



ACADEMIA Y GESTIÓN UNIVERSITARIA PARA LA EDIFICACIÓN DEL CONOCIMIENTO

2025



**Universidad
Israel**



**EDITORIAL
UNIVERSIDAD
ISRAEL**

LA RUPTURA AMOROSA Y SU IMPACTO EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD ISRAEL DURANTE EN EL MES DE MAYO 2024

LOVE BREAKUP AND ITS IMPACT ON THE ACADEMIC PERFORMANCE OF ISRAEL UNIVERSITY STUDENTS DURING THE MONTH OF MAY 2024

Mg. Talina Pérez ¹

Universidad Israel

info@talinaperezpsicologa.com

talina.perezp@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-1598-3139>

Mg. Karen Merizalde ²

Universidad Israel

kamerizaldet@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0002-2670-3866>

RESUMEN

La ruptura amorosa es uno de los eventos más estresantes que una persona puede experimentar, influyendo en su bienestar emocional y en su desempeño en distintas áreas de la vida. En este estudio, se busca analizar la relación entre el rendimiento académico y la ruptura amorosa en estudiantes universitarios.

Se trata de un estudio mixto, de diseño no experimental y correlacional, con la participación de 100 estudiantes de la Universidad Israel. Se utilizó un muestreo probabilístico simple y la aplicación del Breakup Distress Scale (BDS) a través de un formulario en Google Forms.

Los resultados muestran una correlación de Pearson de -0.167 y un valor $p=0.65$, lo que sugiere que la mayoría de los estudiantes logra mantener su rendimiento académico tras una ruptura. Sin embargo, se observó un alto impacto en el área afectiva y en el proceso de recuperación emocional.

Un hallazgo relevante fue la diferencia entre géneros en la relación entre el malestar por la ruptura y el tiempo transcurrido. En mujeres, la correlación fue -0.404 ($p=0.005$), indicando que el malestar disminuye con el tiempo. En hombres, la correlación fue 0.120 ($p=0.504$), sugiriendo una leve tendencia a un incremento del malestar conforme pasa el tiempo.

PALABRAS CLAVE

Ruptura amorosa, rendimiento académico, estudiantes universitarios, relación de pareja

ABSTRACT

A romantic breakup is one of the most stressful events that a person can experience, influencing their emotional well-being and their performance in different areas of life. This study seeks to analyze the relationship between academic performance and the experience of a romantic breakup in university students.

This is a mixed study, of non-experimental and correlational design, with the participation of 102 students from Israel University. Simple probability sampling and the application of the Breakup Distress Scale (BDS) through a form in Google Forms were used.

The results show a Pearson correlation of -0.167 and a $p\text{-value}=0.65$, suggesting that most students manage to maintain their academic performance after a breakup. However, a high impact was observed in the affective area and in the emotional recovery process.

A relevant finding was the difference between genders in the relationship between breakup distress and time elapsed. In women, the correlation was -0.404 ($p=0.005$), indicating that distress decreases with time. In men, the correlation was 0.120 ($p=0.504$), suggesting a slight tendency for distress to increase as time passes.

KEYWORDS

Love breakup, academic performance, college students, couple relationship



INTRODUCCIÓN

El ser humano es por naturaleza un ente biopsicosocial y las relaciones amorosas representan un ámbito fundamental en la vida de los individuos marcando un cierto bienestar físico, psicológico y social. Cuando se rompe el vínculo afectivo, es común que las personas entren en un estado de duelo caracterizado por sentimientos de tristeza, angustia, desesperanza. De tal forma que, la ruptura amorosa, está considerada como uno de los eventos vitales más estresantes, cuyas secuelas pueden perjudicar la cognición de las personas que lo viven (Torres, 2024)

En el contexto universitario, el estudiante libra constantes desafíos académicos que exigen altas capacidades motivacionales y de concentración. Cuando estos retos educativos coinciden con un proceso de duelo amoroso es posible observar una disminución en el rendimiento académico, materias reprobadas, incumplimiento de tareas, sensación de cansancio, falta de motivación y concentración (Mendoza et al., 2021), cuya duración e intensidad depende de factores como los tipos de apego y las repercusiones en ámbitos sociales, laborales, académicos y familiares (Gómez, 2024).

Dentro de este panorama, el presente estudio busca encontrar una correlación entre la vivencia de una ruptura amorosa y el rendimiento académico de estudiantes de la Universidad Israel, una institución educativa caracterizada por acoger personas que complementan su academia con actividades laborales y familiares, lo que le convierte en un espacio idóneo para encontrar personas en diferentes grupos etarios y experiencias de vida, esto permite tener una visión más amplia y representativa de la manera como los estudiantes sobrellevan retos emocionales.

El presente estudio primario adopta un método mixto, de enfoque no experimental, de cohorte transversal y de alcance descriptivo – correlacional utilizando el Breakup Distress Scale (BDS) con el fin de encontrar una relación estadísticamente significativa entre estas variables y examinar posibles diferencias de género en la forma como afrontan la ruptura.

RUPTURA AMOROSA

1.1. Proceso del Duelo

La relación de pareja es uno de los vínculos más significativos en la vida de una persona, ya que representa una unión intensa fuera del núcleo familiar. En adultos jóvenes, el noviazgo se vive con gran intensidad, por lo que su ruptura puede ser una fuente de estrés y malestar. Diversos estudios coinciden en que la ruptura amorosa es un evento altamente estresante que puede derivar en síntomas depresivos (Garabito et al., 2021). En Ecuador, el INEC reportó 880 suicidios en 2021, y el Ministerio de Salud Pública señala que eventos como la pérdida de una relación pueden ser factores de riesgo para la ansiedad y la depresión.

El duelo es un proceso de adaptación necesario. Ortega (2023) lo describe en cinco etapas: negación, ira, negociación, depresión y aceptación. En la negación, la persona rechaza la realidad y evita enfrentarla. La ira surge como una respuesta emocional al sufrimiento, pudiendo generar conductas impulsivas o autodestructivas. En la negociación, se busca restablecer la relación, lo que puede llevar a frustración si no se logra. La depresión se caracteriza por tristeza, pérdida de interés y alteraciones en el estado de ánimo (OMS, sf). Finalmente, la aceptación permite la adaptación a la nueva realidad y el desarrollo de estrategias de resiliencia.

El proceso de duelo cumple diversas funciones y requiere tareas específicas para la adaptación psicológica. señalan que la mente humana activa mecanismos conscientes e inconscientes para afrontar el dolor. Entre sus funciones se encuentran el desarrollo personal y la resiliencia (Freire et al., 2022). Entre las tareas destacan el fortalecimiento de la autoestima y el procesamiento emocional, elementos clave para futuras relaciones y el bienestar psicológico (Moysén & Chimal, 2022).

La ruptura amorosa implica un proceso de duelo inevitable, pero esencial para la adaptación y el crecimiento personal. Aunque difícil, transitar este proceso permite un cierre adecuado de ciclos vitales.

1.2. Psicopatología de la afectividad

Las emociones son fundamentales en la experiencia humana y desempeñan un papel crucial en la adaptación a los cambios. La ruptura amorosa es un evento significativo que puede generar un impacto emocional profundo, especialmente en estudiantes universitarios, afectando su bienestar y rendimiento académico (Ramírez y Rivera, 2023)

La psicopatología estudia los trastornos mentales y sus manifestaciones. Según la OMS (s.f.) un trastorno mental implica alteraciones significativas en la cognición, la regulación emocional o el comportamiento, generando angustia o discapacidad funcional.

Las emociones, moduladas por factores internos y externos, influyen en la cognición y el comportamiento. Núñez, López y Vela (2021), citando a Damasio, sostienen que las emociones son respuestas automáticas del organismo para garantizar la supervivencia, de carácter multidimensional, involucrando componentes motores, cognitivos y afectivos. Además, Barrios y Gutiérrez (2020) afirman que las emociones son determinantes en la toma de decisiones, el aprendizaje y la calidad de vida, influyendo en la educación más de lo previamente estimado.

Tras una ruptura amorosa, las emociones pueden manifestarse como tristeza, ira, ansiedad o depresión. La tristeza y la ira cumplen funciones adaptativas, mientras que la ansiedad y la depresión, según el DSM-5, son trastornos que pueden surgir en este contexto. La teoría cognitiva de Beck señala que la presencia de pensamientos negativos sobre uno mismo, el entorno y el futuro puede perpetuar estados depresivos y ansiosos.

La neurociencia ha evidenciado la estrecha relación entre emociones y aprendizaje. El sistema límbico, responsable de la emotividad humana, participa en la regulación de las emociones y la motivación. En este sentido, la desregulación emocional derivada de una ruptura amorosa puede afectar la concentración y el rendimiento académico. Los estados emocionales como la tristeza elevan los niveles de cortisol, afectando la memoria y la atención (Peña, Gonzalo & Muñoz, 2023).

Asimismo, la depresión se asocia con alteraciones en el eje hipotálamo-hipófiso-tiroideo y los corticosteroides, incluyendo el cortisol, la "hormona del estrés". El sistema límbico es clave en la memoria, el aprendizaje y la cognición, por lo que una alteración en este sistema, como ocurre en una ruptura amorosa, puede representar un desafío fisiológico para los estudiantes universitarios, comprometiendo su desempeño académico.

1.3. Estrategias de Afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento son recursos que permiten a las personas gestionar y superar situaciones estresantes. Estas estrategias consisten en respuestas cognitivas y conductuales para reducir o eliminar estresores.

Cuando una persona enfrenta un evento estresante, evalúa sus recursos para manejarlo. Si percibe que estos son insuficientes, las emociones negativas pueden intensificarse. Este proceso implica dos niveles: la evaluación cognitiva de la situación y los esfuerzos para afrontarla (Andreo, Hilario y Rivadeneira, 2020 citando a Clark y Beck). Lazarus y Folkman (1984) destacan que el afrontamiento es dinámico y cambia según las demandas internas o externas. En el contexto universitario, los estudiantes con escasos recursos de afrontamiento pueden experimentar mayores niveles de distrés tras una ruptura amorosa.

Las estrategias de afrontamiento tienen tres categorías: a) centradas en el problema (resolución activa y estrategias de distracción positiva); b) centradas en las relaciones (búsqueda de apoyo social o espiritual); y c) improductivas (evitación, preocupación excesiva o auto-inculpación). Las estrategias adaptativas favorecen el bienestar y el desarrollo personal, mientras que las desadaptativas pueden estar vinculadas a ansiedad, depresión y bajo rendimiento académico.

La regulación emocional, definida como el proceso por el cual un individuo modula sus emociones, es clave en la adaptación. La autorregulación facilita respuestas activas ante eventos negativos, mitigando su impacto (Morales, 2020). Las estrategias centradas en el problema suelen ser más efectivas y duraderas que las centradas en la emoción. La solución activa y el apoyo social influyen positivamente en el autoconcepto académico y la inteligencia emocional.

En conclusión, las estrategias de afrontamiento son fundamentales para la salud mental de los estudiantes universitarios. Aquellas centradas en el problema favorecen la resiliencia ante eventos estresantes, como una ruptura amorosa, y proporcionan herramientas para el desarrollo personal. Asimismo, su promoción en el ámbito educativo puede contribuir a mejorar el bienestar y el rendimiento académico.

METODOLOGÍA

2.1. Diseño y Enfoque Metodológico

La presente investigación adopta un método mixto, que combina enfoques cuantitativos y cualitativos para obtener una comprensión más completa del fenómeno de estudio. Este enfoque permite integrar datos numéricos sobre el rendimiento académico con el análisis subjetivo de las experiencias emocionales tras una ruptura amorosa y posibilita una aproximación más amplia a problemáticas complejas al combinar distintos paradigmas de investigación.

El estudio es no experimental, ya que no se manipulan las variables independientes, sino que se observan y analizan en su contexto natural. Además, sigue un diseño transversal, recolectando datos en un único momento temporal para examinar la relación entre la ruptura amorosa y el rendimiento académico.

Desde un enfoque descriptivo-correlacional, esta investigación busca caracterizar la relación entre ambas variables sin establecer causalidad. Los estudios correlacionales permiten identificar patrones y asociaciones sin intervenir en la realidad de los sujetos analizados.

Para la recolección de datos, se empleó el Inventario de Duelo por Ruptura Amorosa (BDS) de Field et al. (2018), con una alta consistencia interna ($\alpha = .91$), junto con una encuesta de preguntas cerradas para obtener información demográfica y académica. El rendimiento académico fue evaluado a través del kárdex de calificaciones correspondiente al período lectivo 2023B, dato que fue proporcionado por el propio estudiante a través de una encuesta que recoge características sociodemográficas. La combinación de estos instrumentos permitió establecer correlaciones entre la intensidad del duelo y el rendimiento académico, proporcionando un análisis integral de la problemática.

2.2. Población y Muestra

La presente investigación se llevó a cabo en la Universidad Israel, tomando como universo de estudio a su comunidad estudiantil. La población estuvo conformada por estudiantes de pregrado y posgrado, tanto de modalidad presencial como en línea.

Para la selección de los participantes, se utilizó un muestreo no probabilístico por autoselección integrando a estudiantes de las carreras de psicología, administración e ingeniería a quienes se les facilitó una encuesta inicial, a través de Google forms donde el estudiante, de forma voluntaria, aceptaba ser parte del estudio. La muestra final estuvo compuesta por 100 estudiantes, con edades comprendidas entre los 18 y 52 años. Esta estrategia de muestreo permitió obtener una representación diversa y equitativa de la población universitaria, favoreciendo la validez de los resultados.

2.3 Recolección de Información y Procedimiento

La recolección de información en esta investigación se llevó a cabo mediante técnicas e instrumentos específicos que permitieron evaluar los efectos de la ruptura amorosa en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

La técnica de investigación se define como el procedimiento específico utilizado para recopilar, analizar o interpretar datos con el propósito de responder a una pregunta de investigación o alcanzar un objetivo. En este estudio, se empleó una encuesta en línea estructurada en dos secciones: una parte sociodemográfica y otra dedicada a la evaluación del duelo por ruptura amorosa.

Para la evaluación del duelo amoroso, se utilizó el Inventario de Duelo por Ruptura Amorosa (Breakup Distress Scale, BDS), desarrollado por Field et al. (2009). Este instrumento, compuesto por 16 ítems adaptados del Inventario de Duelo Complicado (ICG) permite medir la intensidad del duelo experimentado tras una separación sentimental. Se excluyeron tres ítems del ICG que no se ajustaban a la temática de la ruptura, manteniendo una escala Likert de 4 puntos para la respuesta. Field et al. (2010) reportaron un alfa de Cronbach de .91, lo que indica una alta confiabilidad interna. El resultado fluctúa entre 0 y 76 puntos, correspondiendo las puntuaciones más altas a una mayor probabilidad de padecer el duelo complicado. Según los autores, una puntuación >25 es un indicador de duelo complicado. No se realizó una adaptación del instrumento a la población ecuatoriana.

Asimismo, se diseñó una encuesta de tipo descriptiva y transversal, aplicada a través de Google Forms, que incluyó ocho preguntas cerradas y dos preguntas abiertas para evaluar el rendimiento académico antes, durante y después de la ruptura. De acuerdo con Puente (2020), las encuestas de respuestas cerradas permiten obtener datos cuantitativos específicos, facilitando el análisis y evitando sesgos en las respuestas.

Procedimiento: La investigación se desarrolló en cinco fases metodológicas, asegurando rigurosidad en la recopilación y análisis de datos:

- **Fase 1:** Revisión teórica. Se realizó una exploración exhaustiva de la literatura científica publicada a partir del año 2019, con el objetivo de delimitar el marco teórico y establecer las variables de estudio: la ruptura amorosa y el rendimiento académico en estudiantes universitarios.
- **Fase 2:** Selección de instrumentos. Se identificaron herramientas psicométricas adecuadas para la investigación, optando por el BDS para evaluar el impacto emocional de la ruptura amorosa y una encuesta sociodemográfica y académica para obtener información relevante sobre los participantes.
- **Fase 3:** Aplicación de instrumentos. Se solicitó la colaboración de profesores de la Universidad Israel para compartir el enlace de la encuesta y el inventario a través de WhatsApp, garantizando la participación voluntaria de los estudiantes mediante la firma de un consentimiento informado.
- **Fase 4:** Análisis de datos. Se procesaron las respuestas recopiladas y se calcularon las relaciones entre las variables utilizando el Coeficiente de Correlación de Pearson, técnica estadística que permite medir la fuerza y dirección de la asociación entre dos variables.
- **Fase 5:** Interpretación de resultados. Los hallazgos obtenidos fueron analizados e interpretados en función de la literatura revisada, con el objetivo de comprender el impacto de la ruptura amorosa en el rendimiento académico de los estudiantes.

En conclusión, la metodología utilizada permitió obtener una visión integral del fenómeno estudiado, combinando datos cuantitativos y cualitativos. Esto contribuye a la comprensión del impacto emocional y académico de la ruptura amorosa en el contexto universitario, proporcionando información valiosa para futuras investigaciones y estrategias de apoyo estudiantil.

RESULTADOS

Tabla 1

TDR vs P.BDS Masculino

Correlación TDR vs P.BDS Masculino

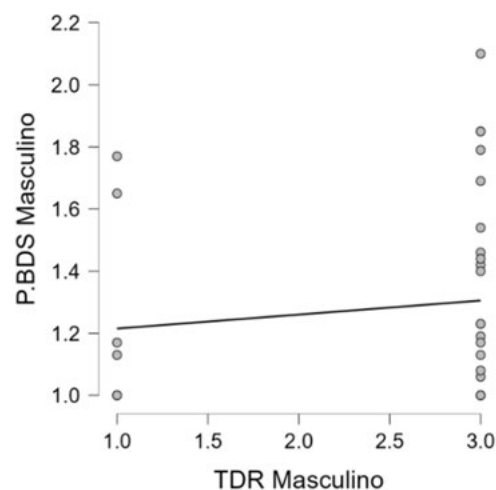
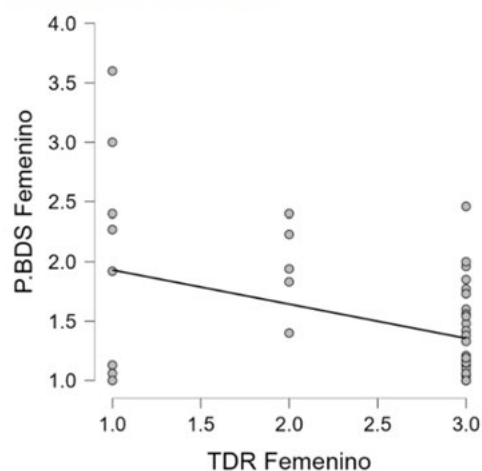
Pearson's Correlations				
			Pearson's r	p
TDR Masculino	-	P.BDS Masculino	0.120	0.504

Tabla 2

TDR vs P.BDS Femenino

Correlación TDR vs P.BDS Femenino

Pearson's Correlations				
			Pearson's r	p
TDR Femenino	-	P.BDS Femenino	-0.404	0.005

Figura 1*TDR vs P.BDS Masculino***Scatter plots****TDR Masculino vs. P.BDS Masculino****Figura 1***TDR vs P.BDS Masculino***Scatter plots****TDR Femenino vs. P.BDS Femenino****Tabla 3***Correlación de variables*

Variables	General	Masculino	Femenino
Duelo y rendimiento académico	p = 0.165	p = 0.734	p = 0.273
	r = -0.157	r = -0.061	r = -0.163
Tiempo transcurrido y duelo	p = 0.030	p = 0.504	p = 0.005
	r = -0.243	r = 0.120	r = -0.404

Los resultados obtenidos indican que la intensidad del duelo tras una ruptura amorosa no muestra una correlación significativa con el rendimiento académico. El análisis de correlación de Pearson evidenció un valor $p=0.165$ y un coeficiente de -0.157 , lo que se interpreta como una relación muy débil y estadísticamente no significativa.

Al analizar los datos por género, se observó que en la población masculina, el puntaje $p=0.734$ y la correlación de -0.061 reflejan una relación prácticamente inexistente entre el duelo y el desempeño académico. En la población femenina, aunque la correlación fue ligeramente más fuerte ($p=0.273$, $r=-0.163$), sigue sin presentar significancia estadística, lo que indica que el duelo no afecta de manera directa el rendimiento académico en esta muestra.

Sin embargo, el tiempo transcurrido desde la ruptura sí mostró una relación significativa con la intensidad del duelo. En el análisis general, se obtuvo $p=0.030$ y $r=-0.243$, indicando que a medida que pasa el tiempo, los síntomas disminuyen levemente. No obstante, al desglosar por género, se halló que en los hombres ($p=0.504$, $r=0.120$) los síntomas tienden a aumentar ligeramente con el tiempo, mientras que en las mujeres ($p=0.005$, $r=-0.404$) se evidencia una disminución significativa del malestar emocional.

Los resultados sugieren que, aunque la ruptura amorosa afecta emocionalmente a los estudiantes universitarios, su impacto en el rendimiento académico es limitado. No obstante, la diferencia en la evolución del duelo según el género subraya la necesidad de enfoques diferenciados en el apoyo psicológico, con estrategias que favorezcan la adaptación y regulación emocional, especialmente en la población masculina. Además, el 71% de los participantes reportó que su última ruptura ocurrió hace más de seis meses, mientras que un 23% se encontraba en un rango de 0 a 3 meses y solo un 6% entre 3 y 6 meses. El 16% sí mostró una baja en el rendimiento académico. Esto indica que la mayoría de los encuestados ya ha superado la fase más intensa del duelo, lo que puede influir en los resultados obtenidos.

3.1. Datos Relevantes

Los resultados sobre el tiempo transcurrido desde la ruptura evidenciaron una relación significativa en función del género. El análisis gráfico revela que, en la población masculina, la intensidad de los síntomas tiende a incrementarse con el paso del tiempo, mientras que en la población femenina se observa una disminución progresiva del malestar emocional. Esta diferencia sugiere que el proceso de adaptación al duelo amoroso sigue dinámicas distintas según el género, lo que podría estar vinculado a factores emocionales y estrategias de afrontamiento diferenciadas.

CONCLUSIONES

Los hallazgos de esta investigación indican que la intensidad de los síntomas tras una ruptura amorosa no muestra una correlación significativa con el rendimiento académico. Los datos reflejan que el 16% de los estudiantes reportó una disminución en su desempeño académico, mientras que el 66% no experimentó variaciones y el 18% mostró mejoras. Esto sugiere que, aunque la ruptura amorosa puede representar un evento emocionalmente desafiante, la mayoría de los estudiantes logra mantener sus responsabilidades académicas sin afectaciones sustanciales.

Sin embargo, el análisis detallado reveló diferencias individuales significativas en cuatro áreas clave: impacto psíquico, afectivo, desgaste cronológico y deterioro general. Además, se observó que el 71% de los participantes experimentó su última ruptura hace más de seis meses, mientras que un 23% se encontraba en un rango de 0 a 3 meses y solo un 6% entre 3 y 6 meses. Esto implica que la mayoría de los encuesta-

dos no se encontraba en una fase activa de duelo, sino que sus respuestas se basaron en recuerdos de la experiencia en lugar de en emociones vívidas. Esta distancia temporal pudo haber influido en la percepción del impacto de la ruptura, disminuyendo la intensidad de los síntomas reportados y afectando la correlación entre la ruptura amorosa y el rendimiento académico.

Por otro lado, el análisis por género mostró diferencias en la evolución del duelo. En la población femenina, se identificó una correlación moderada y negativa entre el tiempo transcurrido y la intensidad de los síntomas, evidenciando que los efectos emocionales tienden a disminuir significativamente entre los tres y seis meses posteriores a la ruptura. En contraste, en la población masculina, aunque la correlación fue débil, se observó una ligera tendencia al aumento de los síntomas con el tiempo, lo que sugiere diferencias en los mecanismos de afrontamiento según el género.

Estos resultados resaltan la importancia de considerar factores individuales y contextuales en el estudio del impacto emocional de las rupturas amorosas y sugieren la necesidad de enfoques diferenciados en el apoyo psicológico.

REFERENCIAS

- Andreo, A., Hilario, P. S., & Rivadeneira, F. J. O. (2020). Ansiedad y estrategias de afrontamiento. *European Journal of Health Research:(EJHR)*, 6(2), 213-225.
- Barrios Tao, Hernando, & Gutiérrez de Piñeres Botero, Carolina. (2020). Neurociencias, emociones y educación superior: una revisión descriptiva. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 46(1), 363-382. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-070520200001>
- Field, T., Delgado, M., Pelaez, M., Deeds, O., & Delgado, J. (2018). Breakup distress scale [Data set]. En *PsychTESTS Dataset*. American Psychological Association (APA).
- Freire, Carlos, Ferradás, María del Mar, Núñez, José Carlos, & Valle, Antonio. (2022). La consecución del funcionamiento psicológico pleno: la dimensión de crecimiento personal. *Papeles del Psicólogo*, 43(1), 63-73. Epub 27 de junio de 2022. <https://dx.doi.org/10.23923/pap.psicol.2976>
- Garabito, Sandra, García, Felipe E., Neira, Michelle y Puentes, Eduardo. (2020). Ruptura de pareja en adultos jóvenes y salud mental: estrategias de afrontamiento ante el estrés del término de una relación. *Psicología. Avances de la Disciplina*, 14 (1), 47-59. Publicación electrónica del 26 de enero de 2021. <https://doi.org/10.21500/19002386.4560>
- Gómez Bedoya, J. A. (2024). Estudio psicológico del duelo por ruptura amorosa en la contemporaneidad (Tesis de pregrado). Universidad de Antioquia.
- Lázaro, RS y Folkman, S. (1984). Estrés, valoración y afrontamiento . Editorial Springer.
- Mendoza, D., Guzmán-Saldaña, R. M., Lerma-Talamantes, A., & Bosques-Brugada, L. E. (2021). Ruptura amorosa, proceso del duelo y aspectos académicos en estudiantes universitarios. *Educación y Salud Boletín Científico de Ciencias de la Salud del ICSa*, 10(19), 9–16. <https://doi.org/10.29057/icsa.v10i19.7967>
- Morales, F. M. (2020). Estrategias de afrontamiento, empatía y tendencia prosocial en universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 13(2), 187–200. <https://doi.org/10.30552/ejep.v13i2.360>
- Moysén Chimal, Alejandra, Villaveces López, Martha Cecilia, Estrada Laredo, Elizabeth, Balcázar Nava, Patricia, & Gurrola Peña, Gloria Margarita. (2022). Inteligência emocional: O caso dos jovens, adultos e idosos, homens e mulheres. *Revista de psicologia (Santiago)*, 31(2), 46-53. <https://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2022.54293>
- Núñez-Cansado, M., López López, A. y Vela Delfa, C. (2021). Revisión teórico-científica del marco conceptual de la emoción y el sentimiento y su aplicación al neuromarketing. *Vivat Academia. Revista de Comunicación*, 154, 381-407. <http://doi.org/10.15178/va.2021.154.e1357>
- Peña-Muñante, Gonzalo & Muñoz, Carmen. (2023). Duelo por ruptura amorosa y florecimiento en estudiantes: El rol mediador de la autocompasión. *Revista de Psicología*. 42. 305-330. 10.18800/psico.202401.011
- Ramírez, J. G., & Rivera Aragón, S. (2023). Construcción y validación de una escala de conductas de separación de pareja. *Acta de investigación psicológica*, 13(2), 64–75. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2023.2.487>

Torres Hernández, J. (2024). Intervención cognitivo-conductual en un caso de ruptura amorosa. *Gaceta Universitaria*, 149, 1-4.

World Health Organization. (s.f.). Depresión. Organización Mundial de la Salud. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>