

**Prevalencia de la Dependencia Emocional en Estudiantes Universitarios de Octavo  
Semestre del Pregrado de Psicología en Unilasallista Corporación Universitaria en el  
2023-02**

**Trabajo de grado para optar por título de psicóloga**

**Lorena Hernández Molina**

**Asesora**

**Paula Andrea Galindo Ochoa**

**Mg. en psicología clínica.**

**Mg. en psicología aplicada al contexto de salud, el trabajo y jurídico forense.**

**Unilasallista Corporación Universitaria**

**Facultad de ciencias sociales**

**Psicología**

**Caldas, Antioquia**

**2024**

## Tabla de Contenido

Resumen .....	4
Introducción.....	5
Planteamiento del problema .....	10
Pregunta de investigación .....	16
Justificación.....	17
Objetivos .....	22
Objetivo general.....	22
Objetivos específicos .....	22
Marco teórico .....	23
Definición de algunos términos van a aparecer frecuentemente en el trabajo ...	24
DE .....	24
CDE.....	24
Prevalencia.....	24
Definición de Algunas Problemáticas que Suelen Confundirse con la	
Dependencia Emocional.....	25
Dependencia Instrumental .....	25
Codependencia .....	25
Adicción al Amor .....	25
Sociotropía.....	25
Trastornos del Estado de Ánimo .....	26
Trastorno Límite de la Personalidad .....	27
Trastorno de la Personalidad por Dependencia .....	27
Diseño metodológico .....	28
Alcance.....	28
Participantes .....	28
Instrumento.....	28
Resultados .....	31
Discusión .....	37
Conclusiones.....	41
Limitaciones.....	42
Referencias .....	43
Anexos .....	47
Cuestionario de dependencia emocional.....	47
Consentimiento informado .....	50

### Lista de Tablas

<b>Tabla 1.</b> Datos sociodemográficos.....	31
--	----

### Lista de Gráficos

<b>Gráfico 1.</b> Puntuación por participante .....	32
<b>Gráfico 2.</b> Nivel de dependencia emocional .....	32
<b>Gráfico 3.</b> Factores más prevalentes.....	33
<b>Gráfico 4.</b> Prevalencia de agrupadores en el género femenino .....	34
<b>Gráfico 5.</b> Prevalencia de agrupadores en el género masculino.....	34
<b>Gráfico 6.</b> Prevalencia de agrupadores para otros géneros .....	36

## Resumen

“La dependencia emocional es la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja o cualquier otra persona con la que tenga vinculación afectiva, a lo largo de sus diferentes relaciones” (Castelló, 2005, p.17), se caracteriza por la necesidad excesiva del otro, el deseo de acceso constante hacia él, deseos de exclusividad en la relación, prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa, idealización del objeto, relaciones basadas en la sumisión y subordinación, miedo a la ruptura, intolerancia a la soledad y baja autoestima, esto afecta diversas áreas de la vida, como, la laboral, la familiar, la académica, la social y la relación de pareja.

La dependencia emocional no tiene como tal un apartado en el DSM (Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales) ni una clasificación específica, aun así, no se explica mejor por otros trastornos, sino que es una problemática específica con síntomas muy particulares (Salas et al., 2021). Basado en las definiciones de dependencia emocional, las características de los dependientes emocionales, las posibles causas de origen y posibles causas de mantenimiento, planteados por ( Castelló, Builes, Lemos & Londoño), esta investigación, tiene como objetivo evaluar la dependencia emocional y sus factores más prevalentes en estudiantes universitarios de octavo semestre del pregrado de psicología en Unilasallista Corporación Universitaria, Caldas, Antioquia en el periodo 2023-02, por medio de la aplicación del cuestionario de dependencia emocional (CDE) creado por (Lemos & Londoño, 2006).

**Palabras clave:** dependencia emocional, apego, violencia de pareja.

## Introducción

El ser humano es un ser social por naturaleza que necesita interactuar y relacionarse constantemente con otras personas a lo largo de su vida. Desde el nacimiento se empieza a desarrollar vinculación afectiva y una serie de conductas de dependencia (emocional, física, cognitiva) con los cuidadores iniciales (Arun Mansukhani, 2017), siendo la dependencia en los primeros años de vida, una conducta totalmente normal y de suma importancia, debido a que es necesaria para obtener el cuidado, la calma y todas aquellas respuestas a las necesidades básicas, que por el momento vital aún no se pueden resolver por cuenta propia, pero si se pueden solucionar por medio de la ayuda que brinda el cuidador. “La teoría del apego desarrollada por Bowlby durante los años 1969 a 1980, describe el efecto que producen las experiencias tempranas y la relación de la primera figura vincular en el desarrollo del niño” (Moneta C., 2014). Bowlby escogió como punto de partida particular las respuestas de los niños que habían sido separados de sus padres y colocados en entornos no familiares tales como hospitales y residencias infantiles. Las secuelas de tales separaciones “traumáticas” incluyeron no sólo la aparición de ansiedad y ambivalencia con respecto a las personas previamente queridas, sino también, eventualmente un estado de desapego (indiferencia) en el cual se reprimían tanto sentimientos afectuosos como hostiles (Main, 2000).

Esta teoría hace referencia a que la disponibilidad de los cuidadores durante la etapa de dependencia inicial, es de suma importancia, ya que de esto dependerá la calidad del vínculo, el patrón de relacionamiento y la capacidad de tolerancia que poco a poco se irá creando para enfrentar las adversidades de la vida adulta, por eso se espera de estas primeras interacciones y cuidados, que generen vínculos fuertes y confiables, que aporten herramientas y conocimientos adecuados para el comportamiento y el funcionamiento interpersonal a futuro. Actualmente esta teoría sigue vigente, asegurando que un tipo de apego seguro creado entre un cuidador y un

bebé puede garantizar un desarrollo cognitivo y emocional adecuado para el niño durante su infancia y por supuesto su adultez.

Otra autora relevante para la teoría del apego fue Mary Ainsworth, quien por medio del estudio experimental “la situación del extraño” analizaba el equilibrio entre las conductas de apego y de exploración, bajo condiciones de alto estrés. Ainsworth encontró tres patrones principales de apego: niños de apego seguro que lloraban poco y se mostraban contentos cuando exploraban en presencia de la madre; niños de apego inseguro, que lloraban frecuentemente, incluso cuando estaban en brazos de sus madres; y niños que parecían no mostrar apego ni conductas diferenciales hacia sus madres (Moneta C, 2014). En este estudio, también se concluyó que las madres que interferían en la conducta exploratoria del niño podrían aumentar la dependencia y la falta de autonomía de este. Con base a esto se iniciaron estudios en escolares y pre-escolares donde los niños con un apego seguro con sus madres, demostraron relaciones más favorables con sus compañeros y con los profesores.

A esta teoría le da continuidad Hazan y Shaver, pioneros en las investigaciones y aportes del apego en la edad adulta, afirmando que la manera en la que un adulto se relaciona, es una representación del moldeamiento de las relaciones que tuvo de niño con sus cuidadores primarios, aquellas representaciones están influidas por los modelos operativos internos que son los espejos que cada persona tiene de sus figuras representativas. De acuerdo con estos autores, existiría un paralelo entre el apego del infante y su cuidador y el apego en las relaciones de pareja, expresado en el deseo de mantener la proximidad física, la confianza en la figura de apego para el confort y la visión de esta como una fuente de seguridad en momentos de estrés (Guzmán & Contreras, 2012)

Las estructuradas teorías que presentan la importancia de la proximidad, el acompañamiento y la debida gestión del proceso de dependencia, siguen teniéndose en cuenta en la actualidad para abordar y tratar de comprender los casos de dependencia emocional, que

en algunos casos no solo son complejos de tratar, sino que también de identificar, brindando aportes para el estudio de la diferenciación de otras patologías y una intervención adecuada, buscando la mejora de la salud mental. por medio de nuevos autores e investigaciones, se encuentran explicaciones de las etiologías, causas de mantenimiento y similitud de la dependencia emocional con otras patologías, pero no se habla de esta como una problemática independiente, con criterios y tratamientos propios.

Uno de los autores más actuales es (Castelló, 2005) que ayuda a comprender en su libro dependencia emocional características y tratamiento, que el amor y la interacción con el otro han venido presentando problemas de déficit por la calidad vincular aprendida desde la niñez, causadas por carencias afectivas tempranas y focalización excesiva de la autoestima en fuentes externas. Los factores etiológicos coincidentes de distintas literaturas afirman que la génesis de la dependencia emocional radica en la infancia, en relaciones familiares y/o con el entorno bastante insatisfactorias, pobres afectivamente y mezcladas en ocasiones con negligencia, descuidos, malos tratos, etc. En muchos de los libros revisados también se hace mención a factores socioculturales, en concreto, a que la sociedad de alguna manera favorece o valora positivamente la entrega excesiva al otro, tan propia de la dependencia emocional, esto se justifica por anuncios de televisión o canciones de amor. Estos modelos de amor brindados desde el inicio de la vida, logran conformar patrones de relacionamiento para el futuro como adultos, donde primará conceptos de sí mismos negativos y poca estima, auto-invalidaciones, de la misma forma que lo hace su entorno interpersonal con el sujeto y no le extrañará que alguien próximo le falte al respeto, lo humille, lo rechace abiertamente o incluso lo maltrate físicamente, debido a que se acostumbra a no tenerse en cuenta, priorizando a los demás, causando que el deseo de estar con el otro se convierta en una dinámica de dependencia emocional, donde se usan poderosas herramientas como la manipulación, el chantaje, la invalidación e incluso la amenaza, lo que genera pérdida de autonomía y baja autoestima.

Actualmente se pueden distinguir dos tipos de dependencia: la instrumental y la emocional. La primera se caracteriza por falta de autonomía en la vida cotidiana, inseguridad, carencia de iniciativa para la búsqueda de apoyo social, indefensión, dificultades para tomar decisiones y para asumir responsabilidades y desenvolverse con eficacia. La segunda, la dependencia emocional, se caracteriza por excesivas demandas afectivas, relaciones interpersonales estrechas y relaciones de pareja desequilibradas, donde prevalece la sumisión y la idealización de la pareja, con baja autoestima e imperiosa necesidad del otro, que lleva a comportamientos excesivos de aferramiento y alto temor a la soledad.

De acuerdo con estas características, se han realizado estudios para medir las posibles distorsiones cognitivas que se pueden presentar los dependientes emocionales. Autores como (Mariantonia Lemos Hoyos et al., 2017) llevaron a cabo un estudio en Medellín, Colombia, denominado distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional donde se obtuvo que las personas con DE (dependencia emocional), tienen un procesamiento de información particular, el cual presenta distorsiones cognitivas como filtraje, pensamiento polarizado, sobregeneralización, interpretación del pensamiento, visión catastrófica, falacia de control, falacia de justicia, razonamiento emocional, falacia de cambio, deberías, falacia de razón y falacia de recompensa divina siendo las más resaltantes y significativas los deberías y la falacia de control. Esta investigación estaba dirigida hacia una población de jóvenes universitarios, en la cual se quería evaluar la prevalencia de los posibles niveles de dependencia emocional y los posibles componentes de ésta que pueden estar presentes en aquellos jóvenes. La investigación, planteó que muchos de aquellos jóvenes pueden estar envueltos en una dinámica de dependencia emocional debido a múltiples causantes que intervienen en una vinculación sana, estas falacias amorosas se crean en las personas desde su temprana edad reflejándose en la adultez de diversas maneras como la complacencia y dependencia a los otros para obtener el cariño, compañía, aprobación y seguridad. En esta investigación se pretende identificar aspectos

como la prevalencia de esta problemática en una población específica de estudiantes universitarios, saber cuáles son los factores dentro de la dependencia emocional que suelen identificarse más a menudo al igual que los que no suelen aparecer mucho o tienen otras maneras de gestionarse y también se abordará la relación que dichos factores pueden tener respecto al género, identificando así los riesgos que puede tener a nivel psicosocial. Para la recolección de esta información se llevará a cabo un cuestionario que ayuda a evaluar la dependencia emocional y 6 de los factores principales que están presentes dentro de la problemática.

## Planteamiento del Problema

La dependencia emocional se define como una necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia su pareja y se ha relacionado con el déficit de control de impulsos y con el estilo de apego preocupado (Estévez et al., 2018). La manera que un dependiente emocional cree más adecuada para relacionarse, es entregando toda su confianza a otras personas para que ellas se encarguen de manejar sus emociones y sentimientos, considerando que es normal que otro decida por ellos respecto a cómo es adecuado sentirse frente a las situaciones, esto crea un pensamiento que asegura que su vinculación con otro se da sólo si la otra persona puede resolver y decidir emocionalmente en gran parte por ellos. El dependiente emocional busca relacionarse de esta manera porque carece de una construcción de sentido de identidad lo suficientemente fuerte y segura, la palabra identidad se puede definir como el estado de ser uno mismo y no otro (Hoogstad, 2008). Esto conlleva a tener un razonamiento acompañado de ideas irracionales que generan en estas personas poca seguridad de sí mismo y los hace pensar que para ser personas completas siempre necesitan que los demás cumplan las necesidades que ellos creen no ser capaz de cumplir autónomamente.

En la dependencia emocional se encuentran características como un yo interno débil y gran miedo a la introspección, esto genera que el dependiente emocional se convierta en lo que los demás quieren de él, su estima disminuye y no se sienten bien estando consigo mismos, ya que consideran necesario que otro esté al cargo de sus emociones, creando en el sujeto necesidad de cariño y aprobación. (Castelló, 2005) considera que el apego preocupado resistente, es el tipo de apego predominante de las personas con dependencia emocional, este estilo de apego implica una alta ansiedad por el abandono, un alto deseo de cercanía, intimidad, compromiso y preocupación obsesiva. En este sentido, las personas dependientes emiten conductas encaminadas a evitar el abandono de la pareja, en ocasiones mediante manipulaciones que pueden poner en peligro su vida o amenazar con causar daño.

Este autor, plantea la idea de que la relación de dependencia emocional no se conforma solo con el individuo con patrones de apego preocupado resistente, sino que usualmente en esta relación vincular está presente otra persona con características de manipulación y rasgos de narcisismo, que suelen ser fácilmente idealizables para los demás y justo con esas características se aprovechan de la poca autonomía que presenta el dependiente emocional creando un vínculo que refuerza la dependencia.

Para comprender lo complejo de la dependencia emocional, se relaciona con múltiples factores problemáticos, uno de ellos son las adicciones, ya que, en los últimos años, de acuerdo a estudios realizados, investigadores han identificado que las adicciones no sólo provienen del consumo de sustancias (psicoactivas) sino que también han encontrado que existen otro tipo de adicciones provenientes de las conductas vinculares y de la afectividad. Se explica que cuando dichas conductas afectivas generan malestar significativo y terminan ocasionando disfuncionalidad, estas pueden convertirse también en problemas adictivos que pueden interferir en el día a día de la persona que lo vive (Santamaría et al., 2015) . En este tipo de adicciones el apego juega un papel importante generando ciertos patrones de vinculación que conllevan a la dependencia emocional.

Teniendo en cuenta lo que se conoce sobre las adicciones, se puede describir la dependencia emocional como una necesidad imperiosa e ineludible del otro de forma similar a la de un adicto por la droga, subordinándose y experimentando síndrome de abstinencia psicológica con síntomas deprivativos como la ansiedad, el insomnio, la depresión, pensamientos obsesivos y/o paranoides que podrían incluso, considerarse como craving, que es el deseo intenso del otro y/o de las sensaciones que se experimentan a su lado, bien entendido que se trata siempre de sensaciones placenteras y esto otorga completa prioridad a estar con el otro sobre cualquier otra persona o actividad. (Sirvent, 2007 como se citó en Antonio Medina et al., 2015, p. 29).

Otro de los factores problemáticos que se entrelaza con la dependencia emocional, es la alta prevalencia de violencia en las relaciones de pareja. (Cubas, 2020) indica que, en un estudio sobre dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja, realizado en Oxapampa, Perú, El 96% de mujeres que fueron violentadas por su cónyuge tenían alto nivel de dependencia emocional hacia su cónyuge. En la misma línea, la investigación indicadores de dependencia emocional de los adultos jóvenes que desisten de la denuncia en la Comisaria de Familia del municipio de Bello, Antioquia, realizada por (Builes González, 2019) en 10 mujeres víctimas de violencia que habían desistido de sus denuncias, encontró cifras alarmantes con relación a la violencia en las relaciones de pareja. Este estudio surgió por la necesidad de profundizar en las variables que se asocian con el alto índice de desistimientos de denuncia por parte de personas entre las edades de 18 a 26 años. Los hallazgos de este estudio confirmaron la existencia de un alto nivel de dependencia emocional, lo cual es relevante teniendo en cuenta que las mujeres participantes del estudio habían desistido de su denuncia y según la teoría descrita por (Castelló, 2005) la dependencia emocional explicaría la conducta de personas involucradas en problemáticas graves, o en este caso, de las mujeres víctimas de violencia de pareja, ya que estas justifican las infidelidades y agresiones y esto conlleva a que cancelen procesos legales, incumplan las órdenes judiciales de alejamiento respecto a la pareja, regresen con el agresor creyendo que es posible tome conciencia y cambien de actitud, y en otros casos, inician una nueva relación con características similares a las anteriores.

El dependiente emocional opta por mantener estas relaciones, debido a sus creencias de idealización que conllevan a la justificación de las conductas de sus parejas que puedan estar causándoles daño. El Autoengaño, es una de las características que induce a un registro distorsionado de la realidad tanto en víctimas como en agresores y es el factor que mejor explica la relación existente entre dependencia emocional y maltrato psicológico. La configuración cognitiva de estas personas no permite que reconozcan el maltrato, el engaño o las relaciones asimétricas en las que participan activamente, lo anterior se demuestra en el estudio de relación

entre dependencia emocional y maltrato psicológico en forma de victimización y agresión en jóvenes, realizado por (“Relación Entre Dependencia Emocional y Maltrato Psicológico En Forma de Victimización y Agresión En Jóvenes,” 2019) donde un gran porcentaje de los sujetos victimizados no se identificaría como maltratado, ya que solo un 8.87% se consideró víctima de malos tratos.

En otro estudio similar, realizado por (M. de la V. Moral et al., 2017) el objetivo principal era comprobar si había correlación entre violencia del noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes y aparte, también se quería comprobar la existencia de diferencias en función del género y del nivel educativo. El estudio se hizo por medio de la aplicación de tres instrumentos: Escala de Autoestima de Rosenberg, Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (I.R.I.D.S.-100) y Cuestionario de Violencia entre Novios (CUVINO). Según los resultados obtenidos, los jóvenes victimizados presentan mayor dependencia emocional y menor autoestima que los no victimizados. En función del género se concluyó que los adolescentes víctimas de violencia tenían una menor autoestima y los varones ejercían con más frecuencia procesos de acomodación y de manipulación. También se halló una tasa superior de violencia y dependencia emocional en los estudiantes de Educación Secundaria frente a los Universitarios.

Respecto al género más afectado en la dependencia emocional, parece que estadísticamente afecta más a las mujeres, sin negar que también pasa en hombres. En estudio de dependencia emocional según el género de jóvenes adolescentes en Almería, España, descubrieron que ambos géneros encontraban igualmente afectados por la dependencia emocional pero la manera en que los hombres solían afrontarla era diferente a como lo hacían las mujeres (González-Jiménez & Hernández-Romera, 2014). Los varones tienen otra forma de expresar y manejar la dependencia emocional, quizá debido a su rol social, necesidad de no exteriorizar su debilidad por diversos estereotipos, patrones de conducta aprendidos, etc. de manera que la expresión masculina de la dependencia es más disfrazada y presenta los síntomas

y características contrarias como por ejemplo una aparente dominación, agresividad y amenazas como si me dejas te mato, por lo contrario, las mujeres suelen hacer fuertes demandas afectivas hacia su pareja expresando si temor a la ruptura y a la soledad (Sirvent, 2000).

En conclusión, se puede identificar en lo anteriormente mencionado, que en relaciones problemáticas que incluyen violencia, maltrato, abuso y diversas situaciones que afectan la salud mental y el bienestar, se identifican vínculos con altos rasgos de dependencia emocional. Lo ideal sería poder definir, en que problemáticas, la sintomatología es causada meramente por patrones de dependencia emocional y no por otras situaciones alternas, sin dejar de lado que la dependencia emocional puede presentar gran comorbilidad con otras patologías. La identificación de las conductas o las cogniciones de la dependencia emocional suele ser complejo ya que usualmente se atribuyen a otras causas por el desconocimiento del tema.

Considerando las investigaciones realizadas y las estadísticas de diversos estudios, esta investigación busca indagar sobre la dependencia emocional en los estudiantes de octavo semestre del pregrado de psicología, ya que este es uno de los factores que podrían intervenir en su salud mental. Dichos estudiantes están próximos a realizar sus prácticas profesionales para fortalecer sus aprendizajes y poner en práctica el saber adquirido para que contribuya positivamente a la sociedad. Si bien no se evaluará su salud mental a nivel general, sí se tendrá en cuenta uno de los factores que puede estar interfiriendo en el bienestar de los futuros profesionales que se harán cargo de la salud mental de otras personas que incluso podrían llegar a consulta con malestares significativos relacionados con la dependencia emocional. Hacer énfasis en el cuidado de su salud mental y factores tan precisos como la dependencia emocional, es importante ya que estos estudiantes se encuentran en un proceso constante de formación para poder enfrentar y acompañar las futuras problemáticas de salud mental, además la investigación ayuda a romper mitos sobre la negación o prohibición existente a cerca de las afectaciones psicológicas que un profesional de la salud mental podría padecer, es de interés

para demostrar que incluso los psicólogos son vulnerables a esta problemática y el saber técnico no exime de estas formas de vinculación. Cabe aclarar que “el psicólogo ejercerá sus funciones de forma autónoma, pero respetando siempre los principios y las normas de la ética profesional y con sólido fundamento en criterios de validez científica y utilidad social” (Congreso de la Republica de Colombia, 2006).

Para la recolección de la información se aplicará el cuestionario de dependencia emocional que ayudará a evaluar de manera confiable sin desviarnos de la sintomatología que verdaderamente se quiere evaluar. Dicho cuestionario ayudará a tener resultados claros sobre cómo está la salud mental relacionada con el factor de dependencia emocional en el octavo semestre de los estudiantes de psicología, siendo este dato un hallazgo importante para futuras intervenciones en caso de tener una prevalencia alta de dependencia emocional en el grupo. Entre las hipótesis se considera que los participantes evaluados pueden estar experimentando diversos síntomas sin saber que estos son causados por la dependencia emocional y tal malestar puede estar ocasionando disminución de sus habilidades en el ámbito académico y afectaría el rendimiento en el espacio de prácticas cercano.

### **Pregunta de investigación**

¿Cuál es la prevalencia de la dependencia emocional en estudiantes universitarios de octavo semestre del pregrado de psicología en Unilasallista Corporación Universitaria, Caldas, Antioquia en el 2023-02?

## Justificación

La dependencia emocional es un tema complejo que involucra relaciones interpersonales en las que una persona depende en exceso de otra para satisfacer sus necesidades emocionales, lo que puede llevar a desequilibrios y dificultades en la relación. Los estudios previos sobre la dependencia emocional han explorado diversos aspectos, como sus causas, consecuencias, manifestaciones y posibles intervenciones y se han utilizado diferentes enfoques metodológicos, incluyendo encuestas, entrevistas, análisis cualitativos y cuantitativos, así como estudios longitudinales para comprender mejor cómo se desarrolla y se manifiesta la dependencia emocional en diferentes contextos y poblaciones.

La gran ola de esta problemática se está presenciando en la sociedad actual que viene caracterizada por una mayor influencia de adicciones que no solo conllevan el uso de sustancias psicotrópicas, sino otras propias de la sociedad post-industrial, como, por ejemplo: la comida, el sexo, la televisión, internet, etc. Entre ellas las relacionadas con la dependencia emocional (Rodríguez, 2013). Por lo tanto, lo que abunda en los relatos de malestar del contexto actual, son historias personales y de pareja donde ha estado presente la dependencia emocional y algunas de las personas involucradas en esta, han podido identificar que están inmersos en una dinámica vincular que no es la adecuada y han podido tomar algunas decisiones para mejorar sus estrategias de relacionamiento en búsqueda de su bienestar, pero también hay otro porcentaje de personas, que quizás no identifican que están atrapadas en un vínculo poco saludable, que poco a poco les genera deterioro emocional y cognitivo, los aleja de sus otras relaciones sociales, los atrapa emocionalmente en una red de chantajes, que conllevan a miles de esfuerzos desgastantes por mantener el amor del otro. Hoy en día algunas de esas personas se atreven a hablar sobre sus experiencias vinculares frustrantes llenas de invalidación, reproches y menosprecio. Se reconoce por parte de las víctimas un componente prevalente de autoengaño, explicado como unas ideas fantasiosas o idealizadoras, que son tomadas como un mecanismo

de escape o una manera de defender y justificar el sufrimiento vivido y de paso a la persona encargada de generar aquel malestar (M. V. Moral & Sirvent, 2008) . De acuerdo a esto, la dependencia emocional ha sido problema de estudio, ya que se ha encontrado que desde esta problemática se puede argumentar el mantenimiento de la violencia en relaciones de pareja. Algunas personas víctimas de violencia, justifican a sus parejas, retiran las denuncias o regresan con sus parejas luego de los hechos de maltrato, porque hay un factor presente de dependencia emocional.

En algunos de los antecedentes que ayudan a dimensionar la magnitud de la problemática de la dependencia emocional, se encuentra un estudio realizado por (Aiquipa Tello, 2015) en 51 mujeres usuarias del servicio de psicología del Hospital Ernesto Germán Guzmán Gonzáles, en el distrito y provincia de Oxapampa, donde se recolectaron los datos de la muestra total que asistieron al servicio de psicología del establecimiento de salud entre los meses de enero y mayo de 2013. Luego, se identificaron los casos de aquellas mujeres que reportaron ser víctimas de violencia por parte de su pareja heterosexual a través de la entrevista y evaluación psicológica inicial. El Inventario de Dependencia Emocional-IDE se aplicó individualmente, aun dentro de la evaluación, pero en una fecha distinta. Paralelamente, se identificaron a las usuarias que asistieron a consulta por diversos motivos (no trastornos crónicos y en estado de crisis) y que fueron descartadas como víctimas de violencia por su pareja heterosexual y se les aplicó también el IDE y se recolectó el resto datos demográficos. Luego, se procedió a la corrección y consolidación de la información de los datos, análisis y elaboración del reporte de investigación. Los resultados sugirieron que existe relación estadísticamente significativa entre la variable dependencia emocional (variable que representa un factor de tipo individual y psicológico) y la variable violencia de pareja, puesto que se encontraron diferencias significativas entre la muestra clínica con violencia de pareja (grupo de casos) y la muestra clínica sin violencia de pareja (grupo

de comparación), siendo las participantes que viven o han vivido violencia de pareja las que obtuvieron puntuaciones mucho más elevadas de dependencia emocional.

Este estudio demuestra que, el sentirse querido, deseado, mimado, preocupado por otro ser, no sólo es una función básica social, sino que representa una gran cuestión existencial en nuestras vidas. Sin embargo, el querer ser deseados a veces se transforma en una sensación demasiado dolorosa, apática y destructiva, transformando una acción racional y positiva en una emanación de sentimientos negativos y patología que impulsa a las personas a estar atados alguna muestra de cariño por más escasa que sea (Rodríguez, 2013).

Dicho lo anterior, a pesar de identificar que la dependencia emocional tiene gran protagonismo en una serie de factores influyentes en el malestar y el apego patológico, no se tiene mucha claridad de cómo abordar correctamente esta problemática, ya que al tratar de intervenirla se encuentran inconsistencias y confusiones con términos similares y hay poco conocimiento frente a síntomas relevantes. También es muy importante mencionar que la dependencia emocional no tiene como tal un campo diferencial en los manuales de diagnóstico de los trastornos psicológicos, inexplicablemente no ha encontrado ubicación entre las diferentes clasificaciones internacionales de trastornos mentales y de la personalidad, como el DSM o la CIE-10 (Clasificación Internacional de Enfermedades décima revisión), que utilizan los profesionales de la salud mental, sino que más bien a lo largo de la historia ha tendido a agruparse a otros trastornos psicológicos, tales como, el trastorno límite de la personalidad, el trastorno de personalidad dependiente y los trastornos del estado de ánimo, que si bien comparten características y sintomatología, la dependencia emocional no se puede reducir ni se puede explicar mejor, acorde a estas patologías.

Es muy importante, que a pesar de que esta problemática no aparezca de manera específica en los manuales diagnósticos de los trastornos psicológicos, se considere incluirla, ya que la dependencia emocional conforma un patrón permanente de experiencia interna y de

comportamiento, este patrón se manifiesta en el área cognitiva, afectiva, interpersonal y del control de los impulsos, es persistente e inflexible y provoca malestar clínicamente significativo tanto en el sujeto como en su entorno, comienza aproximadamente en la adolescencia o principios de la edad adulta y no es atribuible a otro trastorno mental, una enfermedad física o el consumo de sustancias. Todos estos son los requisitos que el DSM exige para poder efectuar un diagnóstico de “trastorno de la personalidad”, y la dependencia emocional los cumple todos (Castelló, 2005). Debido a esto, es necesario que la dependencia emocional sea diferenciada y atendida oportunamente, porque como ya se ha mencionado, tiene altos índices de relación con la violencia, tanto física como psicológica y otras patologías que aportan un malestar significativo y afectan las dinámicas relacionales.

Por el momento el autor (Castelló, 2005) propone un tratamiento de intervención al que él llama un modelo integrador, donde están presentes diferentes dimensiones del sujeto, él propone las siguientes: dimensión biológica, dimensión psicodinámica, dimensión interpersonal, dimensión afectiva, dimensión cognitiva y dimensión conductual, propone que se debe empezar la intervención por las áreas más afectadas y resalta que en la dependencia emocional las son la psicodinámica, la interpersonal y la afectiva. El autor propone que en la dependencia emocional se intervienen las dimensiones más accesibles y mientras se trabaja en ellas, puede haber una mejoría a su vez en las dimensiones más complejas, por ejemplo, cuando hay una persona con dependencia emocional en crisis tras una ruptura, lo que se propone es intervenir primeramente el área biológica con fármacos y luego trabajar su autoestima o la construcción y reforzamiento de su identidad.

Al tener en cuenta las pocas estrategias de intervención propuestas, sería ideal que, con las nuevas investigaciones realizadas, se pueda tener una visión de la dependencia emocional desde una manera más independiente, es decir, que no se trate de explicar como resultado de otras patologías, ya que esto restaría importancia y por más sintomatología similar que comparta

con otras problemáticas, la dependencia emocional debería tener sus propios criterios, síntomas y maneras de abordar.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Calcular la prevalencia de la dependencia emocional en estudiantes universitarios del octavo semestre del pregrado de psicología en Unilasallista Corporación Universitaria en el 2023-02.

### **Objetivos Específicos**

Medir el nivel de dependencia emocional de los estudiantes universitarios del octavo semestre del pregrado de psicología en Unilasallista Corporación Universitaria en el 2023-02.

Identificar los factores de la dependencia emocional más prevalentes.

Identificar los factores de la dependencia emocional más prevalentes de acuerdo género.

### Marco teórico

La dependencia emocional ha sido explicada por diversas teorías, modelos que se han ido construyendo a nivel mundial. Las primeras teorías acerca de la dependencia emocional indican que se produce por la búsqueda de apoyo emocional, recibir consejos, tener la tranquilidad, ante la situación que está pasando el individuo; posteriormente otros investigadores fueron identificando las conductas, comportamientos, emociones, estado de ánimos y las expresiones de la persona ante una relación pareja.

Entre los autores de las primeras teorías construidas, se encuentra John Bowlby que ha sido uno de los mayores exponentes de la teoría del apego y define la dependencia emocional como una esencia natural del ser humano desde los primeros años de vida en la que una persona se vincula e interacciona con otra, especialmente un niño con su madre o con su cuidador primario, esta vinculación afectiva se crea desde la proximidad y confianza que hay entre esas dos personas, que servirá para cuidados y protección del momento y para formar una persona sana cognitiva y emocionalmente (Moneta, 2014).

Otros autores como (Moral & Sirvent, 2008) definen la dependencia emocional como la relación entre dos sujetos, que crean una interacción vincular donde normalmente una de las personas, hace fuertes demandas de afectividad, que en su mayoría son intentos frustrados de búsqueda de amor, porque las parejas de los dependientes afectivos suelen aprovecharse de esto, generando así relaciones interpersonales de apego patológico. Algunas de las características que describen el dependiente emocional son posesividad y desgaste energético intenso, incapacidad para romper ataduras, voracidad de cariño, sentimientos negativos como culpa, vacío, miedo al abandono, se involucran en relaciones asimétricas, asumiendo una posición subordinada, ignoran los defectos de sus parejas, soportan e incluso aceptan como normales los desprecios y humillaciones que sufren por su parte.

En la teoría de vinculación afectiva, el autor (Castelló, 2005) describe la dependencia emocional como la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja o cualquier otra persona con la que tenga vinculación afectiva, a lo largo de sus diferentes relaciones , este autor plantea que luego de una revisión bibliográfica muchos de los autores sin excepción consideran que la génesis de este problema radica en la infancia, en relaciones familiares y/o con el entorno bastante insatisfactorias, pobres afectivamente y mezcladas en ocasiones con negligencia, descuidos, malos tratos, etc. Asimismo, explica que el mantenimiento del problema se fundamenta en la reiteración de las pautas de interacción con la familia y entorno de origen, de forma que los dependientes persisten en su empeño de buscar el afecto no encontrado en personas que reproducen también modelos antiguos, o sea, que apenas corresponden emocionalmente.

### **Definición de Algunos Términos Van a Aparecer Frecuentemente en el Trabajo**

#### ***DE***

A lo largo del documento, se estará haciendo mención a la abreviación DE, la cual significa dependencia emocional.

#### ***CDE***

Esta abreviación también estará presente en el trabajo y hace referencia a, cuestionario de dependencia emocional.

#### ***Prevalencia***

En epidemiología, proporción de casos de una enfermedad en un período de tiempo, respecto a la población existente en la zona objeto de estudio (Real Academia Española, 2023).

## **Definición de Algunas Problemáticas que Suelen Confundirse con la Dependencia Emocional**

### ***Dependencia Instrumental***

Se caracteriza por falta de autonomía en la vida cotidiana, inseguridad, carencia de iniciativa, búsqueda de apoyo social por sensación de indefensión; en definitiva, por una escasa capacidad para tomar decisiones, asumir responsabilidades y desenvolverse con eficacia. ligada con un estilo de apego evitativo-temeroso (Castelló, 2005).

### ***Codependencia***

El codependiente es una persona que se relaciona efectivamente con otras personas con problemas específicamente adicciones al alcohol o a las drogas. Estas personas se caracterizan por su necesidad de controlar y creer que pueden manejar el comportamiento adictivo de sus parejas, ejerciendo un papel de cuidador y sobreprotector hiperresponsable, por medio de estos comportamientos focaliza en su vida totalmente a la del otro, minimizando los comportamientos negativos de sus parejas, entrando en una auto negligencia y abandono de sus propias necesidades, (Castelló, 2005).

### ***Adicción al Amor***

Este término es utilizado en los libros de dependencia emocional o en los libros de autoayuda de esta problemática. La dependencia emocional suele encontrarse nombrada como adicción de amor debido a las ya mencionadas “adiciones sin instancias” que se caracterizan por el deseo intenso o vivencia de una compulsión a adquirir algo que genere satisfacción, lo que en otros casos sería una sustancia. (Castelló, 2005).

### ***Sociotropía***

la Sociotropía, está basado en la hipersensibilidad al rechazo interpersonal, la dependencia de los demás y la necesidad imperiosa de afecto. la sociotropía se asemeja mucho

a la dependencia emocional. Predispone a la depresión, es estable temporalmente, se sobrevalora y teme el rechazo, se busca continuamente el apoyo de los demás, existe una imperiosa necesidad de afecto, etc. No obstante, la dependencia emocional es algo más concreto que esto, porque se da principalmente en relaciones de pareja, configurando pautas de interacción muy peculiares en las que la idealización y el sometimiento hacia la pareja tienen un papel preponderante. En la sociotropía existe una mención vaga a necesidad de afecto o a temor al rechazo, sin especificar a qué tipo de relación se hace referencia, ya que\* podría ser de\* amistad o familiar, por ejemplo. Asimismo, la sociotropía es un término vinculado y subordinado al de la depresión, es decir, tanto la sociotropía como la autonomía sólo se entienden como predisponentes de los trastornos depresivos (Castelló, 2005, p.45,46.).

### ***Trastornos del Estado de Ánimo***

Principalmente se hace referencia al trastorno depresivo mayor y al trastorno distímico. Con estos trastornos afectivos no sólo hay que realizar el diagnóstico diferencial, sino determinar su presencia porque pueden ser comórbidos a la dependencia emocional, pueden coexistir con ella. En efecto, durante un episodio depresivo mayor o a lo largo de un trastorno distímico el sujeto se nos muestra en las entrevistas triste desganado o desesperado, estado de ánimo similar al que puede tener un dependiente emocional y mucho más si está atravesando momentos especialmente difíciles en su relación de pareja. En fase depresiva el sujeto puede desarrollar baja autoestima, ideas de incompetencia y desvalimiento, gran ansiedad al hacer sus tareas cotidianas, etc. Si esto ocurre así, es fácil que se intente mitigar este dolor agarrándose en exceso a alguna persona significativa, que será su pareja si la tiene. Para determinar si el caso es verdaderamente de dependencia emocional y no de un trastorno del estado de ánimo, se procede a efectuar una historia clínica exhaustiva. Preguntando por la relación que mantenía con su pareja para valorar la presencia o no de desequilibrio (Castelló, 2005).

### ***Trastorno Límite de la Personalidad***

Un paciente con trastorno límite puede aparecer en nuestra consulta con fuerte ánimo depresivo, sentimientos de abandono y una necesidad emocional exagerada de otro, que puede ser la pareja. Las similitudes con la dependencia emocional son tan importantes como para que el clínico se encuentre alerta al hacer un diagnóstico de este tipo. En el trastorno límite los sujetos alternan con frecuencia y facilidad sentimientos de dependencia con reacciones de ira, minusvaloración y desprecio hacia las personas de las que supuestamente dependían emocionalmente. Para ayudarnos en el diagnóstico diferencial, podemos preguntar al paciente por ejemplo cómo es su autoestima. La de los dependientes emocionales es siempre baja, pero la de las personas con trastorno límite es más variable. Habitualmente es muy baja, pero alternan rápidamente con periodos en los que su desvinculación afectiva es grande, y en consecuencia su autoestima se independiza de su relación con los demás y aumenta (Castelló, 2005).

### ***Trastorno de la Personalidad por Dependencia***

Las personas con diagnóstico de trastorno de la personalidad por dependencia necesitan una constante atención para ser ayudados a enfrentar las exigencias de su entorno, siempre ponen sus responsabilidades en manos de otros porque son personas con poca autonomía que se sienten indefensas y desprotegidas. Los dependientes emocionales no buscan protección o refugio en sus parejas porque ellos mismos tienen una gran capacidad de autonomía y de desenvolvimiento personal, lo que buscan es afecto. De entre todos los trastornos con descripciones similares a la dependencia emocional, este es el único que está en un apartado independiente y tiene criterios diagnósticos como tal. Corresponde con el concepto ya explicado de dependencia instrumental, que previamente distinguimos del de dependencia emocional, (Castelló, 2005,).

## **Diseño metodológico**

Este proyecto cuenta con un diseño cuantitativo no experimental. Es un tipo de investigación transversal ya que la evaluación y análisis se realiza en un solo momento (Hernández-Sampieri et al., 2016)

### **Alcance**

Esta investigación cuenta con un alcance descriptivo donde se describirá la prevalencia de la dependencia emocional en los estudiantes evaluados.

### **Participantes**

En este estudio participaron jóvenes y adultos del octavo semestre de psicología de Unilasallista Corporación Universitaria.

Criterios de inclusión:

- Ser estudiante de la Unilasallista Corporación Universitaria.
- Estar en octavo semestre de psicología.

Criterios de exclusión:

- Ser menor de edad.
- Personas con alteraciones cognitivas significativas.

### **Instrumento**

El instrumento utilizado en este estudio para la recolección de datos fue el cuestionario de dependencia emocional CDE, creado por (Lemos & Londoño, 2006), está compuesto por 23 ítems, con una escala de 1 a 6, siendo 1) completamente falso de mí; 2) la mayor parte falso de mí; 3) ligeramente más verdadero que falso; 4) moderadamente verdadero de mí; 5) la mayor

parte verdadero de mí, y; 6) me describe perfectamente. A su vez las 23 preguntas se agrupan en 6 factores:

Factor 1 ansiedad de separación: evalúa las expresiones de miedo que siente una persona ante la posibilidad de disolverse la relación (compuesto por siete ítems).

Factor 2 expresión afectiva de la pareja: evalúa la necesidad de recibir frecuentes expresiones de afecto, que reafirman el amor que siente, calmando la sensación de inseguridad (compuesto por cuatro ítems).

Factor 3 modificación de planes: mide cambio de actividades, planes y comportamientos, que buscan satisfacer a la pareja o la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con él/ella. En el largo plazo, genera aislamiento de las amistades u otras actividades (compuesto por cuatro ítems).

Factor 4 miedo a la soledad, evalúa temor por permanecer en soledad, por no tener una pareja, no sentirse amado; situación que la persona evita, acercándose más a su pareja y convirtiéndolo/a en una fuente de seguridad y equilibrio (integrado por tres ítems).

Factor 5 expresión límite: mide acciones impulsivas de autoagresión que evitan que la relación termine, porque si aquello sucede, tendrá que enfrentarse a la soledad y sentirá que su vida no tiene sentido (compuesto por tres ítems).

Factor 6 búsqueda de atención: mide esfuerzos activos para obtener la atención de la pareja y asegurar su permanencia en la relación, tratando de ser el centro en su vida (está integrado por dos ítems).

### **Aspectos éticos**

Las respuestas brindadas por los participantes por medio del CDE, se codificó como participante 1,2,3 etc, y no se utilizó ningún tipo de distintivo para cada participante, de modo que la información se almacenara de forma confidencial.

Se informó previamente que los resultados se utilizarían para fines de investigación y no se anticipaban riesgos significativos asociados con la prueba psicológica, además la información no se compartiría con terceros sin su consentimiento, a menos que fuera requerido por la ley. Se mencionó que, ante cualquier inquietud sobre este estudio o sus resultados, se podían comunicar con Lorena Hernández Molina al número de teléfono 3016683876 para obtener más información y se dejó claro que no se harían retribuciones económicas por la participación en esta investigación.

## Resultados

En el estudio, participaron 24 estudiantes del pregrado de psicología del octavo semestre, con un rango de edades entre los 20 y los 50 años.

**Tabla 1**

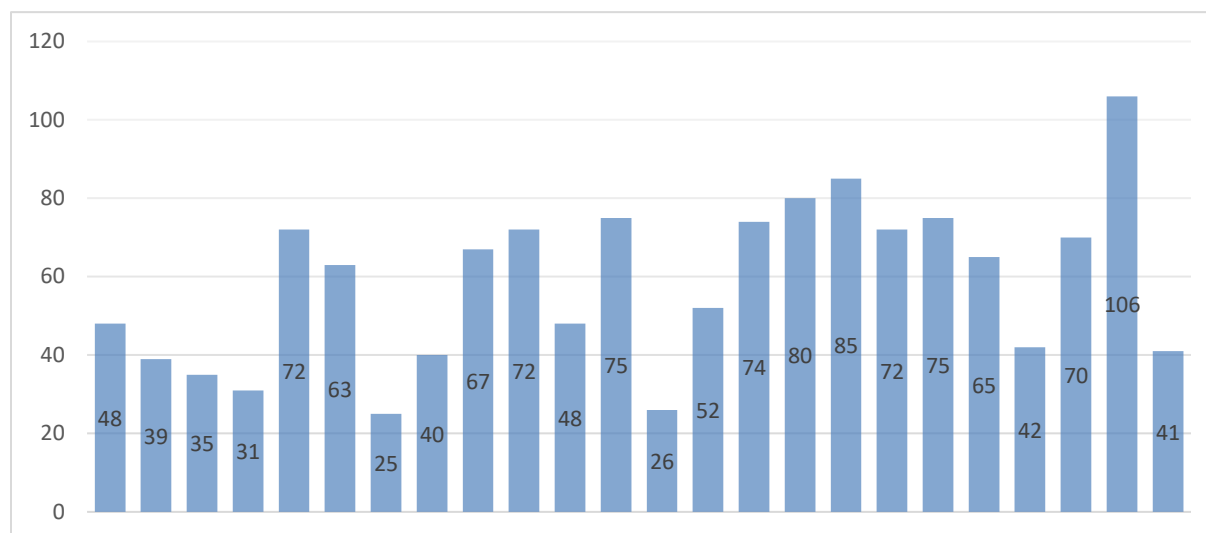
*Datos sociodemográficos*

Datos sociodemográficos		N	%
Sexo	Femenino	15	62,5
	Masculino	7	29,1
	Otro	2	8,3
Estado civil	Soltero	15	62,5
	Casado	1	4,1
	Unión libre	1	4,1
	Relación de noviazgo	7	29,1
Estrato socioeconómico	1	2	8,3
	2	7	29,1
	3	12	50
	4	1	4,1
	5	2	8,3
pareja actual	si	9	37,5
	no	15	62,5

**Fuente:** elaboración propia

### Gráfico 1

*Puntuación por participante en el CDE*

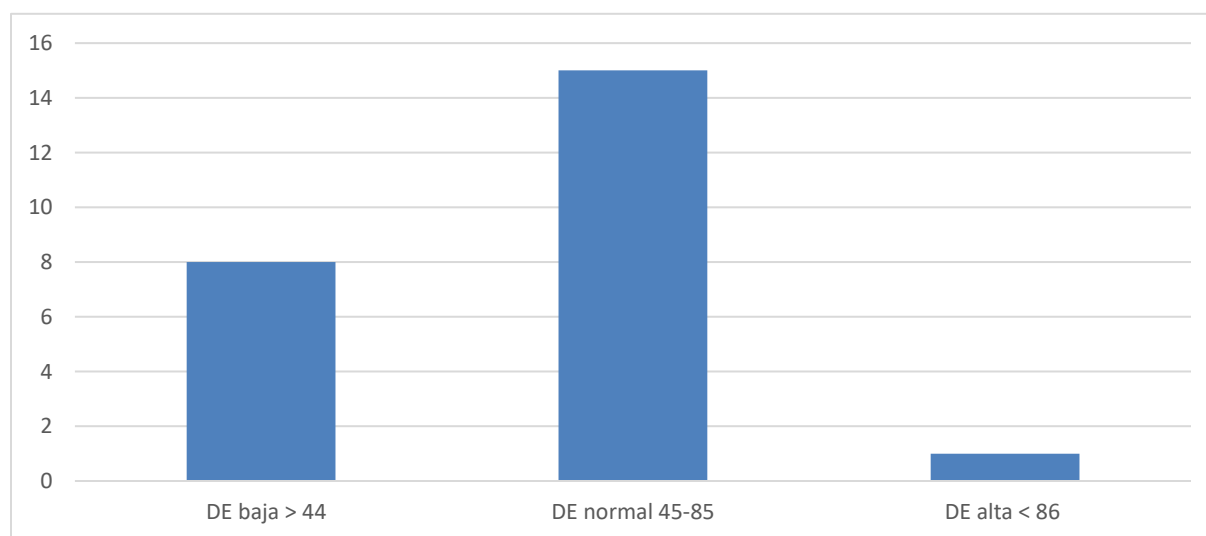


**Fuente:** elaboración propia

El gráfico 1 evidencia la puntuación de cada uno de los participantes en el CDE, se puede observar un rango entre 25 y 106 y una media de 58.

### Gráfico 2

*Nivel de dependencia emocional*

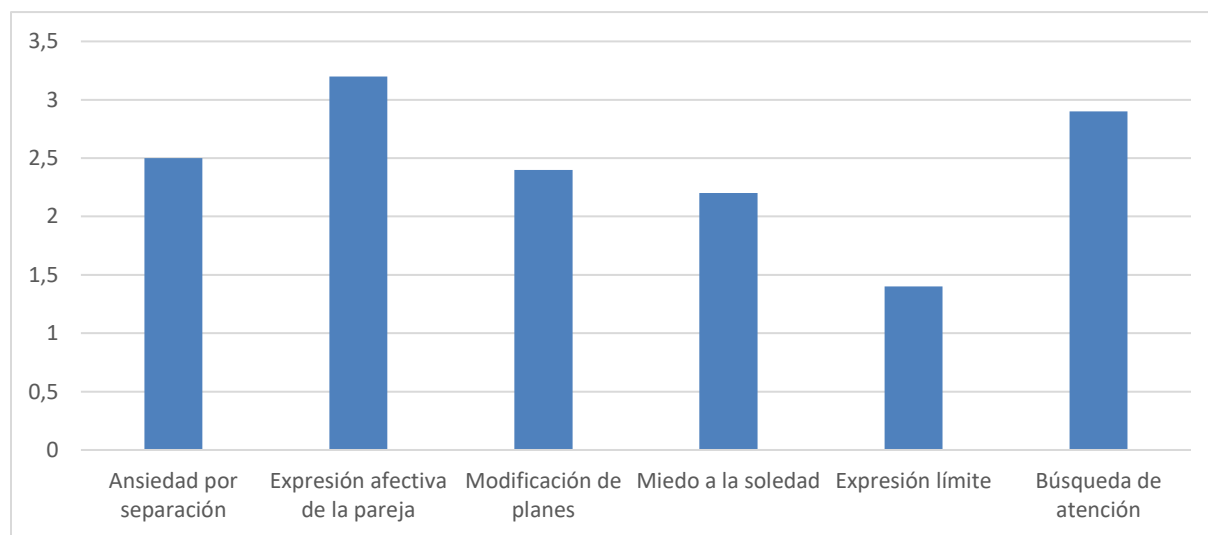


**Fuente:** elaboración propia

Para evaluar la prevalencia de dependencia emocional en estudiantes de pregrado de psicología se utilizó el cuestionario de dependencia emocional y su metodología de calificación fue la siguiente: si el puntaje es 44 o menor a este, indica ausencia de dependencia emocional, si el puntaje es entre 45 y 85 indica un nivel normal de dependencia emocional y si el puntaje es de 86 en adelante indica un nivel alto de dependencia emocional. Teniendo en cuenta esto, el gráfico 2 indica que, 8 participantes obtuvieron nivel bajo de DE, 15 participantes obtuvieron nivel normal de DE y finalmente 1 participante obtuvo nivel alto de DE.

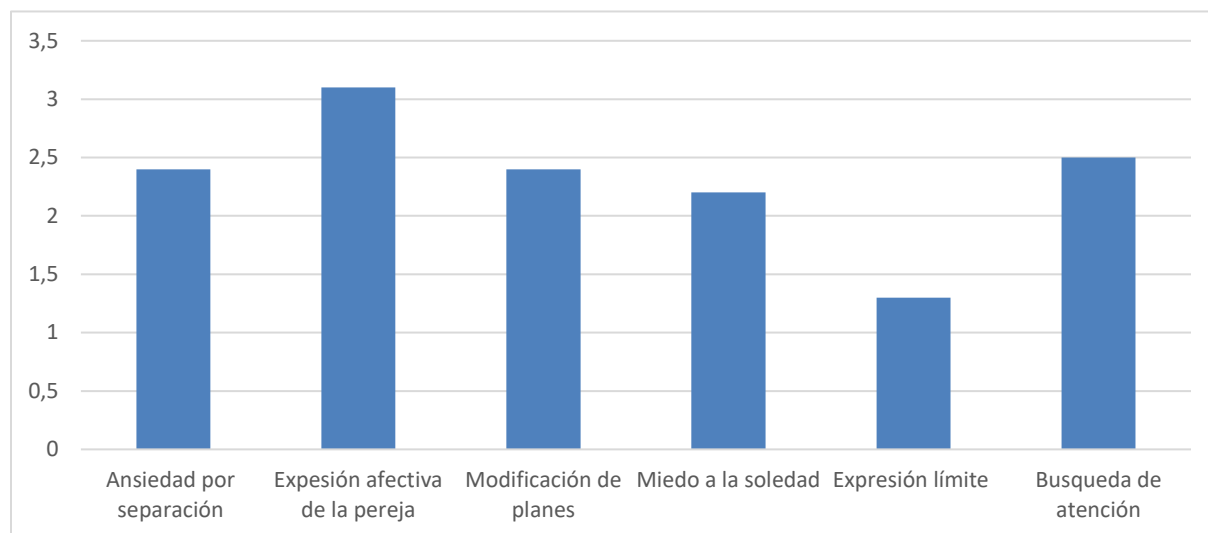
### Gráfico 3

#### *Factores más prevalentes*



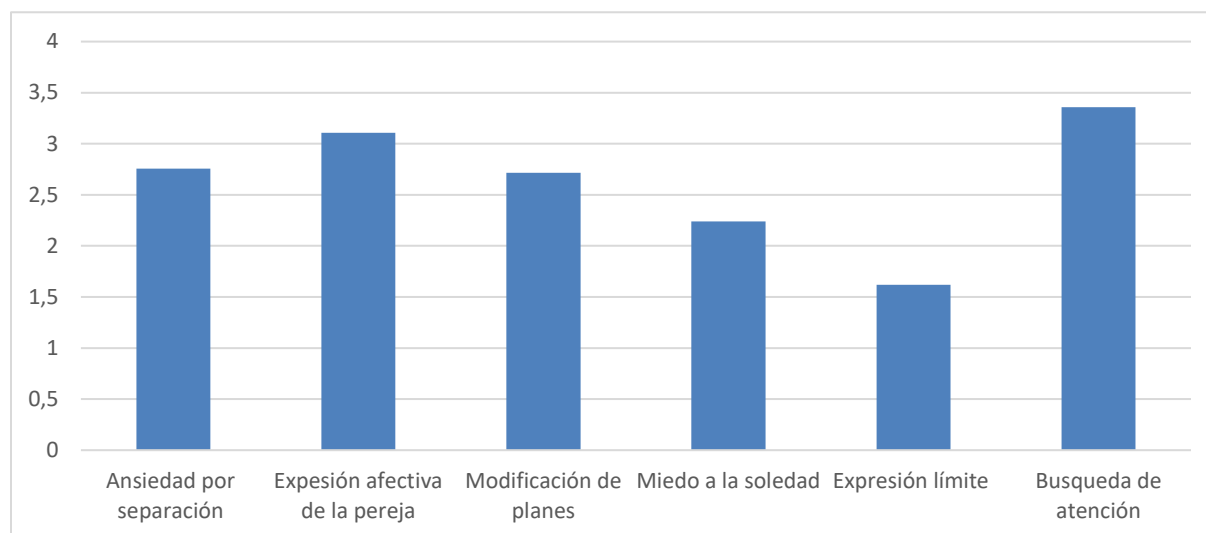
**Fuente:** elaboración propia

Los resultados que se muestra en el gráfico 3, evidencian a que la expresión afectiva hacia la pareja y la búsqueda de atención, fueron los factores con resultados más altos en este estudio.

**Gráfico 4***Prevalencia de factores en el género femenino*

**Fuente:** elaboración propia

En el gráfico 4 se puede observar que el factor más prevalente en el género femenino fue la expresión afectiva de la pareja, este factor indica gran necesidad de recibir frecuentes expresiones de afecto por parte de la pareja para reafirmar el amor y con esto calmar la sensación de inseguridad.

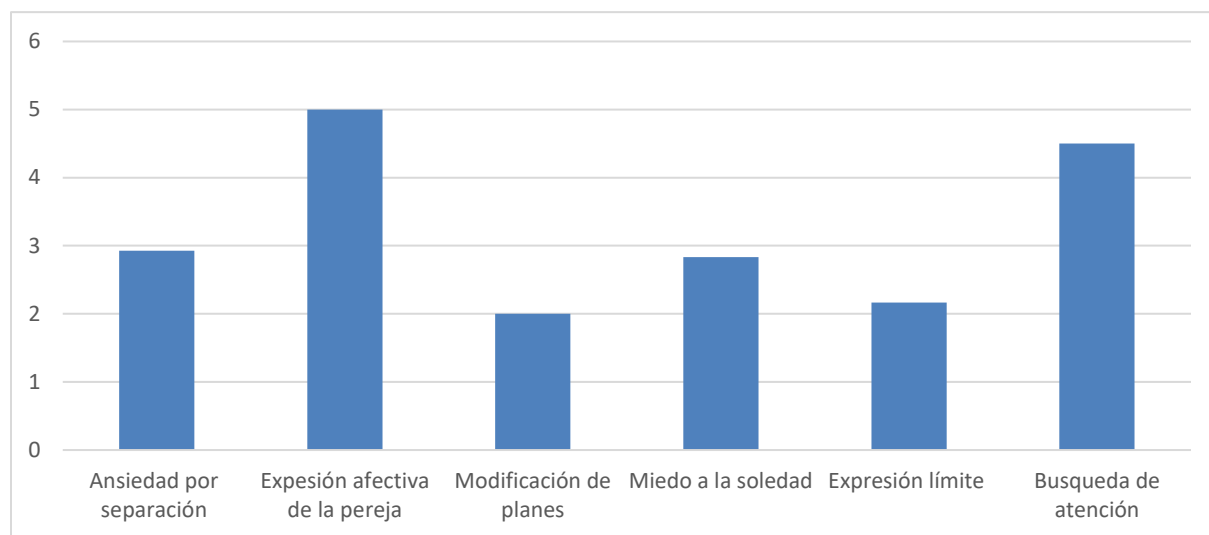
**Gráfico 5***Prevalencia de agrupadores en el género masculino*

**Fuente:** elaboración propia.

El gráfico 5 indica que el factor más prevalente en el género masculino fue la búsqueda de atención, esto se relaciona con actitudes particulares que tienen las personas para obtener la máxima atención de la pareja con el fin de obtener compañía y sentirse seguros.

**Gráfico 6**

*Prevalencia de agrupadores para otros géneros*



**Fuente:** elaboración propia.

## Discusión

Los resultados muestran que solo un participante de la muestra total (4,1%), de género femenino, que actualmente no está en una relación, pero anteriormente ha tenido relaciones de pareja, obtuvo un puntaje de alta dependencia emocional, respecto al resto de participantes, 15 de ellos (62,5%) obtuvieron una puntuación media y 8 de ellos (33,3%) obtuvieron una puntuación baja. Los porcentajes indican que en los estudiantes de octavo semestre de Unilasallista Corporación Universitaria, no hay una prevalencia alta de dependencia emocional ya que solo un participante obtuvo un resultado que indica un nivel elevado. Estos hallazgos responden al objetivo principal de calcular la prevalencia de la dependencia emocional y lo que indica es que el factor específico de salud mental que se trabajó en esta investigación, no está interviniendo en el bienestar de los estudiantes.

En relación al género, los hallazgos obtenidos en la investigación, indican que el factor más prevalente en el género femenino fue la expresión afectiva hacia la pareja, esto suma información de gran importancia al objetivo planteado a cerca de la identificación de los factores de la dependencia emocional más prevalentes de acuerdo género, con base a esto y otros estudios basados en género, se puede decir que las mujeres son la población más afectada, suelen ser más vulnerables al abandono, la baja autoestima y la necesidad constante de afectividad y por ende se ven más involucradas en la dependencia emocional. Por ejemplo en el estudio de perfil cognitivo de la dependencia emocional de (Lemos Hoyos et al., 2012), realizado a estudiantes universitarios en Medellín, Colombia, se obtuvieron puntuaciones entre 23 y 138, con una media de 58.03, y se encontró que la dependencia emocional se presenta en 24.6 % de los estudiantes evaluados, con una proporción de 74.6 % en mujeres.

Las mujeres que atraviesan procesos de dependencia emocional, tienen un alto riesgo de ser víctimas de dinámicas de violencia, tal y como se demuestra en el estudio de dependencia emocional y violencia en mujeres atendidas en la Fundación Nosotras con Equidad, de

Riobamba, Ecuador, realizado por (Chafra-Quise & Lara-Machado, 2021) a 300 mujeres de 18 a 65 años, donde el análisis de resultados muestra la existencia de correlaciones entre el nivel de dependencia emocional y las diferentes subescalas de violencia por separado, siendo más relevante la violencia psicológica. Esto quiere decir que, a más dependencia emocional, mayor violencia psicológica. Resulta importante la identificación de la dependencia emocional como factor de riesgo en las relaciones abusivas, ya que esta aumenta los vínculos patológicos por temas relacionados con las concepciones erróneas que tienen del amor, donde, el miedo a la pérdida de la persona amada contamina el vínculo afectivo y lo hace sumamente vulnerable.

Respecto a los factores más prevalentes de la dependencia emocional, en este estudio los que más destacaron fueron la búsqueda de atención y las demandas afectivas hacia la pareja, estas características comunes, se relacionan con los resultados obtenidos en el estudio de dependencia emocional y violencia en el noviazgo de pareja en estudiantes preuniversitarios, realizado por (Alcalá et al., 2021) en el cual participaron 301 estudiantes de preparatoria, 138 hombres (46 %) y 163 mujeres (54 %), con un rango de edad de 14 a 20 años y los resultados obtenidos respecto a la forma más frecuente de dependencia emocional o en este caso llamados factores, fueron la necesidad de exclusividad de la pareja que alude a la necesidad de ser el centro de su atención y de su vida, así como la necesidad de agradar que implica estar dispuesto/a hacer cualquier cosa por la pareja.

Continuando con la descripción de los resultados de los factores, el que arrojó las puntuaciones más bajas fue expresión límite, este dato, probablemente demuestre que los estudiantes universitarios que participaron en el estudio utilizan estrategias de afrontamiento diferentes a hacerse daño, amenazar con terminar su vida, inestabilidad intensa y persistente de la autoimagen y del sentido del yo o impulsividad en áreas que son potencialmente autolesivas, (American Psychiatric Association, 2013), quiere decir, que no actúan con tanta impulsividad, en contraste a un estudio de relación entre dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios, realizado por (Niño & Abaunza, 2015) a 110 estudiantes

universitarios de Medellín, pertenecientes a la carrera de psicología con edades entre 18 y 33 años, donde se utilizó la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M), y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y los hallazgos obtenidos arrojaban un 25% de dependencia emocional y el factor que predominó en los participantes fue el factor denominado expresión límite, esto indica una actitud donde tienden a reaccionar de forma impulsiva sin pensar en las consecuencias, ante la posibilidad de perder a su ser amado.

Teniendo en cuenta que la dependencia emocional es un factor precursor de otras patologías, se encontró que puede presentar comorbilidad con la ansiedad, la depresión, trastornos de la personalidad, trastornos alimenticios, abuso de sustancias, etc. Esto es consistente con el estudio de dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género realizado por (Urbiola et al., 2017) a 535 jóvenes de 18 a 31 años en centros de enseñanza superior universitaria, donde los resultados indicaron que la dependencia emocional se relaciona negativamente con la autoestima y positivamente con la sintomatología ansioso-depresiva, y sería predictor de las mismas, es decir, a mayor puntuación en dependencia emocional, mayor sintomatología disfuncional. También se encontraron resultados similares en el estudio de la dependencia emocional hacia la pareja agresora y su relación con la ansiedad social, el miedo a la evaluación negativa y el perfeccionismo disfuncional realizado por (Momeñe et al., 2022) realizado a 258 personas, de ellas el 77,1% eran mujeres y el 22,9% hombres, con edades entre 18 y 67, los hallazgos manifestaron una relación entre la dependencia emocional y la ansiedad social, predominando las dificultades de expresión asertiva de molestia, desagrado o enfado, la interacción con desconocidos y quedar en evidencia o en ridículo. El ámbito social suele verse bastante afectado debido a que tienden a aislarse de su entorno cuando establecen una relación de pareja con el fin de dedicarse por completo a ella, presentan déficits de habilidades sociales y falta de asertividad que se traduce en dificultades para expresar sus opiniones o necesidades, hacer

valer sus derechos y hacer frente a las humillaciones y desprecios que ejercen sus parejas sobre ellas.

Los hallazgos encontrados en estudios basados en teorías anteriores y los arrojados en esta investigación, brindan una amplia recopilación de información para el futuro proceder clínico de los profesionales de la psicología. El area clínica es uno de los campos de acción más representativo en la psicología y está mucho más relacionado con el tema que aquí se presenta, por eso, se espera que con la identificación de las etiologías, características, causas de mantenimiento, riesgos, predisposiciones, comorbilidades y configuraciones cognitivas que hasta este punto se tienen sobre la dependencia emocional, se puede iniciar la creación de manuales o unas guías orientadoras que incluyan información que refleje con más precisión las particularidades de la dependencia emocional y pueda ayudar y dar a conocer un poco más sobre la problemática para realizar un debido proceso de evaluación, diagnóstico e intervención.

## Conclusiones

La prevalencia de dependencia emocional tuvo un promedio de 58. Teniendo en cuenta los niveles de DE (bajo 45 o menos, normal entre 46 y 85 y alta mayor a 86) la muestra evaluada en este estudio se encuentra en un promedio de dependencia emocional normal.

De los 6 factores de dependencia emocional evaluados en esta investigación, los más prevalentes fueron expresión afectiva y búsqueda de atención, dichas demandas afectivas se refieren a las expectativas o solicitudes emocionales que una persona puede tener hacia otra. Estas demandas pueden incluir la necesidad de atención, afecto, apoyo emocional, comprensión y otras formas de expresión afectiva y cuando estas demandas son excesivas, desproporcionadas o poco realistas, pueden causar tensiones en las relaciones y generar conflictos.

Los factores de dependencia emocional menos prevalentes fueron expresión límite y miedo a la soledad, esto quiere decir que el deseo de compañía, el miedo a la desconexión emocional o social, o la creencia de que la felicidad y la realización personal dependen de tener una pareja, no es tan elevado en los participantes de esta investigación.

En los factores más prevalentes según el género, se encontró que en el género femenino y en personas que se identifican con otro género (diferente al femenino y al masculino) sobresalió el factor de expresión afectiva. Este factor evalúa en las personas las demandas de afecto que hacen hacia su pareja, es decir, la necesidad constante de que sus parejas reafirmen el amor que sienten por ellos y hagan demostraciones afectivas, esto con el fin de calmar sentimientos como la inseguridad, ansiedad o la baja autoestima que aparecen en personas con dependencia emocional.

El factor más prevalente para el género masculino fue la búsqueda de atención, este factor se enfoca en evaluar los comportamientos y esfuerzos afectivos excesivos y poco saludables que se realizan para deslumbrar a la pareja, con la finalidad de obtener la atención

extrema, sentirse realmente querido, aprobado y asegurar su permanencia en la relación, tratando de ser el centro en la vida de la pareja por miedo al abandono. Este comportamiento puede manifestarse de diversas formas, como la exageración de problemas o dificultades, la manipulación emocional, la provocación de conflictos o el comportamiento dramático y excesivamente llamativo.

La prevalencia de la dependencia emocional en mujeres puede variar según diferentes estudios y contextos culturales. Sin embargo, se observó que las mujeres pueden tener una mayor tendencia a experimentar dependencia emocional en comparación con los hombres, debido a una combinación de factores sociales, culturales y psicológicos. Los resultados pueden variar ya que la dependencia emocional puede manifestarse de manera diferente en cada individuo.

La dependencia emocional puede contribuir a situaciones de maltrato psicológico, físico, sexual, económico, etc en las relaciones debido al ciclo de idealización que usualmente es utilizado por las personas con dependencia emocional, esto genera que sean más propensas a aceptar comportamientos abusivos o manipuladores por miedo a perder al otro, por su baja autoestima o por la falta de límites saludables. La dependencia emocional puede alimentar y perpetuar el maltrato psicológico, creando un ciclo dañino en la relación.

### **Limitaciones**

En esta investigación se identifica una limitación respecto al tamaño de la muestra en relación con la población total. Esto puede afectar la generalización de los resultados en un contexto más amplio, es decir, puede impedir que los resultados sean universalizables ya que hacen referencia a una muestra en particular que son estudiantes de un semestre específico con la particularidad de que están próximos a realizar prácticas profesionales.

## Referencias

- Aiquipa Tello, J. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2). <https://doi.org/10.18800/psico.201502.007>
- Antonio Medina, María José Moreno, Rafael Lillo, & Julio Antonio Guija. (2015). La dependencia emocional: aspectos jurídicos y psiquiátricos. [https://Fepsm.Org/Files/Publicaciones/La\\_dependencia\\_emocional-Aspectos\\_jur%C3%ADdicos\\_y\\_psiquiaticos.Pdf](https://Fepsm.Org/Files/Publicaciones/La_dependencia_emocional-Aspectos_jur%C3%ADdicos_y_psiquiaticos.Pdf).
- Alcalá Solís, X., Cortés-Ayala, L., & Vega-Cauich, J. (2021). Dependencia emocional y violencia en el noviazgo en estudiantes preuniversitarios. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 12(1), 29-45. <https://doi.org/10.29059/rpcc.20210615-129>
- Arun Mansukhani. (2017). Los patrones de vinculación patológica: más allá de la dependencia emocional.
- Builes González, M. C. (2019). Indicadores de dependencia emocional de los adultos jóvenes que desisten de la denuncia en la Comisaria de Familia del municipio de Bello, Antioquia. *tecnológico de antioquia* .
- Castelló, J. (2005). Dependencia emocional - Características y tratamiento. In Alianza Editorial, *Psicología*.
- Castelló, J. (2005). La dependencia emocional como un trastorno de la personalidad. In *Psychological Science*.
- Chafra-Quise, N. M., & Lara-Machado, J. R. (2021). Dependencia emocional y violencia en mujeres atendidas en la Fundación Nosotras con Equidad, de Riobamba. *Revista Médica Electrónica*, 43(5).
- Cuetos González, G. (2018). Dependencia emocional y las actitudes hacia el amor en los adolescentes y jóvenes. <http://hdl.handle.net/10651/49560>

- Congreso de la República de Colombia (2006). Ley 1090 del 6 de septiembre de 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio profesional psicológico, se dicta el código deontológico y bioético. Bogotá D.C.: Congreso de la República de Colombia.
- Cubas, M. (2020). Dependencia emocional: una revisión teórica. *Universidad Señor de Sipan*.
- Estévez, A., Chávez-Vera, M. D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., & Iruarrizaga, I. (2018). El papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 34(3), 438–445. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>
- González-Jiménez, A. J., & Hernández-Romera, M. del M. (2014). Emotional Dependency Based on the Gender of Young Adolescents in Almeria, Spain. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 132. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.348>
- Guzmán, M., & Contreras, P. (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. *Psykhé*, 21(1). <https://doi.org/10.4067/S0718-22282012000100005>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2016). Metodología de la investigación. 6ta Edición Sampieri. Soriano, RR (1991). Guía Para Realizar Investigaciones Sociales. Plaza y Valdés.
- Hoogstad, J. (2008). Choice Theory and Emotional Dependenc.
- Lemos, M., & Londoño, N. H. (2006). Acta colombiana de psicología : revista de la Facultad de Psicología, Universidad Católica de Colombia. Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en la población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2).
- Lemos, M., Jaramillo, C. J., Calle, A. M. G., León, Z. T. D., & De la Ossa, D. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(2), 395-404. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy11-2.pcde>

- Main, M. (2000). Las categorías organizadas del apego en el infante, en el niño, y en el adulto: atención flexible versus inflexible bajo estrés relacionado con el apego. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 48(4).
- Mariantonia Lemos Hoyos, Nora H. Londoño Arredondo, & Jhoana A. Zapata Echavarría. (2017). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional.
- Moneta C., M. E. (2014). Apego y pérdida: Redescubriendo a John Bowlby. In *Revista Chilena de Pediatría* (Vol. 85, Issue 3). <https://doi.org/10.4067/S0370-41062014000300001>
- Momeñe, J., Estévez, A., Etxaburu, N., Pérez-García, A. M., & Maguregi, A. (2022). La dependencia emocional hacia la pareja agresora y su relación con la ansiedad social, el miedo a la evaluación negativa y el perfeccionismo disfuncional. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 30(1). <https://doi.org/10.51668/bp.8322103s>
- Moral, M. de la V., García, A., Cuetos, G., & Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 8(2). <https://doi.org/10.23923/j.rips.2017.08.009>
- Moral, M. V., & Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33(2).
- Niño, D., & Abaunza, N. (2015). Relación entre dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Psiconex Psicología, Psicoanálisis y Conexiones*, 7(10).
- Real Academia Española. (2023). Real Academia Española: Diccionario de la lengua española. Versión 23.6 En Línea.
- Relación entre dependencia emocional y maltrato psicológico en forma de victimización y agresión en jóvenes. (2019). *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 10(2). <https://doi.org/10.23923/j.rips.2019.02.027>
- Rodríguez de Medina Quevedo, I. (2013). La dependencia emocional en las relaciones interpersonales. *ReiDoCrea: Revista Electrónica de Investigación Docencia Creativa*. <https://doi.org/10.30827/Digibug.27754>

- Rosas-Muñoz, O. A., Arrambí-Díaz, C., Luna-Bernal, I. J., & Lugo-Valenzuela, R. (2022). Dependencia emocional y violencia de pareja en usuarias del primer nivel de atención. *Revista Mexicana de Medicina Familiar*, 9(1). <https://doi.org/10.24875/rmf.21000034>
- Salas, J., Bruno, D., Martino, P., Cervigni, M., Faur, P., & Bonet, J. (2021). Funciones ejecutivas en personas con dependencia emocional. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 67(2).
- Solís, X. A., Cortés-Ayala, L., & Vega-Cauich, J. (2021). Dependencia emocional y violencia en el noviazgo en estudiantes preuniversitarios. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 12(1), 29-45.
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., & Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y Estrés*, 23(1). <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2016.11.003>

## Anexos

### Anexo 1

#### Cuestionario de Dependencia Emocional

<b>Género</b>	<b>Estrato</b>
a. Femenino	a. 1
b. Masculino	b. 2
c. otro	c. 3
	d.4
	e.5
<b>Edad</b>	
<b>Estado civil</b>	<b>Actualmente tengo una relación sentimental</b>
Soltero(a)	a. Si
En una relación de noviazgo	b. No
Casado(a)	
Separado(a)	
Divorciado(a)	<b>Anteriormente tuve una relación</b>
Unión libre	a. Si
Viudo(a)	b. No
	<b>Aun no tuve una relación</b>
	a. No (nunca he tenido una relación)
	b. Si (en algún momento de la vida he tenido una relación)

	Completamente falso	La mayor parte falso	Ligeramente más verdadero que falso	Moderadamente verdadero	La mayor parte verdadero	Me describe perfectamente
Me siento desamparado cuando estoy solo						

Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja						
Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla						
Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja						
Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja						
Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo						
Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado						
Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme						
He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje						
Soy alguien necesitado y débil						

Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo						
Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás						
Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío						
Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto						
Siento temor a que mi pareja me abandone						
Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella						
Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo						
Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo						
No tolero la soledad						
Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro						

Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella						
Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja						
Me divierto solo cuando estoy con mi pareja						

## Anexo 2

### Consentimiento informado

Yo, \_\_\_\_\_ en calidad de participante, doy mi consentimiento voluntario para para participar en una investigación psicológica a través de la aplicación del cuestionario dependencia emocional (CDE). Entiendo que el propósito de esta investigación es calcular la prevalencia de la dependencia emocional en estudiantes universitarios de octavo semestre del programa de psicología en Unilasallista Corporación Universitaria en el 2023-2.

Conozco que:

La prueba consiste en responder a una serie de preguntas proporcionadas a través de la aplicación Google Forms. Se espera que complete todas las actividades de la prueba con sinceridad y honestidad.

Toda la respuestas y datos recopilados durante esta prueba se mantendrán estrictamente confidenciales. Los resultados se utilizarán únicamente para fines de investigación y no se compartirán con terceros sin su consentimiento, a menos que sea requerido por la ley.

No se harán retribuciones económicas por la participación en esta investigación.

No se anticipan riesgos significativos asociados con esta prueba psicológica. Los beneficios incluyen contribuir al avance de la investigación psicológica y posiblemente una mayor comprensión de mí mismo.

Si tengo preguntas o inquietudes sobre este estudio o sus resultados, puedo comunicarme con Lorena Hernández Molina al número de teléfono 3016683876 para obtener más información.

Mi participación en esta prueba psicológica es completamente voluntaria y tengo el derecho de retirarme en cualquier momento sin penalización. Afirmo que no estoy bajo la influencia de sustancias psicoactivas y en ninguna otra condición que pueda afectar mi capacidad para comprender y participar en esta prueba de manera adecuada.

Por lo tanto, otorgo mi consentimiento libre y voluntario para la aplicación de esta prueba psicométrica y la utilización de los resultados con los fines previamente descritos.

Firma

---

Cédula

---