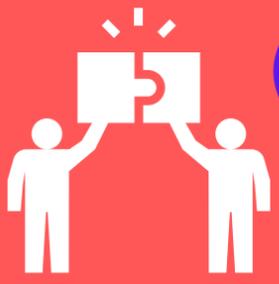
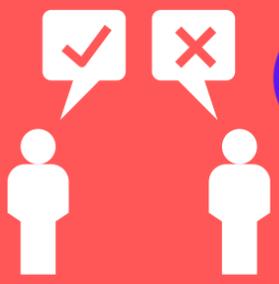


¿De qué consta una ruptura amorosa?



¿Qué es una relación amorosa?

Es una unión de dos seres humanos que viven ciertos pasos entrelazados a través del tiempo



La relación puede verse afectada por...

Diversas experiencias previas de cada uno, así como las expectativas que tengan acerca de la relación.



Sin embargo...

Al ser dos personas con diferentes características, experiencias y actitudes, existe la posibilidad de conflicto, fractura y ruptura del vínculo amoroso.



Esto puede traer consecuencias como...

llanto, tristeza, enojo, inseguridad, consumo de sustancias, ansiedad, depresión, altos niveles de estrés físico y emocional, entre otros.



Pero también consecuencias como...

Crecimiento personal, motivación a diferentes actividades y apoyo social que puede desencadenar en una alta autoestima, entre otras.

Las rupturas suelen ser un evento asociado con sentimientos y emociones negativas, pero atravesar por un proceso de duelo es necesario para alcanzar un crecimiento personal.