

El estrés en el contexto de la pareja: diseño y validación de una escala para mexicanos

Bravo Doddoli, Andrea; Sánchez Aragón, Rozzana

El estrés en el contexto de la pareja: diseño y validación de una escala para mexicanos

Psicología Iberoamericana, vol. 30, núm. 1, e301429, 2022

Universidad Iberoamericana, Ciudad de México, México

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133970714004>

DOI: <https://doi.org/10.48102/pi.v30i1.429>




Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.

El estrés en el contexto de la pareja: diseño y validación de una escala para mexicanos

Stress in the context of the couple: The design and validation
of a scale for the Mexican population


Andrea Bravo Doddoli andbrado@hotmail.com

Universidad Nacional Autónoma de México, México

 <https://orcid.org/0000-0002-0855-672X>

Rozzana Sánchez Aragón rozzara@unam.mx

Universidad Nacional Autónoma de México, México

 <https://orcid.org/0000-0002-5952-8972>

Psicología Iberoamericana, vol. 30, núm.
1, e301429, 2022

Universidad Iberoamericana, Ciudad de
México, México

Recepción: 09 Febrero 2022

Aprobación: 20 Abril 2022

DOI: [https://doi.org/10.48102/
pi.v30i1.429](https://doi.org/10.48102/pi.v30i1.429)

Redalyc: [https://www.redalyc.org/
articulo.oa?id=133970714004](https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133970714004)

Financiamiento

Fuente: Consejo de Ciencia y Tecnología
(CONACYT)

Nº de contrato: CVU. 464222

Beneficiario: Andrea Bravo Doddoli

Resumen: Los integrantes de la pareja poseen antecedentes únicos que favorecen sus creencias, normas y valores que en la interacción cotidiana pueden contraponerse con las del otro miembro, lo cual puede producir estrés. El objetivo de esta investigación fue diseñar y validar una escala de estrés motivado por estas incompatibilidades y evaluar la invarianza de medición por etapa de la relación. Para el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) participaron 350 individuos y para el Análisis Factorial Confirmatorio (AFE) y multigrupos se recolectó una muestra con 284 personas. Los participantes fueron hombres y mujeres entre las edades de 18 y 65 años, que cohabitan con su pareja de la Ciudad de México. Se aplicó la Escala de Estrés en la Pareja por medio de una plataforma electrónica. Los resultados revelan dos factores (desacuerdo y ajuste) con índices de confiabilidad de .928 y una varianza explicada del 55.11%, así como un ajuste al modelo satisfactorio, mientras que el análisis de invarianza mostró equivalencia de la medida en ambos grupos, por lo que el estrés que vive la pareja no es atribuible a la etapa de la relación.

Palabras clave: estrés, medición, pareja, validación, equivalencia de grupos.

Abstract: Each person in a relationship has a unique background that influences their beliefs, norms, and values that inform their daily interaction, which can conflict with their partner and cause stress. The objective of this research was to design and validate a stress scale motivated by these incompatibilities and to evaluate the measurement invariance by stage of the relationship (Beginning and Maintenance). For the Exploratory Factor Analysis (EFA) 350 individuals participated and for the Confirmatory Factor Analysis (EFA) and multi-groups a sample was collected with 284 participants. The participants were men and women between the ages of 18 and 65, who live with their partners in Mexico City. The Couple Stress Scale was applied through an electronic platform. The results reveal two factors (disagreement and fit) with reliability indices of .928 and an explained variance of 55.11% and a satisfactory fit to the model. For its part, the invariance analysis showed the equivalence of the measure in both groups, so the stress experienced by the couple is not attributable to the stage in which the participants are in.

Keywords: stress, measurement, partner, validation, group equivalence.

Introducción

El estrés es un concepto que se originó en la física por Hooke cuando estudió la energía potencial elástica y su relación con las deformaciones del cuerpo (Dovstam, 2000). Posteriormente el término se aplicó a la medicina por Bernard (1859), quien reconoce una “sobrecarga” de las demandas que percibe el individuo y lo relacionan con la neurastenia. Ya desde la psicología Lazarus y Folkman (1984) explican el surgimiento del estrés con base en la intersección de reacciones (cognitiva, conductual, emocional y fisiológica) que un individuo desarrolla ante las evaluaciones que hace del ambiente (en función de recursos y demandas, obstáculos o apremios y sustentadas en la relación individuo-entorno) y que suelen percibirse como amenazas al bienestar de la persona.

Cuando el estrés emerge en una situación interpersonal cercana como lo es la propia relación de pareja (Bodenmann, 2005) se le ve como un fenómeno diádico o social (Bodenmann, 2005; Lyons et al., 1998) que puede originarse en la relación por un conflicto interno (Feeney & Karantzas, 2017) o por algo externo como la pérdida de trabajo (Randall & Messerschmitt-Coen, 2019). Este fenómeno social puede incluir preocupaciones comunes, intimidad emocional y formas de mantenimiento de la relación (Randall & Bodenmann, 2009).

Asimismo, el estrés puede surgir cuando uno de los integrantes de la pareja siente estrés y afecta al otro durante la interacción (Randall & Messerschmitt-Coen, 2019), es decir, si el vínculo es cercano se da una sincronización entre sus miembros dando cabida a la transmisión o reciprocidad de dicho malestar a su compañero (Randall & Bodenmann, 2009; VanderDrift & Agnew, 2019), por lo que la experiencia del estrés de un individuo afectará a su pareja y, si no se trata adecuadamente, puede provocar la disolución de ésta (Falconier et al., 2015), en otras palabras, el manejo del estrés es vital para el mantenimiento de la diada (Ogolsky et al., 2017).

Son múltiples las causas del estrés en la pareja; sin embargo, una de ellas involucra el enfrentamiento entre las creencias, normas y valores personales de cada miembro adquiridas por la socialización (Díaz Loving, 2019) con las del otro en medio de las interacciones cotidianas y que de su “negociación” implícita o explícita nazca una nueva microcultura. Esta “postura individual” implica la conformación de un ideal de cómo debe ser la pareja y el comportamiento correcto dentro de ella (Rage Atala, 1996); sin embargo, la cultura no siempre es estable y los individuos actualizan activamente sus creencias y comportamientos ante nueva información (Kiley & Vaisey, 2020), por lo que es posible que dicha postura cambie. Los miembros de la pareja no siempre concordarán; la convivencia dará las pautas necesarias para restaurar y modificar los comportamientos anteriormente aprendidos (Barragán, 1976), por lo que procesos como la negociación o su ausencia pueden emerger. Justamente en este íter los miembros de la diada deberán ceder y aceptar normas y creencias contrarias a las interiorizadas, lo que les puede ocasionar

disonancia cognoscitiva pues se ha generado una transgresión cultural cuya consecuencia es el estrés (Festinger, 1957).

Otros potenciales estresores en las relaciones de pareja se encuentran las condiciones socioeconómicas —clase social, origen étnico y otras limitaciones y desafíos que se crean por tensiones económicas (Nina-Estrella, 2016; Story & Bradbury, 2004); transiciones de la pareja tales como el nacimiento de un hijo (Lavner et al., 2014; Zerach & Magal, 2016), así como los desacuerdos en cuanto al estilo de vida, incompatibilidad de intereses, conflictos en la toma de decisiones y los problemas de ajustes a la relación marital, enfermedades crónicas, cuidado de un enfermo, mudanzas, emigración, trabajo, tiempo libre y problemas con familiares (Bodenmann, 2005), o por eventos más puntuales como la muerte del cónyuge, encarcelamiento, enfermedades, inicio o terminación de estudios, jubilación (Bruner et al., 1994; Holmes & Rahe, 1967), infidelidades (Fincham & May, 2017) e incluso la infertilidad (Casu et al., 2019).

En conclusión, el estrés podrá surgir de variables independientes al individuo, por estímulos del ambiente o una adaptación incompleta en la pareja (Karney & Bradbury, 1995; Randall & Messerschmitt-Coen, 2019), de manera que puede aparecer en cualquier etapa de la relación (Randall & Bodenmann, 2009) ya que su desarrollo no es lineal (Mussumeci & Tinoco Ponciano, 2019).

Sin embargo, cada etapa de la relación tiene características específicas por las cuales se vivirá estrés en ella. Al inicio, cuando comienzan a vivir juntos y forjan compromisos a largo plazo (Díaz Loving & Sánchez Aragón, 2020), los miembros traen consigo sus expectativas, estándares, normas, creencias y valores sobre los que se debe fundar y vivir en relación de pareja (Díaz Loving & Sánchez Aragón, 2020), empero, estos criterios pueden no ser compatibles (Díaz Loving, 2011), por lo que la pareja deberá negociar para llegar a acuerdos, lo que se considera como una transición hacia una adaptación (Sánchez Azcona, 2008), lo que trae consigo estrés.

En la fase de mantenimiento, la cual es la base de la estabilidad y evaluación de la familia (Díaz Loving & Sánchez Aragón, 2020), empiezan a llegar los hijos y la vida de los cónyuges cambia; tienen que reorganizarse y afrontar nuevas tareas, así como formular nuevas reglas en su relación y modificar las ya existentes (Lemus Hidalgo, 2001). La pareja tendrá que aprender a integrar y cuidar a los hijos e implementar diferentes estrategias para preservar su vínculo (Stafford et al., 2000) e ir resolviendo los problemas que van surgiendo (Díaz Loving & Sánchez Aragón, 2020).

El estrés podrá ser más o menos intenso dependiendo de los eventos y dificultades que vive la pareja, los recursos disponibles al momento del suceso estresante y la definición que los individuos le den al evento (Cabilar & Yilmaz, 2022), al igual que la combinación de factores que provocan que las personas sean vulnerables (rasgos de personalidad, familia de origen con problemas internos), la relevancia de la situación (eventos vitales, circunstancias estresantes, transiciones normativas) y

los procesos de adaptación deficientes (incapacidad para empatizar y resolución de problemas de forma defensiva u hostil) (Delgadillo Castillo et al., 2018; Karney & Bradbury, 1995).

El estrés puede tener diferentes consecuencias, tanto positivas como negativas; las primeras se deben al común denominador de todas las reacciones adaptativas (Selye, 1976): producen una especie de “prueba” en la que las parejas aprenden y mejoran su capacidad de afrontamiento (Story & Bradbury, 2004), optimizando su salud y bienestar a largo plazo (Ennis & Majid, 2020). Las segundas variarán dependiendo de la historia y el momento en el que se encuentre la pareja (Story & Bradbury, 2004), de tal suerte que pueden afectar el mantenimiento, la intimidad y la estabilidad de la relación marital (Falconier et al., 2016; Rusu et al., 2020), producir alejamiento de los miembros e incluso deterioro de la relación (Hill et al., 2017).

Para medir el estrés específicamente en la pareja se han creado diferentes instrumentos; por ejemplo, la Escala de Ajuste Diádico (Spanier, 1976), la cual cuenta con 32 reactivos en cuatro subescalas: satisfacción diádica, cohesión diádica, consenso diádico y expresión afectiva ($\alpha = .96$).

La Escala de Estrés Marital de Estocolmo (SMSS) (Orth-Gomér et al., 2000), se realizó a través de entrevistas hechas en un laboratorio; ésta aborda los factores estresantes del matrimonio, incluidos temas como la calidad de la relación emocional y sexual con el cónyuge, con un formato de respuesta dicotómica de Sí o No. Cuenta con $\alpha = .77$ y 17 reactivos.

Posteriormente, Bodenmann et al. (2007) proponen la *Hassles Scale*, que es una versión abreviada de 37 reactivos y adaptada de la Escala de Molestias (Kanner et al., 1981) compuesta por 117 ítems. La escala en cuestión tiene un formato de respuesta tipo Likert que va de (1) nada estresante a (5) muy estresante. Los reactivos reflejan situaciones de molestia cotidiana (demandas irritantes, frustrantes o angustiosas en las transacciones diarias) en el último mes. Cuenta con dos factores: 1) estrés externo a la díada con 29 reactivos (vecinos problemáticos, obligaciones sociales, problemas financieros) con un $\alpha = .86$; y 2) estrés interno de la díada con 8 ítems (problemas con su pareja, sobrecarga de responsabilidades familiares, presiones) con una $\alpha = .75$.

Dentro de las relaciones de pareja existe estrés por situaciones específicas tales como la infertilidad; un ejemplo de medición al respecto es la de Casu y Gremigni (2016), quienes desarrollaron la Escala de Estrés Relacionado con la Infertilidad que contiene 12 ítems, siendo algunos de ellos: ¿Cuánto estrés puso el problema de infertilidad en su bienestar físico?, ¿Cuánto estrés puso el problema de fertilidad en relaciones con la pareja?, con un formato de respuesta tipo Likert de 7 puntos (1 = nada en absoluto a 7 = mucho), y $\alpha = .94$ y $.95$.

A partir de la literatura revisada sobre las fuentes de estrés, la ausencia de instrumentos de medición específicos a las incompatibilidades entre la pareja y la importancia de las consecuencias que ocasiona el estrés en la vida de la pareja en esta área tan específica, el presente estudio tuvo como objetivos: 1) diseñar y validar una escala de estrés generado por las

diferencias en creencias, normas y valores entre los miembros de la pareja, y 2) evaluar la equivalencia de la medida (invarianza) diseñada en personas que se encuentran en el inicio y en el mantenimiento de la relación.

Para el primer objetivo, al ser un estudio instrumental, no se proponen hipótesis, mientras que para el segundo la premisa esperada es que se encuentre diferencia en la invarianza por etapa de la relación, lo que demostraría que el estrés se vive de modo diferente en cada fase.

Método

Participantes

La muestra fue no probabilística accidental (Hernández Sampieri et al., 2018) en la que los individuos debían cumplir los siguientes criterios de inclusión: vivir con su pareja, ser heterosexuales, mayores de edad y no era necesario que ambos miembros de la díada participaran en el estudio.

En el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) participaron 350 individuos. El tamaño de la muestra cuenta con un nivel de confianza del 94% y un margen de error del 5%. 175 participantes correspondían a la etapa de inicio de la relación (1 a 12 meses viviendo juntos), donde 45% eran hombres y 55% mujeres; sus edades iban de los 20 a los 49 años ($M = 34.02$, $DS = 5.013$ años). De acuerdo con su estado civil y tiempo de relación, el 55% se encontraba en unión libre y el 45% casados/as, con un tiempo de vivir juntos de 1 mes a 12 meses ($M = 6.77$, $DS = 3.51$ meses). Los otros 175 participantes estaban en la etapa de mantenimiento (más de 12 meses viviendo juntos) y tenían entre 19 y 68 años ($M = 31.20$, $DS = 7.78$ años); de ellos, el 46% eran hombres y el 54% mujeres; su estado civil era: 40% en unión libre y 60% estaban casados/as, con un tiempo de relación entre 13 meses y 36 años ($M = 10.10$, $DS = 5.56$ años).

Para el Análisis Factorial Confirmatorio (AFE) y multigrupos se recolectó una muestra con 284 participantes. El tamaño de la muestra cuenta con un nivel de confianza del 91% y un margen de error del 5%. 141 integrantes pertenecían a la etapa de inicio; el 46% eran hombres y el 54% mujeres, todos con rango de edad de 20 a 63 años ($M = 30.00$, $DS = 8.81$ años). Con respecto a su estado civil y tiempo de relación, el 63% se encontraba en unión libre y el 37% restantes casados/as, con un tiempo de vivir juntos de 1 a 12 meses ($M = 8.50$, $DS = 3.72$ meses). A su vez, en la etapa de mantenimiento participaron 141 personas, de las cuales 45% eran hombres y 55% mujeres, con edades de los 22 años a los 65 ($M = 33.00$, $DS = 8.11$ años). El 40% se encontraba en unión libre y el 60% casados, con un tiempo de vivir juntos de 13 meses a 32 años ($M = 8$, $DS = 17.15$ años).

Instrumento

Escala de Estrés en la Pareja (EEP)

Escala de Estrés en la Pareja (EEP): a partir de la teoría revisada, se definió al estrés como los efectos emocionales y cognoscitivos del desequilibrio por los desacuerdos y ajuste entre las propias creencias, normas y valores y aquellos de la pareja, por lo que se crearon reactivos con base en: 1) los desacuerdos por las diferencias entre los miembros de la díada respecto a las creencias, normas y valores; así como dirigidos a 2) intentar empatar las normas, creencias y valores entre los miembros de la pareja (ver Anexo A). Se evaluó cada uno de los ítems a través de diez jueces expertos en relaciones de pareja, quienes indicaron la validez de su contenido (calificando de 1 a 5). Los resultados de dicha estimación indicaron que el total de reactivos se tomaron como aceptables (V Aiken entre .80 y .95).

La escala quedó constituida por 21 reactivos en un formato de respuesta tipo Likert de cinco opciones de respuesta que indican diferentes grados de acuerdo (1= no me causa estrés en absoluto a 5= me causa mucho estrés, totalmente de acuerdo) con afirmaciones relativas con el nivel de estrés experimentado (ver Anexo B).

Procedimiento

Debido a las medidas sanitarias de distanciamiento social y de bioseguridad provocadas por el virus del covid-19, la aplicación de la EEP se realizó en línea por medio de la plataforma Survey Monkey. Las fechas de recolección de datos para la fase del AFE fueron de noviembre de 2020 a febrero de 2021; en cuanto a los datos para el AFC, fueron recolectados de mayo a septiembre de 2021.

Para convocar a los participantes se utilizaron dos vías: a través de la red social Facebook y por medio de estudiantes de la carrera de psicología, quienes fueron entrenados para la recolección de campo por medio de redes sociales. Antes de que los participantes contestaran el cuestionario se confirmó que cumplieran los criterios de inclusión (ya señalados en el apartado de participantes).

Posteriormente se les dio a conocer el consentimiento informado donde se indicaba: 1) que la participación era voluntaria, confidencial y anónima, 2) el objetivo de la investigación y que podían retirarse de ella en cualquier momento si las preguntas afectaban su moral o creencias y 3) que sus datos serían utilizados únicamente en análisis estadísticos, por lo que no se les pediría ningún dato personal que pusiera en riesgo su identidad o privacidad.

También se les especificó que toda la información proporcionada sería tratada con las medidas de seguridad apropiadas, de conformidad con los principios contenidos en Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares, su Reglamento y los Lineamientos del Aviso de Privacidad de los Estados Unidos Mexicanos.

El presente estudio forma parte del proyecto titulado “Entre los preceptos culturales y la “realidad”: Su efecto en satisfacción individual y de pareja”; fue evaluado por el Comité de Admisión al Programa de Doctorado de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México en lo relativo a la factibilidad, consideraciones éticas en su realización y contribuciones al conocimiento en el área.

Análisis de datos

Para llevar a cabo la validación de la EEP se utilizaron los programas SPSS versión 21 y Excel, siguiendo los pasos los siguientes (Reyes Lagunes & García y Barragán, 2008):

1. Prueba de normalidad Kruskal Wallis para conocer la distribución de la muestra.

2. Análisis de frecuencias de cada reactivo para observar si las opciones de respuesta fueron atractivas para los participantes y eliminar aquellas que tuvieran más del 50% de respuesta en una de las opciones, debido a que cuando la mayoría de los participantes responden de la misma manera los reactivos no contienen variabilidad.

3. Puntajes de asimetría y curtosis para descartar reactivos cuyos valores se encuentren fuera del intervalo entre -1 y +1, debido a que se alejan a distribuciones normales (Ferrando & Anguiano-Carrasco, 2010).

4. Discriminación de reactivos por diferencia entre grupos externos, en la que se obtuvieron los valores del percentil 25 y 75; a partir de este resultado se ejecutó la prueba t de Student, con el fin de poder evaluar capacidad de discriminación de cada uno de los reactivos por comparación de grupos extremos, eliminando aquellos que tuvieran una significancia mayor a .05.

5. Prueba de confiabilidad interna por medio de la fórmula Alpha de Cronbach. Asimismo se ejecutó la correlación de cada uno de los reactivos con el total de la correlación al cuadrado con los otros (Índice de Homogeneidad corregida, IHc) y el valor de modificación del estadístico de confiabilidad al eliminar el reactivo. Se eliminaron los que tuvieran una correlación menor a .20.

6. AFE, que se definió a partir de un análisis de correlación de Pearson. Así se decidió una rotación oblicua, debido a que las correlaciones de Pearson resultaron altas. Extracción de Ejes Principales, ya que la distribución de la muestra era no normal, eliminando los reactivos que no tuvieran carga factorial mínima de .40, para posteriormente obtener el Alpha de Cronbach y el coeficiente Omega (McDonald, 1999) de cada uno de los factores y el total.

Posteriormente se realizó el AFC para confirmar la estructura factorial de las escalas obtenidas, con los programas SPSS y AMOS. Los pasos fueron los siguientes:

1. Prueba de Mardia; para comprobar una normalidad multivariada es necesario tener el coeficiente de curtosis multivariada es inferior a $p(p+2)$ (Bollen, 1989).

2. Para comprobar el ajuste del modelo se analizaron los siguientes índices a partir de la prueba de bondad de ajuste χ^2 de lo propuesto por Hu y Bentler (1999): a) ratio entre el valor de chi-cuadrado y los grados de libertad (χ^2/gl), cuyo valor < 3 indica un ajuste adecuado (Kline, 2005); b) índices comparativos CFI (Comparative Fit Index), IFI (Incremental Fit Index) y NFI (Normed Fit Index), cuyos valores $> .90$ son considerados buenos; c) proporción de varianza GFI (Goodness of Fit Index) y AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index), donde el valor debe ser $> .90$ para interpretarse como un ajuste adecuado; d) error: SRMR (Standardized Root Mean Square Residual) y RMSEA (Root Mean Square of Approximation), que muestran un ajuste adecuado si su valor es $< .05$ en el primer caso y $< .08$, para el segundo; e) índices de modificación (Modification Indices, MI) para mejorar el ajuste del modelo.

Por último, se probó el modelo de invarianza de: 1) Configuración (no variabilidad de la estructura factorial entre los grupos (inicio y mantenimiento), con el libre cálculo de cargas factoriales, interceptos y residuales); 2) Invarianza métrica (restricción de la estructura factorial y las cargas factoriales); 3) Invarianza escalar (restricción adicional de los interceptos); 4) Invarianza estricta (restricción también de los residuales). Con el propósito de evaluar las diferencias entre el inicio y el mantenimiento en el modelo, se valoraron las variaciones en CFI y en RMSEA y la significancia del $\Delta\chi^2$. Se apoya una fuerte invarianza cuando el $\Delta\text{CFI} \leq 0.01$, el $\Delta\text{RMSEA} \leq 0.015$ y el $\Delta\chi^2$, $p > .05$ (Cheung & Rensvold, 2002).

Resultados

Para cumplir con el primer objetivo se formularon 21 reactivos que mostraron: 1) frecuencias en las opciones de respuestas menores al 50%; 2) asimetría y curtosis con valores dentro del intervalo entre -1 y +1; 3) diferencia entre grupos externos. Por tales motivos ningún ítem fue eliminado en este proceso.

Después se realizó un AFE con rotación oblicua con el método de extracción de Ejes Principales, del cual se obtuvieron dos factores (ocho ítems fueron eliminados porque su carga factorial fue menor a .40: “Los problemas que hemos tenido por las creencias de mi pareja sobre cómo deben ser nuestra relación”, “Las diferencias entre mi pareja y yo sobre las reglas de nuestra relación”, “Establecer nuevas reglas en la relación diferentes a las que yo siempre he creído”, “Cuando las costumbres de mi pareja interfieren con las mías”, “La forma de afrontar que tenemos ante los desacuerdos sobre lo que sentimos”, “Los problemas que hemos tenido por la forma de pensar de mi pareja”, “Las rutinas que creamos juntos para el día a día”, “Las maneras en que mi pareja soluciona las cosas que difiere de cómo lo suelo hacer yo”).

De los 13 reactivos remanentes se obtuvieron 2 factores con valores propios superiores a uno, que explican el 55.11% de la varianza con un coeficiente Alpha de Cronbach = .928, Coeficiente Omega = .911, KMO = .924, prueba de esfericidad de Bartlett $X = 1585.789$, $\text{gl} = 78$, p

= .000. El primer factor fue nombrado Desacuerdos ($\alpha=.875$, $\Omega=.844$) y al segundo factor se le denominó Ajuste ($\alpha=.869$, $\Omega=.848$) (ver Tabla 1).

Tabla 1

Tabla 1

Estructura Factorial para la Escala de Estrés en la pareja

	Factor	
	1	2
	Desacuerdos	Ajuste
Reactivos	7	6
Media	2.662	2.090
Desviación Estándar	1.220	1.076
Varianza Factorial	48.869	6.240
Alpha de Cronbach	.875	.869
Coefficiente Omega	.844	.848
1. Cuando mi pareja y yo no coincidimos en algo fundamental de la relación	.792	
4. Los desacuerdos con mi pareja	.725	
9. Cuando mi pareja y yo actuamos de diferente forma en algo que nos concierne a ambos	.688	
13. Los problemas que tenemos porque no valoramos lo mismo mi pareja y yo	.632	
11. Los problemas que hemos tenido son porque lo que le parece importante a mi pareja no lo es para mí	.602	
6. Los problemas que surgen entre mi pareja porque pensamos diferente sobre algo de los dos	.591	
20. Los encuentros incómodos por diferentes posturas que tenemos ante la vida	.580	
17. Empatar mis creencias con las de mi pareja		.870
18. Las diferencias de creencias que tenemos de cómo funcionan las relaciones de pareja		.797
7. Las normas que mi pareja quiere que se sigan en nuestra relación		.683
21. Que mi pareja imponga formas de llevarnos que yo no acostumbraba		.627
22. Los cambios que vamos incorporando a nuestra relación		.605
14. La forma en que mi pareja hace las cosas		.566

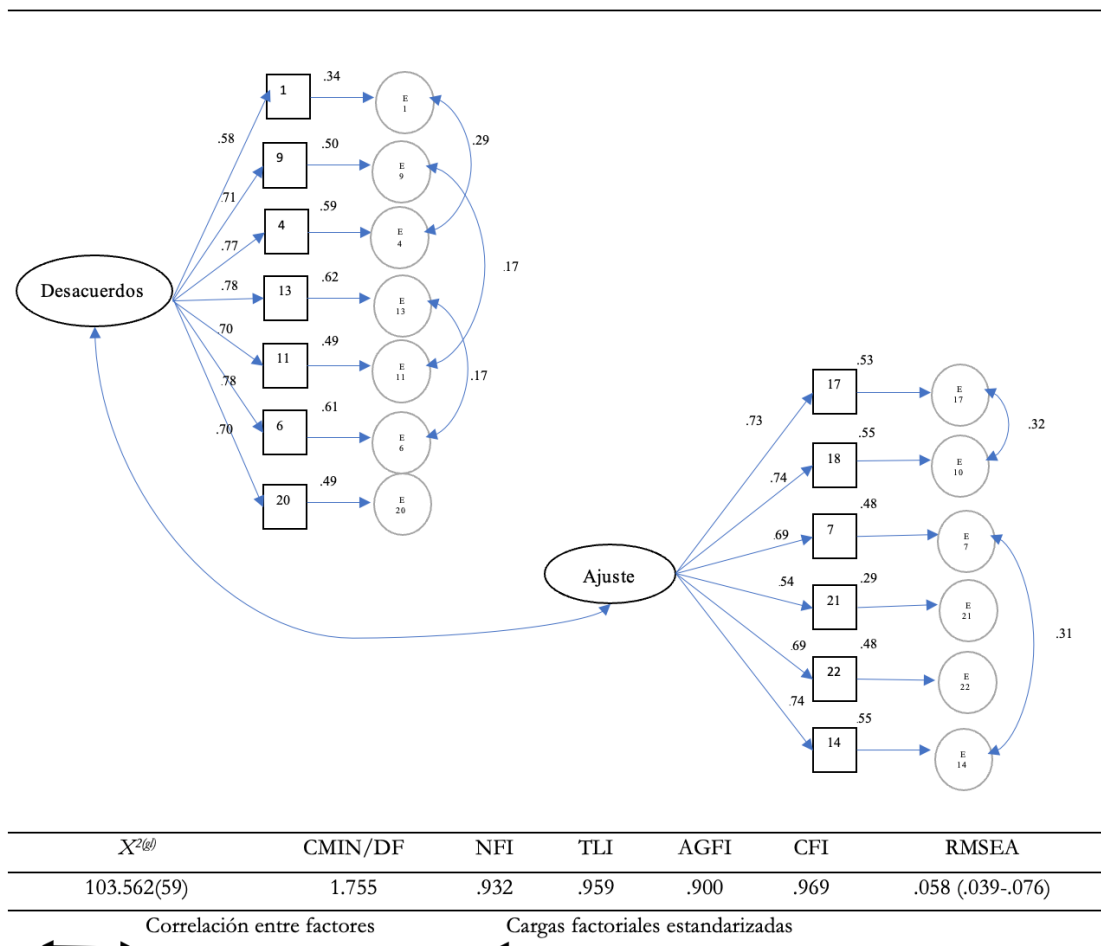
Para realizar el AFC primero se comprobó la normalidad multivariada de los datos mediante la obtención del coeficiente de curtosis multivariada con la prueba de Mardia, obteniendo 22.271, lo cual es inferior al límite propuesto por Bollen (1989), que en esta ocasión sería = 195. Una vez realizada esta prueba se evaluó el ajuste del modelo obtenido en el AFE.

El modelo resultante se muestra en la Figura 1, donde se pueden observar los coeficientes factoriales estandarizados con los índices de ajuste obtenidos. Con respecto a la Chi cuadrada no tuvo un buen ajuste; los demás fueron satisfactorios (Hu & Bentler, 1999; Kline, 2005). Los índices recabados fueron: $\chi^2(59) = 103.562$; CMIN/DF=1.755; TLI =.959; NFI=.932; IFI=.970, CFI=.969; AGFI= .900, SRMR= .0430; RMSEA=.058 (.039-.076) p .228.

Figura 1

Figura 1

AFC del modelo de Escala de Estrés en el contexto de la pareja



Con el propósito de cumplir el segundo objetivo se efectuó un AFC multigrupos para probar la invarianza de medición de la EEP. Primeramente se probó el modelo de invarianza de configuración, línea base o libre (M1), donde se proponía que la escala en cuestión tendría una estructura de dos factores en todos los grupos (Inicio y Mantenimiento),

y se permitió que las cargas factoriales, los interceptos y las varianzas de error se estimaran libremente. Los índices obtenidos ($CFI=.956$; $RMSEA=.065$; $\chi^2/df=1.959$) mostraron que el ajuste del modelo a los datos fue adecuado. Posteriormente se comprobó el modelo de invarianza métrica (M2), en el cual se restringieron las cargas factoriales para que fueran iguales entre Inicio y Mantenimiento. Los índices mostraron que el modelo ajustó bien y cuando se comparó con el M1 el ΔCFI fue <0.01 y el $\Delta RMSEA$ implicó $<.015$, y $\Delta\chi^2$ fue no significativo ($p<.05$).

La prueba del modelo de invarianza escalar (M3), en la que los interceptos, además de las cargas factoriales, se restringieron para que fueran iguales entre los grupos (por etapa de relación), obtuvo un buen ajuste. Al compararlo con el M2 no se presentaron cambios significativos en CFI y RMSEA, ni en la χ^2 . Por último, el modelo de invarianza estricta (M4), en el que se restringieron las cargas factoriales, los interceptos y las varianzas de error y que también ajustó correctamente en su comparación con el M3, tampoco presentó cambios significativos en ΔCFI , $\Delta RMSEA$ y $\Delta\chi^2$. (Ver Tabla 2).

De manera que, en conjunto, los resultados demuestran el buen ajuste de los reactivos a la dimensionalidad propuesta por la EEP e indican que, cuando los elementos de la estructura factorial se mantienen invariantes en función de la etapa de la relación, los índices de ajuste fueron satisfactorios (Cheung & Rensvold, 2002).

Tabla 2

Tabla 2

Índices de ajuste para las pruebas de los modelos de Invarianza por etapa de la relación para la Escala de Estrés en el contexto de la pareja

Modelo	$\chi^2(\text{gl})$	χ^2/gl	CFI	RMSE A (IC 90 %)	Comparació n	$\Delta\chi^2$	ΔCFI	ΔRMSE A
Criterios						P>.05	≤0.0	≤.015
						1		
M1.	231.12	1.95	.95	.065				
Invarianza de configuració n (Línea base)	5 (118)	9	6	(.053- .078)				
M2.	245.30	1.90	.95	.063	M2 vs. M1	14.175	-.002	-.002
Invarianza métrica o débil (λ restringidas)	0 (129)	2	4	(.051- .075)		(11) p=.22		
M3.	254.88	1.79	.95	.060	M3 vs. M2	9.585	.002	-.003
Invarianza escalar o fuerte (λ y τ restringidos)	5 (142)	4	6	(.048- .071)		(13) p=.47		
M4.	278.04	1.70	.95	.056	M4 vs M3	23.158	-.002	-.004
Invarianza estricta (λ , τ , θ y restringidos)	3 (163)	6	4	(.045- .067)		(21) p=.39		
						4		

Discusión

Dentro de las relaciones de pareja cada uno ha desarrollado (Díaz Loving, 2019) una serie de creencias, normas y valores vinculados a lo que es una pareja; estos elementos van definiendo el ideal de cómo debe de ser la relación y el comportamiento correcto dentro de ella (Rage Atala, 1996).

Sin embargo, este ideal no siempre concuerda entre los miembros de la díada, por lo que ésta tendrá que modificar sus creencias, normas y valores para con ello llegar a acuerdos (Barragán, 1976) entre sí. Esto conlleva un proceso en el que ante la discrepancia se puede dar en los individuos disonancia cognoscitiva, teniendo como consecuencia el estrés (Festinger, 1957). Este estrés -como se mencionó- podrá tener consecuencias positivas (adaptación) o negativas (conflicto), impactando a su vez en aspectos como la satisfacción y la comunicación -entre otros- (Falconier et al., 2016; Hill et al., 2017; Rusu et al., 2020), lo cual es inevitable en el ser humano (Cooper & Quick, 2017; Lazarus & Folkman, 1984). Dada la importancia de este proceso y ante la ausencia de medidas de estrés generado por dicha situación, los objetivos de la presente investigación fueron: 1) diseñar y validar una escala de estrés en la pareja, y 2) evaluar la equivalencia de la medida (invarianza) diseñada en personas que se encuentran en el inicio y en el mantenimiento de la relación.

La escala diseñada mide los efectos emocionales y cognoscitivos del desequilibrio por los desacuerdos y el ajuste entre las propias creencias, normas y valores y aquellos de la pareja, lo que puede evidenciarse en exigencias, presiones, amenazas y, por tanto, falta de control que se vive dentro de la relación (Feeney & Karantzas, 2017). La escala se conformó con 13 ítems distribuidos en dos factores que explican el 55.11% de la varianza y cuentan con coeficientes de confiabilidad Alpha de Cronbach y Omega de McDonald adecuados (McDonald, 1999; Reyes Lagunes & García Barragán, 2008). Posteriormente se ejecutó el AFC; el modelo muestra índices de ajustes satisfactorios (Hu & Bentler, 1999; Kline, 2005).

El primer factor, nombrado Desacuerdo (7 reactivos), evalúa la tensión, angustia o nerviosismo que se produce por las diferentes formas de manejar la relación, por no considerar importante las mismas cuestiones y los problemas que surgen por las distintas posturas y formas de pensar. Este estrés surge dentro de la relación por conflictos y tensiones que nacen entre la pareja por diferentes objetivos, actitudes, necesidades y deseos, hábitos de uno que molestan al otro o falta de compatibilidad entre ellos (Bodenmann, 2005), es decir, por la presencia simultánea de por lo menos dos tendencias de respuestas incompatibles (Festinger, 1964) y por una adaptación deficiente entre la pareja (Karney & Bradbury, 1995; Randall & Messerschmitt-Coen, 2019). Estas incompatibilidades dentro de la relación forman parte de los principales estresores dentro de la díada (Bodenmann, 2005), por lo que para poder combatir este estrés la pareja deberá negociar las diferencias e intercambiar ideas hasta que se alcance un acuerdo (Rafi et al., 2020). Hay que señalar que este estrés no es necesariamente malo, ya que podría ayudar a la adaptación y crecimiento de la pareja (Butts & Gutierrez, 2018; Selye, 1976), así como a mejorar la vida de los cónyuges, su salud y bienestar (Ennis & Majid, 2020). Sin embargo, si no se afronta este estrés se podrá llegar a la disolución del vínculo (Falconier et al., 2015; Ogolsky et al., 2017).

En lo tocante al segundo factor, fue nombrado Ajuste (6 reactivos) toda vez que hace referencia a la angustia y tensión por intentar empatar las creencias, normas, costumbres y valores, así como los cambios que se realizan dentro de la relación. Los miembros de la pareja tendrán dos elementos cognitivos relevantes y disonantes entre sí: (1) tener una creencia, norma o valor, y 2) diferir esa cognición con la pareja, lo que ocasionará disonancia cognoscitiva entre los miembros (Festinger & Carlsmith, 1959). Estas transiciones que se viven en la díada, como concordar en lo permitido dentro de la relación o en las costumbres de cada uno, ocasionarán estrés en sus integrantes (Lavner et al., 2014). Algunos eventos de la vida producirán cambios en el organismo, por lo cual será necesario un reajuste (Holmes & Rahe, 1967); ejemplos de ello son: empezar a vivir con la pareja, el embarazo, dificultades sexuales, festividades, vacaciones, cambio de trabajo (Brunner et al., 1994; Lavner et al., 2014; Zerach & Magal, 2016). Los individuos en las diferentes etapas tendrán que empatar sus creencias, normas y valores para poder continuar la relación ante los diferentes retos que viven cada día. El ajuste al que deben de llegar es necesario para su permanencia como pareja (Pérez Pérez & Sánchez Aragón, 2018), ya que si los miembros no lo logran pueden llegar a la disolución del vínculo, aunque muchas veces uno de los miembros debe de ceder ante las creencias y condiciones del otro, lo que ocasiona estrés (Festinger, 1957).

Los dos factores corresponden a estrés interno de la díada, como lo proponen Bodenmann et al. (2007); sin embargo, los autores en la Escala de Molestias hablan de las sobrecargas de responsabilidad y presiones, mientras que la escala propuesta en este estudio dirige sus reactivos a los problemas e intentos de ajuste ante las diferencias en las normas, creencias y valores que cada individuo trae consigo a la relación, por lo cual se podría hablar del estrés causado por el intento de cohesión entre la pareja (Spanier, 1976).

El estrés que experimente cada uno de los miembros se vivirá de forma diferente; la intensidad podría cambiar dependiendo del evento que la pareja este viviendo, sus estrategias de afrontamiento (Cabilar & Yilmaz, 2022; McCubbin & Patterson, 1983), sus rasgos de personalidad, la importancia que le den al evento y su capacidad de adaptarse a la relación con su pareja y los desafíos que enfrenten día a día (Delgadillo Castillo et al., 2018; Karney & Bradbury, 1995).

Para el segundo objetivo se analizó la equivalencia (invarianza factorial) de la escala en participantes que se encuentran en el inicio de la relación y aquellos en mantenimiento. En dicho análisis, se observó que el modelo es comparable cuando las cargas factoriales se mantienen invariantes a través de la etapa de la relación, de acuerdo con lo propuesto por Cheung y Rensvold (2002), cumpliendo los tres criterios en los modelos de invarianza métrica, escalar y estricta. Por lo tanto, la escala asume una invarianza métrica (Dimitrov, 2010), siendo equivalente en ambos grupos. Este resultado implica que el estrés que vive la pareja dentro de su relación no es atribuible a la etapa en la que se encuentra; por ejemplo, en la primera etapa los miembros de la díada aprenden a vivir juntos y las

normas de la relación se establecen, mientras que en la segunda etapa llega la presencia de los hijos, cambiando la dinámica (Díaz Loving & Sánchez Aragón, 2020). De tal forma, se aprecia que la pareja experimenta estrés a través de su ciclo de vida debido a las diferencias entre creencias, normas y valores; lo cual –en su momento– irá exigiendo negociación y ajuste (Mussumeci & Tinoco Ponciano, 2019; Randall & Bodenmann, 2009).

Conclusiones

En conclusión, se destaca que la presente investigación logró cumplir con los objetivos, operacionalizando el estrés que se vive al interior de la pareja como resultado de las diferencias entre las creencias, normas y valores propios y los del compañero a través de su ciclo vital (inicio y mantenimiento), conformando un instrumento válido y confiable ya que el muestreo favoreció la homogeneidad en las características de la muestra tales como un porcentaje similar de mujeres y hombres, un amplio rango de tiempo viviendo con la pareja, desde empezar a vivir juntos hasta más de la media de los años que dura un matrimonio, tanto personas casadas como en concubinato, todo con la intención de poder aplicar la escala a población fuera de la muestra utilizada, comprobando tanto su validez externa como la propia del muestreo, por lo cual la escala puede ser utilizada para población en general en México y extiende la posibilidad de validarla en otros países de habla hispana.

En cuanto a sus características psicométricas, la escala mostró una varianza explicada, coeficientes Alpha de Cronbach y Omega de McDonald adecuados, mientras que en el AFC el ajuste fue correcto. Aunado a ello se observa que la constitución final del modelo mantuvo su estructura factorial inicial, mostrando que el instrumento cuenta con una base conceptual clara. Al haber aplicado la escala durante la pandemia del covid-19, se puede decir que los comportamientos observados y registrados en la presente investigación reflejan un escenario natural, debido a que el confinamiento, la sana distancia y las medidas de bioseguridad que se viven cada día son el escenario real de la actualidad, por lo que existe validez ecológica.

Entre las limitaciones del estudio, en primer lugar se debe de decir que no se comprobó la validez convergente y divergente. Posteriormente se destaca la participación únicamente de parejas heterosexuales y monógamas, impidiendo examinar posibles diferencias o similitudes en la estructura factorial de parejas con otras orientaciones sexuales y formas de interacción. Por último, debido a la aplicación a través de medios electrónicos, no fue posible controlar factores externos como el ruido y la atención.

Como posibles líneas de investigación se proponen: estudiar el estrés en parejas conformadas de manera distinta a la ya analizada, debido a que podría existir más estrés en sus relaciones en virtud de que no se apegan a las normas, creencias y valores impuestos dentro de la sociedad mexicana; además, explorar la relación entre factores protectores tales como la adaptación, tolerancia y flexibilidad con el estrés, con la intención

de poder crear programas para el manejo del estrés ante los desacuerdos de la diada, con la finalidad de mejorar la satisfacción relacional y el bienestar subjetivo, entre otras variables.

Agradecimientos

Proyecto desarrollado con el apoyo de la beca (CVU. 464222) del Consejo de Ciencia y Tecnología (CONACYT) y a la Universidad Nacional Autónoma de México. Se declara que ninguno de los autores presenta un interés comercial o asociativo que presente un conflicto de intereses con el presente trabajo.

Referencias

- Barragán, M. (1976). Interacciones entre desarrollo individual y desarrollo familiar. *Revista Mexicana de Psiquiatría Infantil, Monografía, 1*, 174-206.
- Bernard, C. (1859). *Leçons sur les propriétés physiologiques et les altérations pathologiques des liquides de l'organisme* (pp. 1-552). Baillière. <https://doi.org/10.5962/bhl.title.1814>
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significant for marital functioning. En T. Revenson, K. Kayser, & G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (pp. 33-50). American Psychological Association.
- Bodenmann, G., Ledermann, T., & Bradbury, T. N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships, 14*(4), 551-569. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00171.x>
- Bollen, K. A. (1989). *Structural equations with latent variables*. John Wiley & Sons.
- Bruner, C., Acuña, L., Gallardo, L., Atri, R., Hernández, A., Rodríguez, W., & Robles, G. (1994). La escala de reajuste social (SRRS) de Holmes y Rahe en México. *Revista Latinoamericana de Psicología, 2*(26), 253-269.
- Burts, C. M., & Gutierrez, D. (2018). Using acceptance and commitment therapy to (re)conceptualize stress appraisal. *Journal of Mental Health Counseling, 40*(2), 95-112. <http://dx.doi.org/10.17744/mehc.40.2.01>
- Cabilar, B. Ö., & Yilmaz, A. E. (2022). Divorce and post-divorce adjustment: Definitions, models and assessment of adjustment. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar, 14*(1), 1-11. <http://dx.doi.org/10.18863/pgy.910766>
- Casu, G., & Gremigni, P. (2016). Screening for infertility-related stress at the time of initial infertility consultation: Psychometric properties of a brief measure. *Journal of Advanced Nursing, 72*(3), 693-706. <https://doi.org/10.1111/jan.12830>
- Casu, G., Zaia, V., Fernandes Martins, M. do C., Parente Barbosa, C., & Gremigni, P. (2019). A dyadic mediation study on social support, coping, and stress among couples starting fertility treatment. *Journal of Family Psychology, 33*(3), 315-326. <https://doi.org/10.1037/fam0000502>
- Cheung, G. W., & Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling, 9*(2), 233-255. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0902_5

- Cooper, C., & Quick, J. C. (2017). *The Handbook of stress and health: A guide to research and practice*. John Wiley & Sons.
- Delgadillo Castillo, R., Barradas Alarcón, M. E., & Mora Ramón, J. A. (2018). Fundamentos del estrés. En M. E. Barradas Alarcón (Ed.), *Estrés y burnout enfermedades en la vida actual* (pp. 8-87). Palibrio.
- Díaz Loving, R. (2011). Dinámica de las premisas histórico-socio-culturales: Trayecto, vigencia y prospectiva. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 3, 174-180.
- Díaz Loving, R. (2019). *Ethnopsychology: Pieces from the Mexican research gallery*. Springer International Publishing.
- Díaz Loving, R., & Sánchez Aragón, R. (2020). *Psicología del amor: una visión integral de pareja*. Miguel Ángel Porrúa.
- Dimitrov, D. M. (2010). Testing for factorial invariance in the context of construct validation. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 43(2), 121-149. <https://doi.org/10.1177/0748175610373459>
- Dovstam, K. (2000). Augmented Hooke's law based on alternative stress relaxation models. *Computational Mechanics*, 26(1), 90-103. <https://doi.org/10.1007/s004660000157>
- Ennis, J., & Majid, U. (2020). The widowhood effect: Explaining the adverse outcomes after spousal loss using physiological stress theories, marital quality, and attachment. *The Family Journal*, 28(3), 241-246. <https://doi.org/10.1177/1066480720929360>
- Falconier, M. K., Nussbeck, F., Bodenmann, G., Schneider, H., & Bradbury, T. (2015). Stress from daily hassles in couples: Its effects on intradyadic stress, relationship satisfaction, and physical and psychological well-being. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(2), 221-235. <https://doi.org/10.1111/jmft.12073>
- Falconier, M. K., Randall, A. K., & Bodenmann, G. (Eds.). (2016). *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315644394>
- Feeney, J. A., & Karantzas, G. C. (2017). Couple conflict: Insights from an attachment perspective. *Current Opinion in Psychology*, 13, 60-64. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.017>
- Ferrando, P. J., & Anguiano-Carrasco, C. (2010). El análisis factorial como técnica de investigación en psicología. [Factor analysis as a technique in psychological research.]. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 18-33.
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.
- Festinger, L. (1964). *Conflict, Decision, and Dissonance*. Stanford University Press.
- Festinger, L., & Carlsmith, J. M. (1959). Cognitive consequences of forced compliance. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58(2), 203-210. <https://doi.org/10.1037/h0041593>
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2017). Infidelity in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 70-74. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.03.008>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill Education.

- Hill, E. J., Allsop, D. B., LeBaron, A. B., & Bean, R. A. (2017). How do money, sex, and stress influence marital instability? *Journal of Financial Therapy*, 8(1). <https://doi.org/10.4148/1944-9771.1135>
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213-218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaefer, C., & Lazarus, R. S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 1-39. <https://doi.org/10.1007/BF00844845>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Kiley, K., & Vaisey, S. (2020). Measuring stability and change in personal culture using panel data. *American Sociological Review*, 85(3), 477-506. <https://doi.org/10.1177/0003122420921538>
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (Second). The Guilford Press.
- Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2014). Relationship problems over the early years of marriage: Stability or change? *Journal of Family Psychology*, 28(6), 979-985. <https://doi.org/10.1037/a0037752>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lemus Hidalgo, R. (2001). *Concepto de matrimonio, intimidad y características de masculinidad-feminidad a través del ciclo vital de la pareja* [Tesis inédita de maestría]. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Lyons, R. F., Mickelson, K. D., Sullivan, M. J. L., & Coyne, J. C. (1998). Coping as a communal process. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(5), 579-605. <https://doi.org/10.1177/0265407598155001>
- McCubbin, H. I., & Patterson, J. M. (1983). The family stress process: The double ABCX model of adjustment and adaptation. *Marriage & Family Review*, 6(1-2), 7-37. https://doi.org/10.1300/J002v06n01_02
- McDonald, R. P. (1999). *Test theory: A unified treatment*. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781410601087>
- Mussumeci, A. A., & Tinoco Ponciano, E. L. (2019). Ciclo de vida conyugal: momentos de estrés previsible e imprevisible en el matrimonio. *Psicología en Revista*, 25(3), 1171-1193. <https://doi.org/10.5752/P.1677-1168.2019v25n3p1171-1193>
- Nina-Estrella, R. V. (2016). Estrés y el afrontamiento diádico en la relación marital. *Revista Griot*, 9(1), 48-56.
- Ogolsky, B. G., Monk, J. K., Rice, T. K. M., Theisen, J. C., & Maniotes, C. R. (2017). Relationship maintenance: A review of research on romantic

- relationships. *Journal of Family Theory and Review*, 9(3), 275-306. <https://doi.org/10.1111/jftr.12205>
- Orth-Gomér, K., Wamala, S. P., Horsten, M., Schenck-Gustafsson, K., Schneiderman, N., & Mittleman, M. A. (2000). Marital stress worsens prognosis in women with coronary heart disease: The Stockholm female coronary risk study. *JAMA*, 284(23), 3008-3014. <https://doi.org/10.1001/jama.284.23.3008>
- Pérez Pérez, A. E., & Sánchez Aragón, R. (2018). Normas y creencias de la permanencia relacional: diseño y validación de una medida. *Interacciones*, 1(4), 31-42. <https://doi.org/10.24016/2018.v4n1.83>
- Rafi, H., Bogacz, F., Sander, D., & Klimecki, O. (2020). Impact of couple conflict and mediation on how romantic partners are seen: An fMRI study. *Cortex*, 130, 302-317. <https://doi.org/10.1016/j.cortex.2020.04.036>
- Rage Atala, E. (1996). *La pareja: Elección, problemática y desarrollo*. Universidad Iberoamericana.
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 105-115. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.004>
- Randall, A. K., & Messerschmitt-Coen, S. (2019). Dyadic coping as relationship maintenance. En B. G. Ogolsky & J. K. Monk (Eds.), *Relationship maintenance: Theory, process, and context* (pp. 178-193). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108304320.010>
- Reyes Lagunes, I., & García Barragán, L. F. (2008). Procedimiento de validación psicométrica culturalmente relevante: Un ejemplo. En S. Rivera Aragón, R. Díaz Loving, R. Sánchez Aragón, & I. Reyes Lagunes (Eds.), *La Psicología Social en México, Vol. XII* (pp. 625-636). Asociación Mexicana de Psicología Social.
- Rusu, P. P., Nussbeck, F. W., Leuchtmann, L., & Bodenmann, G. (2020). Stress, dyadic coping, and relationship satisfaction: A longitudinal study disentangling timely stable from yearly fluctuations. *PLOS ONE*, 15(4), e0231133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231133>
- Sánchez Azcona, J. (2008). *Familia y sociedad*. Porrúa.
- Selye, H. (1976). Stress without distress. En G. Serban (Ed.), *Psychopathology of Human Adaptation* (pp. 137-146). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4684-2238-2_9
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15-28. <https://doi.org/10.2307/350547>
- Stafford, L., Dainton, M., & Haas, S. (2000). Measuring routine and strategic relational maintenance: Scale revision, sex versus gender roles, and the prediction of relational characteristics. *Communication Monographs*, 67(3), 306-323. <https://doi.org/10.1080/03637750009376512>
- Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical Psychology Review*, 23(8), 1139-1162. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.10.002>
- VanderDrift, L., & Agnew, C. (2019). Interdependence perspectives on relationship maintenance. En B. G. Ogolsky & J. K. Monk (Eds.), *Relationship maintenance: Theory, process, and context* (pp. 15-28). Cambridge University Press. <https://www.cambridge.org/core/books/relationship-maintenance/9FB91CA57D02D4AFD8898E7B581C0F55>

Zerach, G., & Magal, O. (2016). Exposure to stress during childbirth, dyadic adjustment, partner's resilience, and psychological distress among first-time fathers. *Psychology of Men & Masculinity*, 18(2). 123-133. <https://doi.org/10.1037/men0000048>

Anexo A

Reactivos propuestos para la EEP y sus dimensiones

Anexo A

Reactivos propuestos para la EEP y sus dimensiones

Dimensión	Reactivo
Desacuerdo	Cuando mi pareja y yo no coincidimos en algo fundamental de la relación
	Cuando mi pareja y yo actuamos de diferente forma en algo que nos concierne a ambos
	Los desacuerdos con mi pareja
	Los problemas que tenemos porque no valoramos lo mismo mi pareja y yo
	Los problemas que hemos tenido son porque lo que le parece importante a mi pareja no lo es para mí
	Los problemas que surgen entre mi pareja porque pensamos diferente sobre algo de los dos
	Los encuentros incómodos por diferentes posturas que tenemos ante la vida
	Cuando las costumbres de mi pareja interfieren con las mías
	Los problemas que hemos tenido por la forma de pensar de mi pareja
	Las maneras en que mi pareja soluciona las cosas que difiere de cómo lo suelo hacer yo
	La forma de afrontar que tenemos ante los desacuerdos sobre lo que sentimos
Ajuste	Empatar mis creencias con las de mi pareja
	Las diferencias de creencias que tenemos de cómo funcionan las relaciones de pareja
	Las normas que mi pareja quiere que se sigan en nuestra relación
	Que mi pareja imponga formas de llevarnos que yo no acostumbraba
	Los cambios que vamos incorporando a nuestra relación
	La forma en que mi pareja hace las cosas
	Los problemas que hemos tenido por las creencias de mi pareja sobre cómo deben ser nuestra relación
	Las diferencias entre mi pareja y yo sobre las reglas de nuestra relación
	Establecer nuevas reglas en la relación diferentes a las que yo siempre he creído
	Las rutinas que creamos juntos para el día a día

Anexo B

Anexo B

A continuación se presenta una serie de situaciones que pueden producir estrés (sentimiento de tensión física o emocional que se siente ante una situación o acontecimiento que resulta amenazante) en las personas. Por favor, seleccione la opción que indique qué tanto estrés usted siente en cada una de las siguientes situaciones.

	Me causa mucho estrés				5
	Me causa bastante estrés				4
	Me causa regular estrés				3
	Me causa poco estrés				2
	No me causa estrés en absoluto				1
1. Cuando mi pareja y yo no coincidimos en algo fundamental de la relación	1	2	3	4	5
17. Empatizar mis creencias con las de mi pareja	1	2	3	4	5
18. Las diferencias de creencias que tenemos de cómo funcionan las relaciones de pareja	1	2	3	4	5
9. Cuando mi pareja y yo actuamos de diferente forma en algo que nos concierne a ambos	1	2	3	4	5
7. Las normas que mi pareja quiere que se sigan en nuestra relación	1	2	3	4	5
4. Los desacuerdos con mi pareja	1	2	3	4	5
21. Que mi pareja imponga formas de llevarnos que yo no acostumbraba	1	2	3	4	5
22. Los cambios que vamos incorporando a nuestra relación	1	2	3	4	5
13. Los problemas que tenemos porque no valoramos lo mismo mi pareja y yo	1	2	3	4	5
14. La forma en que mi pareja hace las cosas	1	2	3	4	5
11. Los problemas que hemos tenido son porque lo que le parece importante a mi pareja no lo es para mí	1	2	3	4	5
6. Los problemas que surgen entre mi pareja porque pensamos diferente sobre algo de los dos	1	2	3	4	5
20. Los encuentros incómodos por diferentes posturas que tenemos ante la vida	1	2	3	4	5