurriendo en torno a estas situaciones presentes cada día en el ámbito de la salud mental, la misma se realizara mediante la revisión bibliográfica de la literatura de publicaciones originales.

### **Criterio de inclusión**

Los criterios para considerar los estudios para esta revisión son los siguientes; temas relacionados con el conflicto de pareja por infidelidad.

### **Criterio de exclusión**

Temáticas que no estén relacionadas con el tema de investigación, como, por ejemplo; las relaciones que no tengan conflicto de parejas, relaciones sanas.

### **La infidelidad desde el enfoque sistémico**

Actualmente, la influencia tecnológica mediante el uso de las redes sociales, permite vivir una época, donde se puede definir la Infidelidad según Navarro y Pereira (2015)

como un fenómeno deconstructor del amor moderno. Aunque, el mayor problema que afecta a los matrimonios o parejas, es las expectativas que el otro u otra cubra todas nuestras necesidades.

Por lo tanto, se espera de la pareja que sea el mejor amante, el mejor amigo (a), compañero (a) sentimental e incluso la en el símil intelectual. Sin embargo, se siente una gran decepción cuando esto no sucede.

Desde la perspectiva, los conflictos por infidelidad es una forma de intentar suplir una necesidad a nivel de la pareja, en este sentido, constituye un comportamiento sintomático, indicador de que algo va mal pudiendo ser a nivel de la relación de pareja o como una necesidad individual.

La dinámica de la infidelidad desde el enfoque sistémico y desde el contexto de la salud mental, señala Pereira (2015) que la infidelidad conlleva que una persona, con una relación de pareja estable, esté implicada en un contacto intenso de duración variable con otra persona. La infidelidad no implica necesariamente relaciones sexuales, esta contiene sentimientos de culpa por la traición, temor a ser descubierto, miedo a perder lo que se posee, y proyectar su ira

contra el otro/a, además hacer esfuerzos por justificarse.

En efecto, la persona infiel, a través del conflicto y el enfado, acrecienta la distancia emocional y/o sexual con respecto a su pareja, lo que reduce su sentido de responsabilidad, estableciendo distancia para continuar con la otra relación o aventura.

Explica por otra parte el autor, que ante este nuevo suceso de la pareja, surgen sospechas, menor confianza, mentiras y mayores conflictos; haciendo más frecuente situaciones de reencuentro sexual, seguidas de decepción y depresión o agravamiento del conflicto.

**Señales que pueden indicar en su conjunto una infidelidad** según Pittman (2013).

Como primer indicador está el alejamiento sexual y afectivo, luego la intranquilidad por las apariencias, sigue con las mentiras y refutaciones, críticas a lo que antes se admiraba, viajes individuales, misterio al usar el teléfono (llamadas y SMS), y por último el surgimiento de nuevos intereses.

Desde la perspectiva sistémica se habla de ciertos tipos de infidelidad que existen, según

Pittman (2013) hay cuatro tipos de infidelidades, que son: Infidelidades puntuales o únicas, Infidelidades habituales, es decir: persona infiel (Don Juan), Infidelidades estructurales, con estilo disfuncional y difícilmente pueden resolver los conflictos de pareja y las Infidelidades románticas, duraderas en el tiempo.

#### **Posibles motivos que desencadenan la infidelidad:**

Expresa por su parte Álvarez y Marian, (2009) que la infidelidad forma un mecanismo comportamental que provoca un alejamiento con los miembros de la pareja, los hijos/as y las respectivas familias de origen, produciéndose diferentes sensaciones y sentimientos como por ejemplo: excitación, esperanza, deseo, decepción y engaño pero también miedo y culpa. Por otro lado, genera un déficit en el nivel de intimidad que resulta malsano y tiende a tener efecto profundo y negativo sobre los individuos, el matrimonio y los niños de la familia.

Los mensajes simbólicos y de la infidelidad desde el Enfoque sistémico nos permite acercarnos a los significados de la infidelidad en las parejas orientándonos en el



abordaje terapéutico. Señala Pereira (2015) que la infidelidad puede ser entendida como: *Una señal de que la relación no va bien.* Una infidelidad establece un comportamiento sintomático; como indicador de que la pareja necesita cambios, es decir, algo más o algo diferente en la interacción su vida en general. *Un mensaje indirecto a la pareja.*

Tener una aventura amorosa puede ser un mensaje dirigido al cónyuge; llamar su atención, búsqueda de cambios para tener una relación parecida.

#### *Proceso de diferenciación.*

Atendiendo a variables individuales, la infidelidad conlleva un impacto positivo en el individuo (mayor autoestima, confianza sexual y autonomía) dado que las infidelidades no solo tratan de decepciones y traiciones, sino también de anhelos, ilusiones, búsqueda de conexión emocional, seguridad y libertad. La infidelidad también puede representar, una manera de contrarrestar la desilusión, el vacío o la frialdad.

Los aspectos a tener en cuenta en la terapia de pareja sistémica Pittman (2013) son:

1. Despojarse de un modelo rígido, moralista o acusatorio.

2. Trabajar con los prejuicios o estereotipos propios frente a la infidelidad.
3. Escuchar las propias resonancias vinculadas a posibles conflictos previos familiares o individuales al tema.
4. Evaluar los diferentes tipos de infidelidad y su dinámica particular.
5. Emplear estrategias adecuadas de intervención sistémicas para cada uno de los tipos.
6. Escuchar a ambos miembros por igual.
7. No convocar al amante a pesar de las peticiones de uno de los miembros de la pareja.
8. Ayudar a resolver los problemas de la pareja y sino ayudar a iniciar el proceso de separación y divorcio.
9. Ver la infidelidad como un síntoma de disfunción del sistema de la pareja en muchos casos.
10. Buscar el perdón y la aceptación por ambos miembros de la pareja.

#### **Modelo sistémico y terapia de pareja**

El modelo sistémico según Feixas (2016) surgió en los años cincuenta al mismo tiempo que la terapia familiar como un marco conceptual para abordarla, para comprender

la complejidad de fenómenos interrelacionados que ocurren en su seno.

Sin embargo, desde hace ya muchos años no se puede sostener la identidad entre modelo sistémico y terapia de pareja y/o familiar. Por un lado, el modelo sistémico se puede aplicar a muchos otros formatos de la intervención, además del familiar.

Por otro lado, la Terapia Familiar Sistémica, para Guerri (2016) es un enfoque que trabaja con las familias y los que están en una relación estrecha para fomentar el cambio. Estos cambios son vistos en términos de los sistemas de interacción entre cada persona dentro de la familia o relación.

Es comprensible que las familias y los que se encuentren en relaciones muy cercanas a veces tengan dificultades debido a sus diferencias, o sientan tensión cuando los seres queridos tienen problemas. El objetivo de la terapia es trabajar con estos problemas a través de los miembros de la familia y seres queridos para ayudar a empatizar con los demás. Se les da la oportunidad de entender y apreciar las necesidades del otro, aprovechar los puntos fuertes de la familia y,

finalmente, realizar cambios útiles en sus vidas y sus relaciones.

En esencia, mediante la evaluación de estos problemas y la proporción de apoyo, la Terapia Familiar puede ayudar a las familias y las personas a:

Entender mejor cómo funciona su familia

Identificar las fortalezas y debilidades en el sistema de la familia

Establecer objetivos y diseñar estrategias para resolver problemas

Desarrollar sus habilidades de comunicación

Fortalecer toda la unidad familiar

La terapia sistémica según RyA Psicólogos (2018) busca aliviar el sufrimiento psicológico lo más rápidamente posible conduciendo a los pacientes a experimentar nuevas maneras de ver y vivir las cosas, que les permitan enfrentar el presente y el porvenir de manera más saludable.

### **Teorías de la infidelidad**

**Teoría Sistémica:** en la concepción de las teorías sistémicas, Álvarez y Marian, (2009) definen las características más relevantes en el sistema de pareja. Primero, una relación de pareja se considera como un sistema

dinámico, que favorece el conocimiento íntimo de las personas implicadas y la intensificación emocional por las experiencias interpersonales. Por otro lado, y de segundo, encontramos la necesidad de establecer límites bien definidos en el que solamente se permite la inclusión de las dos únicas personas que conforman la relación, y por lo cual es necesario mantener constantemente un proceso de reconstrucción, conforme a los patrones comportamentales que se vayan dando en el transcurso de la relación. Y, finalmente, se considera el sistema de pareja como único y diferenciado del sistema familiar, ya que los primeros establecen sus propios objetivos y fortalecen la relación de manera particular, a través de las experiencias propias que se dan en la pareja como lo es la intimidad, la sexualidad, la complicidad, entre otros.

**Teoría Sexológica:** partiendo de los estudios realizados dentro de la teoría evolutiva, se ha encontrado una mayor tendencia en los hombres a involucrarse en relaciones sexuales a corto plazo con diversas mujeres. De acuerdo con esta teoría, Otálora, et al. (2016) manifiesta que el hombre invierte menos tiempo y recursos en apareamiento en

corto plazo, además de que hay más probabilidades de perpetuar los genes masculinos, y por otro lado la mujer tiene un gasto mayor de recursos y energía cuando se presenta un acto sexual, por lo anterior es evidente la diferencia en el género femenino; en diversas investigaciones han identificado que cuando se tiene un vínculo sexual con diversos hombres, disminuye la probabilidad de quedar en gestación, dado que incentiva la búsqueda de parejas estables que permitan la posibilidades de tener hijos.

### **La Pareja**

Es la relación de la unión de dos personas Señala Campuzano (2001 p.262) que la pareja es una organización social que se diferencia de la familia en una época histórica relativamente reciente; la cual cumple una serie de funciones en el entramado social y por ello tiene reglas y prescripciones de rol. Donde el sujeto tiene una representación social la cual provee a éstos una disposición en cuanto a la relación familiar y matrimonial. También, Soler y Conangla (2005 p.265 - 267) mencionan que la relación de pareja supone explorar el mapa emocional del otro, ir captando sus límites y también detectar las fronteras; este aprendizaje de la



empatía con el otro va a ser uno de los aspectos básicos para convivir en armonía.

Asimismo, manifiestan los autores que la pareja se define como un espacio conjunto, que consiste en formar un equipo afectivo que favorezca el crecimiento personal de cada uno de los miembros de la pareja, a través del despliegue y actualización de sus potenciales de mejora y de su capacidad de aprendizaje.

Ante lo planteado, Londoño (2014) señala que por lo general la relación de pareja se inicia con dos personas originarias de familias distintas, habitualmente de diferente género, que resuelven vincularse cariñosamente para compartir un proyecto común, para apoyarse y brindarse cosas importantes mutuamente, en un espacio propio excluyendo a terceros, aunque se debe interactuar con el entorno social.

Se indica así mismo, que existen etapas en la conformación de la pareja y la familia, tensiones y procesos de ajuste donde se debe tomar conciencia de que las dificultades son parte integral del camino del amor. Al respecto, Gottman y Silver (2010) plantean que no podemos concebir una relación íntima

sin conflictos además los miembros de una pareja por lo general contraen matrimonio según ideales rígidos, y desconocen realmente con quién van a convivir, cómo es el compañero, qué se puede esperar de él en la pareja; siempre hay pérdidas y renovaciones y saber resolver las dificultades y lograr acuerdos satisfactorios es lo que hace crecer el vínculo.

Aunque, cada individuo y cada historia vital son diferentes y únicos, se han intensificado las investigaciones sobre el desarrollo psicológico en la vida adulta, y las etapas de conformación de una pareja y una familia, que han señalado como el proceso de desarrollo individual, de pareja y familia continúa.

Para Londoño (2014) también hay transformaciones referentes a las expectativas sociales, pues toda pareja se forma y desarrolla en un contexto social, que define cómo debe ser esa relación, ejerciendo influencia sobre las parejas. Por su parte, existen cambios en la sexualidad, al caerse los tabúes sobre ésta y así también la pareja humana es influenciada, por cambios en la relación con las familias de origen, pues cada miembro de la pareja trae consigo su historia

de vida, de crianza y su relación que tiene con los integrantes de la familia de origen.

En consecuencia, se llevan a conocer a las nuevas personas que también harán parte importante de la pareja, en este nuevo sistema se promueve una nueva forma de relacionarse y fijar límites con ella. Sin embargo, en la relación observada en las parejas actuales han tenido transformaciones tales como; mayor diferenciación, tendencia al proteccionismo de la pareja desde las familias de origen, abuelos parentalizados. También, existen cambios en los mitos y creencias suplementarias de las parejas, el deber ser de una pareja en los cambios sociales mencionados, también modifican los mitos fundamentales de las parejas. En ese sentido, ante lo planteado surge una interrogante sobre ¿Por qué unas parejas funcionan y otras no? Del mismo modo, es importante conocer ¿Cuál es el secreto para seguir manteniendo el amor, el respeto y la comprensión a diario?

### **La infidelidad**

La infidelidad Palacios, et al. (2020) es un concepto que tiene diversas connotaciones de acuerdo a criterios personales, sociales y culturales, sin embargo, en este trabajo se

definirá como la conducta sexual y/o romántica que se presenta fuera de la relación consentida entre los miembros de la pareja, ya sea esta una relación de noviazgo, matrimonio o de cohabitación, en la cual se tiene la expectativa de exclusividad y formalidad.

Para Camacho (2015) la infidelidad suele ser más frecuente en hombres que en mujeres. Porque en el sexo masculino, se mezcla el instinto, el deseo, la necesidad incontrolable de tener sexo y de reproducción. Valdebenito (2018) se evidenció que los hombres tienden a apuntar más alto en infidelidades de tipo sexual pues según teorías de tipo evolucionista esto favorece la reproducción, mientras que las mujeres tienden a incidir en infidelidades de tipo emocional motivado por razones de seguridad, bienestar y estabilidad emocional. Los motivos por los que hombres y mujeres deciden ser infieles varían en función del sexo, y se corresponden con las diferencias evolutivas asociadas a los procesos de reproducción y de éxito para la transmisión de genes.

Alcalde (2013) agrega que, después de la infidelidad, se desencadenan una serie de consecuencias que afectan en la salud mental,

en especial de la persona que ha cumplido con su contrato de exclusividad destacando, la baja autoestima, apatía, ansiedad, tristeza, y hasta la depresión.

En Colombia, en W radio para el 2019, se publicó la noticia de que “Colombia es el país más infiel de Latinoamérica”. “Una encuesta realizada por la empresa GFK a 4.800 hombres que se realizó en diferentes países del continente, arrojó que Colombia es el país con más infidelidad de Latinoamérica, ocupando un 29% estando por encima de países como Ecuador que con 27% se ubica segundo y México que trae la tercera casilla con 21%” (Barrero, 2019). Según la Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDS) del 2015, se identificó que los porcentajes de separación en la población colombiana es de 15.7% por motivos de infidelidad. En las mujeres la tasa es del 13%, mientras que en los hombres es de solo el 2.7%. Según el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses, para el 2013, la infidelidad ocupaba el puesto número seis, en la categorización de las razones por las cuales se establecen acciones de violencia contra la pareja con un 6,04% de representatividad en la muestra. Sin mencionar motivos de

celotipia, separación y divorcio, que están estrechamente relacionados.

### **Conflicto en las parejas.**

El tema de los conflictos de pareja es complejo, según López (2014) estos pueden ser útiles para enseñar nuevos y mejores métodos de responder a los problemas, a construir relaciones mejores y más duraderas, a conocerse mejor así mismos y a los demás. También, se considera la importancia de las habilidades en la comunicación, ya que ayuda en gran medida la resolución de los conflictos, esas habilidades, llevan inmersas, estrategias que de manera positiva benefician a la relación, permitiendo un mayor acercamiento en la misma.


Los problemas en las relaciones de pareja según García y Ilabaca, (2013) pueden surgir por múltiples motivos, entre ellos podemos encontrar los celos, insatisfacción, incompreensión, discrepancias en gustos, diferencias de género, infidelidad, etc. cualquiera de esas razones podría ser un detonante para finalizar una relación, esa ruptura del vínculo o de la relación, va a generar en los miembros un alto nivel de estrés.

## Reflexión

**Tabla 1. Reflexiones sobre la pareja y la familia.**

Subtitulo	Opiniones y Argumentos
<b>La infidelidad desde el enfoque sistémico</b>	Actualmente, la influencia tecnológica mediante el uso de las redes sociales, permite vivir una época, donde la Infidelidad se comporta como un fenómeno destructor del amor moderno. Por causa, de buscar en el otro sentimientos o actitudes deseadas que no se pautaron antes de iniciar dicha relación.

<b>La dinámica de la infidelidad desde el enfoque sistémico</b>	La salud mental de las personas infieles, no implica necesariamente relaciones sexuales, sino de afectos. Asimismo, esta contiene sentimientos de culpa por la traición, temor a ser descubierto, miedo a perder lo que se posee, y proyectar su ira contra el otro/a, además hacer esfuerzos por justificarse.
<b>Señales que pueden indicar en su conjunto una infidelidad</b>	La persona desea ser sexual y afectivo, se preocupa por la apariencia, viaja individualmente, critica a su pareja, mantiene un misterio con el teléfono móvil.
<b>Desde la perspectiva sistémica ¿Cuántos tipos de infidelidad existen?</b>	De acuerdo con Pittman (2013) existen cuatro tipos de infidelidades: Las infidelidades puntuales o únicas, pueden suceder una sola vez y eso basta para crear un conflicto o separación de la pareja.



	<p>Infidelidades habituales, es decir: persona infiel (Don Juan) muy particular de los hombres.</p> <p>Infidelidades estructurales y las Infidelidades románticas, duraderas en el tiempo. De las cuales, muchas parejas mantienen el temor de su ocurrencia, llevándolos a tener una doble vida.</p>
--	---

<p><b>Posibles causas que desencadenan la infidelidad:</b></p>	<p>Según la revisión documental la infidelidad forma un mecanismo comportamental que provoca un alejamiento con los miembros de la pareja, los hijos/as y las respectivas familias de origen, produciéndose diferentes cambios de actitudes, acompañamiento e integración en reuniones familiares o salidas con amistades.</p>
<p><b>Los mensajes simbólicos y de la infidelidad desde el Enfoque sistémico.</b></p>	<p>El enfoque sistémico permite acercarnos a los significados de la infidelidad en las parejas orientándonos en el abordaje terapéutico. Señala Pereira (2015) que la infidelidad puede ser entendida como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Una señal de que la relación no va bien.</li> <li>Un mensaje indirecto a la pareja, para buscar transformaciones o cambios.</li> <li>Búsqueda de mayor autoestima, confianza en sí mismo.</li> </ul>



<p><b>Aspecto a tener en cuenta en la terapia de pareja sistémica Pittman (2013)</b></p>	<p>Al tomar la decisión de terapia, es necesario dejar atrás y no tener rigidez para afrontar el problema. Mejorar la comunicación, evaluar que tipo de infidelidad ocurrió en dicha pareja, buscar estrategias de intervención individuales No convocar al amante, buscar principalmente el perdón y la aceptación por ambos miembros de la pareja.</p>
<p><b>Modelo sistémico y terapia familiar</b></p>	<p>En el ámbito de la psicología, la cooperación o ayuda para mantener la unión de la pareja y la familia, se le atañe a la terapia sistémica para ambos casos. En efecto, señala Feixas, et al. (2016) que la terapia familiar no nace de la mano de un genio creador, fue a través de un conjunto de situaciones familiares y de pareja que se formó esta disciplina para la autoayuda.</p>
<p><b>La pareja</b></p>	<p>En cuanto a la relación de pareja, sin duda</p>

	<p>alguna es el objetivo del ser humano de encontrar el complemento de vida en el otro. Aunque, visto desde la unión matrimonial indica Doherty (2001) que el contrato matrimonial está enmarcado en un espacio intencional, sin embargo, para Biscootti, (2006) es un modelo de transformaciones relacionales de la pareja.</p>
<p><b>La infidelidad</b></p>	<p>El ser humano desea la correspondencia en el amor mediante la fidelidad. Sin embargo, situaciones alternas provocan que ambos puedan incurrir en la infidelidad. Aunque suele ser más frecuente en hombres que en mujeres. Ya que el sexo masculino, se destaca la necesidad incontrolable de tener sexo y de reproducción.</p>
<p><b>Teorías de la infidelidad</b></p>	<p>En el tema de la infidelidad diversos autores han aportado fundamentos para la comprensión de la infidelidad desde diversas posturas. Tales como la Teoría</p>

	Evolucionista, la Sociocultural, la Sistémica y la Teoría Sexológica.
<b>Conflicto en las parejas.</b>	En los conflictos de pareja influyen muchos factores emocionales, que pueden construir o destruir una relación. Sin embargo, es necesario buscar apoyo para canalizar la comunicación y la comprensión de las situaciones que desencadenan dicho conflicto.

### Conclusiones

Con la revisión documental se puede concluir que las relaciones de pareja sin duda alguna, corresponden a una realidad que vive la mayoría de la población joven y adulta, sin embargo, es necesario buscar mantener una salud mental y actitud positiva para el establecimiento saludable de una relación de pareja armoniosa y responsable de sus actos.

En efecto, la infidelidad admite una experiencia disociativa, destructora para el individuo, la pareja y la familia. Crea una serie de sentimientos

que abarcan desde los celos, la decepción, mucha ansiedad y culpa.

En ese sentido, se puede indicar según la revisión documental que existen múltiples factores en la ocurrencia de la infidelidad que genera conflictos para construir o destruir una relación de pareja. Además, pueden tener problemas económicos, estrés, cambios en los roles sociales de género, los roles estereotipados del machismo, entre otros.

Aunque, el tema de la infidelidad desagrada bastante a los profesionales de la salud mental, de familia y de pareja. Es un tema delicado en la terapia de pareja dado que plantea temas éticos, morales y culturales. Sin embargo, es necesario buscar ayuda cuando prevalece el amor y ocurre una infidelidad, garantizando así relaciones afectivas que ofrecen una mayor estabilidad a la pareja. Se indica así mismo, que el proceso de comunicación es fundamental y debe ser estimada como una dimensión significativa en la vida de los integrantes de la pareja.

## Referencias bibliográficas

Alcalde, N. (2013). Atención terapéutica a la pareja: infidelidad, una herida ética. *Familia: Revista de ciencias y orientación familiar*, (47), 65. Recuperado de: <https://summa.upsa.es/viewer.vm?id=0000032480&page=1&search=&lang=es&view=main>

Almendros, et al. (2015). Abuso psicológico en la pareja: Aportaciones recientes, concepto y medición. *Revista de Psicología Conductual*, 17, (3), 433-451.

Álvarez, C., y Marian, C. (2009) Aproximación Terapéutica desde la Visión Sistémica a una Pareja que Consulta por Infidelidad. *Centro Psicológico Reviva*. 25 (1) 23-28.

Barrero, O. (2019). Según estudio, Colombia es el país más infiel de Latinoamérica. *W Radio*. Recuperado el 21 de mayo de 2020 de, <https://www.wradio.com.co/noticias/sociedad/segun-estudio-colombia-es-el-paismas-infiel-de-latinoamerica/20190104/nota/3845821.aspx>

Camacho, J. (2015). *Fidelidad e Infidelidad: En las relaciones de pareja*. Barcelona: Dunken.

Campuzano, M., (2001). *La pareja humana: su psicología, sus conflictos y su tratamiento*. México: Plaza y Valdés.

Cardona, A. y Cerquera, L. (2017). Ciencia y moral cristiana: fundamentos médicos para la promoción del discurso de la heterosexualidad en Colombia entre 1880 y 1930. *Historia y sociedad*, (32), 139-165. (2)

Camacho, J. (2015). *Fidelidad e Infidelidad: En las relaciones de pareja*. Barcelona: Dunken. Recuperado de: <https://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo42.pdf>

Díaz, R., y Sánchez, R. (2004). *Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja*. México: Porrúa.

Estrada, A. (2013). *Transiciones familiares, (presentación en clase)*. Cali: Universidad del Valle.

Feixas, et al. (2016). *El modelo sistémico en la intervención familiar*. Trabajo de grado. Universitat de Barcelona. España.

Fisch et al. (1982). *La táctica del cambio*. Barcelona: Herder, 1984.

Gallego, S. (2003). *Comunicación familiar*. Manizales: Departamento de Estudios de Familia Unicaldas.

Galeano, M. (2009). *Estrategias de investigación social cualitativa*. Carreta Editores: Medellín Colombia.

Gottman, J., y Silver, N. (2010). *Los siete principios para hacer que el matrimonio funcione*. Nueva York: Vintage Español.

Guerri, M. (2016). *La terapia familiar sistémica*. Documento en línea. Recuperado de: <https://www.psicoactiva.com/blog/la-terapia-familiar-sistemica/>

Haley, J. (1980). *Terapia no convencional. Las técnicas psiquiátricas de Milton Erickson*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2016). Metodología de la investigación, 6ta. Ed. México. McGraw-Hill Interamericana.

López, A. (2014). Estrategias de afrontamiento y resolución de conflictos en las relaciones de pareja adolescentes. Tesis de grado. Universidad de La Laguna.

Londoño, C. (2014). Factores que permiten a las parejas permanecer unidas y satisfechas: un estudio en la ciudad de Medellín. Trabajo de grado. Universidad Pontificia Bolivariana. Medellín.

Navarro, J.; y Pereira, J. (2015) Parejas en situaciones especiales. Paidós, Terapia familiar. Barcelona

Otálora, et al. (2016). Relación entre tendencia a la infidelidad emocional y/o sexual e inteligencia emocional, en estudiantes universitarios. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología, 16(1), 57-70.

Palacios, et al. (2020). La infidelidad: diferencias de género y estrategias de afrontamiento. Trabajo de grado. Universidad Católica de Colombia. Bogotá.

Pittman, F. (2013) Mentiras privadas. La infidelidad y la traición de la intimidad. Amorrortu editores. Buenos Aires-Madrid

Sánchez, S. (2009). Estudio longitudinal del impacto de la violencia de pareja sobre la salud física y el sistema inmune de las mujeres. Departamento de psicobiología, Universidad de Valencia (España). Recuperado de:  
<http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10204/sanchez.pdf?sequence=1>

Soler, J. y Conangla, M. (2005). Bienestar Personal y conciencia corporal. Zaragoza: Instituto Ecología Emocional.

Valdebenito, et al. (2018) ¿Por qué Somos Infieles? Aplicación Inicial de una Escala para Estimar las Razones por las que Hombres y Mujeres son Infieles. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica, 3(48), 19-27.