



Universidad
Nacional
de Loja

Universidad Nacional de Loja

Facultad de Salud Humana

Carrera de Psicología Clínica

Causas y efectos de la dependencia emocional en relaciones de parejas adultas

Trabajo de Integración Curricular,
previo a la obtención del título de
Licenciada en Psicología Clínica

AUTORA:

Grace Doménica Uchuari Angamarca

DIRECTORA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR:

Dra. Anabel Elisa Larriva Borrero Mgtr.

LOJA – ECUADOR

2023

Certificación del Trabajo de Integración Curricular

Loja, 05 de Noviembre de 2023

Dra. Anabel Elisa Larriva Borrero Mgtr.

DIRECTORA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICO

Que he revisado y orientado en todo el proceso de elaboración del trabajo de Integración curricular denominado “**Causas y efectos de la dependencia emocional en relaciones de parejas adultas**”, previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología Clínica, de autoría de la estudiante **Grace Doménica Uchuari Angamarca, con cédula de identidad Nro. 1105867756**, una vez que el trabajo cumple con todos los requisitos exigidos por la Universidad Nacional de Loja. En consecuencia, certifico que el Trabajo de Integración Curricular ha sido **culminado y aprobado**, para el efecto, autorizo la presentación del mismo para la respectiva sustentación y defensa.

ANABEL ELISA

LARRIVA BORRERO

DIRECTORA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Firmado digitalmente por ANABEL ELISA LARRIVA
BORRERO
Nombre de reconocimiento (DN): cn=ANABEL ELISA
LARRIVA BORRERO, serialNumber=170822093443,
ou=ENTIDAD DE CERTIFICACION DE INFORMACION,
o=SECURITY DATA S.A. 2, c=EC
Fecha: 2023.11.23 11:48:56 -05'00'

Autoría del Trabajo de Integración Curricular

Yo, **Grace Doménica Uchuari Angamarca**, declaro ser autora del presente Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos y acciones legales, por el contenido del mismo. Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular, en el Repositorio Digital Institucional–Biblioteca Virtual.

Firma:



Cédula de Identidad: 110586775-6

Fecha: 25 de Noviembre del 2023

Correo electrónico: grace.uchuari@unl.edu.ec

Teléfono o Celular: 0981231321

Carta de Autorización

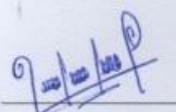
Carta de autorización por parte de la autora, para consulta, reproducción parcial o total y/o publicación electrónica del texto completo, del Trabajo de Integración Curricular.

Yo, **Grace Doménica Uchuari Angamarca** declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular denominado **Causas y efectos de la dependencia emocional en relaciones de parejas adultas**, como requisito para optar el título de **Licenciada en Psicología Clínica** autorizo al sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que, con fines académicos muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, suscribo, en la ciudad de Loja, a los veinticinco días del mes de Noviembre del dos mil veintitrés.

Firma: 

Autor: Grace Doménica Uchuari Angamarca

Cédula: 110586775-6

Dirección: Plateado Bajo (Avenida Ángel Felicísimo Rojas/SN)

Correo electrónico: grace.uchuari@unl.edu.ec

Teléfono: 07-2552320

Celular: 0981231321

DATOS COPLEMENTARIOS:

Directora de Trabajo de Integración Curricular: Dra. Anabel Elisa Larriva Borrero Mgtr.

Dedicatoria

El presente Trabajo de Integración Curricular está dedicado principalmente a Dios por ser el soporte fundamental dentro de este proceso, ya que fue el que me acompañó siempre y me levantó de mi continuo tropiezo, es más, me sigue brindando de su infinito amor y gracia, razón por la cual he podido llegar hasta este punto.

A mis padres por su apoyo incondicional en mi vida, por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad, muchos de mis logros son debido a su gran esfuerzo, ya que ellos estuvieron en todo momento, ya sea feliz o triste, conmigo de la mano pese a las dificultades que existieron de por medio, hemos podido afrontarlas juntos.

A mis hermanos y hermana por su apoyo de manera incondicional y su gran amor hacia mí.

A mi abuelito Ángel por siempre brindarme un soporte en todos los aspectos posibles y siempre estar presente para mí cuando lo necesitaba, además a mi abuelita Evangelina como le gustaba que le llamasen, ella un ser humano integro, lleno de amor y muy perseverante, fue primordial dentro de mi formación y fue mi motivación para cuando quería renunciar.

A mis tíos y prima por estar presentes de una u otra forma brindando fuerza para que no desfallezca dentro de este proceso, especialmente a mi tío José Luis que su ayuda estuvo presente incesantemente.

Por último, pero no menos importante a mis amigas y amigos que me brindaron de su apoyo en momentos de difíciles y de gran presión, aunque también tuve el privilegio de compartir alegrías y tristezas con los mismos “un amigo fiel es una protección segura el que lo encuentra ha encontrado un tesoro”, considero que hemos aprendido mucho mutuamente en este periodo de tiempo que hemos compartido y ha sido muy enriquecedor no solo para el ámbito personal, sino también en el ámbito profesional.

Grace Doménica Uchuari Angamarca

Agradecimiento

Expreso mi extensa gratitud a la Universidad Nacional De Loja, a la Facultad de Salud Humana a las autoridades, al personal docente que quiénes con dedicación y responsabilidad me impartieron enseñanzas y me brindaron de su conocimiento y apoyo en el transcurso de mi formación profesional.

Agradezco a mi familia, especialmente a mis padres y abuelitos por todo el apoyo que me proporcionaron en todo momento y el no dejarme que desfallezca en el proceso de realización del Trabajo de Integración Curricular.

Agradezco a mis amigas y amigos todas las experiencias enriquecedoras que viví dentro del proceso de formación que me aportó como ser humano y como profesional.

Por último, agradezco a Morat que con sus versos me impulsaron a investigar más acerca de las problemáticas que abarcan en sus canciones “*Y aunque duela ser sincero si tu amor es ciego, te vas a estrellar*”, además del impulso brindado para la ejecución de mi Trabajo de Integración Curricular.

Grace Doménica Uchuari Angamarca

Índice de contenidos

Contenido

Portada	i
Certificación del Trabajo de Integración Curricular	ii
Autoría del Trabajo de Integración Curricular.....	iii
Carta de Autorización	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento	vi
Índice de contenidos	vii
Índice de tablas	ix
Índice de anexos	x
1. Título	1
2. Resumen	2
3. Introducción.....	4
4. Marco teórico.....	7
4.1 Capítulo 1: Dependencia Emocional.....	7
4.1.1 Amor en pareja.....	7
4.1.1.1 Parejas	7
4.1.1.2 Fases en las relaciones de pareja de los dependientes emocionales	10
4.1.2 Dependencia emocional	11
4.1.3 Características dependientes emocionales	12
4.1.3.1 Causas dependencia emocional.....	14
4.1.4 Vínculos afectivos.....	14
4.1.5 Apego	15
4.1.5.1 Tipos de apego	17
4.1.5.2 Componentes del apego	18
4.1.6 Codependencia	18

5.	Metodología.....	20
5.1	Enfoque y diseño de la investigación.....	20
5.2	Tipo de investigación.....	20
5.3	Área de estudio.....	20
5.4	Población.....	20
5.5	Muestra.....	20
5.6	Criterios de inclusión.....	21
5.7	Criterios de exclusión.....	21
5.8	Técnicas e instrumentos para recolección de datos.....	21
5.9	Procedimiento por objetivos.....	21
5.9.1	Fase 1.....	21
5.9.2	Fase 2.....	21
5.9.3	Fase 3.....	22
6.	Resultados.....	23
7.	Discusión.....	29
8.	Conclusiones.....	32
9.	Recomendaciones.....	34
10.	Bibliografía.....	35
11.	Anexos.....	40

Índice de tablas

Tabla.1 Evidencia científica sobre las causas y efectos de la dependencia emocional en relaciones de pareja.....	23
Tabla.2 Causas y efectos predominantes en la dependencia emocional en relaciones de pareja.	25
Tabla.3 Prevalencia de la dependencia emocional en las relaciones de pareja.....	28

Índice de anexos

Anexo 1 Pertinencia del Trabajo de Integración Curricular	40
Anexo 2 Informe de Estructura y pertinencia otorgado por la directora del Trabajo de Integración Curricular.....	41
Anexo 3 Certificado del Abstract	42
Anexo 4 Diagrama de Flujo	43
Anexo 5 Base de datos complementarios de los artículos científicos	44

1. Título

Causas y efectos de la dependencia emocional en relaciones de parejas adultas.

2. Resumen

La dependencia emocional es considerada como un modelo crónico perdurable basado en la asimetría de roles en pareja, donde un individuo posee rasgos codependientes y por lo general su pareja presenta demandas afectivas frustradas, mismas que se pretenden subsanar a través de relaciones interpersonales. El objetivo de este estudio fue describir por medio de la evidencia científica las causas y efectos que generan la dependencia emocional en las relaciones de parejas adultas e identificar el mayor predominio de las mismas, además de cuantificar la prevalencia de la dependencia emocional. El presente trabajo de integración curricular es una revisión bibliográfica que se direccionó mediante un enfoque mixto ya que, a partir de conceptos, teorías y demás apartados se describió y cuantificó las variables propuestas con anticipación, de igual forma, se llevó a cabo un diseño de investigación no experimental, además el estudio fue de corte transversal. La población de estudio fue toda aquella evidencia científica publicada en bases de datos como Redalyc, Scielo, Science Direct de los cuales se seleccionó una muestra de 10 artículos científicos relacionados a las variables de estudio, en donde se evidencia que las causas de la dependencia emocional son debatibles, ya que estas varían de acuerdo a las experiencias vividas de cada individuo, a continuación serán mencionadas progresivamente las más relevantes: apego, impulsividad, violencia, estado civil y la sumisión; mismas que pueden generar efectos como la ansiedad, falta de autonomía y el juicio distorsionado de la realidad.. Concluyendo que la dependencia emocional es un patrón desadaptativo de la conducta, por ende, llega a desequilibrar los roles sobre los que se sustenta la relación produciendo conductas inadecuadas con la finalidad de preservar el vínculo.

Palabras clave: *vínculos afectivos, patrón desadaptativo, amor, codependencia, dependencia afectiva.*

Abstract

Emotional dependence is considered a chronic lasting model based on the asymmetry of roles in couples, where an individual has codependent traits and, in general, his or her partner presents frustrated affective demands, which are intended to be solved through interpersonal relationships. The objective of this study was to describe by means of scientific evidence the causes and effects that generate emotional dependence in adult couple relationships and to identify the major predominance of these, in addition to quantifying the prevalence of emotional dependence. The present work of curricular integration is a bibliographic review that was directed by means of a mixed approach since, from concepts, theories, and other sections, the variables proposed in advance were described and quantified, likewise, a non-experimental research design was carried out, and the study was of transversal cut. The study population was all the scientific evidence published in databases such as Redalyc, Scielo, Science Direct, from which a sample of 10 scientific articles related to the study variables was selected, where it is evident that the causes of emotional dependence are debatable since they vary according to the lived experiences of each individual, the most relevant will be mentioned progressively: attachment, impulsivity, violence, marital status, and submission; which can generate effects such as anxiety, lack of autonomy and distorted judgment of reality. Concluding that emotional dependence is a maladaptive pattern of behavior, therefore, it unbalances the roles on which the relationship is based producing inadequate behaviors with the purpose of preserving the bond.

Keywords: *affective bonds, maladaptive pattern, love, codependence, affective dependence.*

3. Introducción

La presente investigación tendrá su fundamento en las relaciones de pareja misma que es apreciada como una relación social monogámica explícita que se da por un acuerdo mutuo entre dos personas, dentro de la cual se abarcan diversos sentimientos y emociones (Arrigoni y Páramo, 2018). Sin embargo, Urbiola *et al.* (2019) refiere que en algunos casos se puede llegar a dar una modificación en esta dinámica de roles y por ende se evidencia subordinación de la persona dependiente, dando como resultado este patrón disfuncional, mismo que se caracteriza por una búsqueda constante de expresiones y demostraciones de afecto por parte de la pareja, abarcando dependencia emocional como una problemática usual en la sociedad, caracterizado como un patrón de comportamiento que está basado en carencias afectivas, mismo que es visto como un modelo que incluye aspectos cognitivos, emocionales, motivacionales y conductuales (Lemos Hoyos *et al.*, 2012) se caracteriza como un patrón crónico de necesidad afectiva insatisfecha, inseguridad, desvalorización, subordinación, misma que conlleva a que una persona busque de manera desesperada la forma de compensar este vacío, a través de relaciones interpersonales cercanas (Carey y Cohen, 2015), cabe recalcar que la experiencia de cada individuo es diferente, ya que existe la posibilidad que sus relaciones puedan ser una fuente de conflicto e incomodidad y así dar como resultado el desarrollo de relaciones tóxicas e incluso destructivas, en contraparte se destaca que cuando estos vínculos afectivos son sanos están ligados con el bienestar mutuo de la pareja (Laca y Mejia, 2017). Además cuando los noviazgos son conflictivos se involucran conceptos equívocos sobre el amor, la vida de pareja y autoconcepto sobre sí mismo, dando como resultado creencias erróneas a quienes presentan este patrón de comportamiento, ya que conciben que solo pueden pensar en la vida si están en una relación de pareja, incluso si la misma les causa daño o frustración al no poder satisfacer su vacío emocional (Lemos Hoyos *et al.*, 2012).

Según estudios mencionados con anterioridad se puede afirmar que existe dependencia emocional dentro de las relaciones de pareja y algunos de los factores que pueden tener un gran impacto en la misma podrían tener su fundamento en la familia (función o disfunción familiar), ya que se la conoce como un primer sistema social organizado que incluye integración y convivencia entre los miembros que la conforman de este modo se puede determinar estadísticamente los posibles factores predominantes de un dependiente, y como los mismos influyen tanto en la bienestar físico como en el emocional, relacional, además de

la vinculación afectiva (Apego seguro o inseguro), en particular el apego es un fenómeno limitado a actividades tempranas en la que seres vivos de diversas especies, incluidos los humanos buscan activamente una figura protectora (Paolicchi *et al.*, 2015). Es por eso que las causas de la dependencia emocional son discutibles, aunque gran parte de la literatura las sitúa en la infancia ya que puede representar un factor desencadenante y convertirse en un factor mantenedor a lo largo de las etapas evolutivas y de esta forma ir fortaleciendo ciertos patrones disfuncionales en la edad adulta, es decir el amor puede convertirse en una necesidad y en base a esto surgir conflictos, como es el caso de las personas que han desarrollado patrones de apego disfuncionales y son emocionalmente dependientes, esta interrelación contribuye a la manifestación de síntomas psicopatológicos falta de límites, autosuficiencia, resentimiento, traumas infantiles, tiempo de relación, sentimientos negativos, además se encuentra asociada con componentes como estado civil, nivel socioeconómico, edad, escolaridad, ocupación, género, pudiendo el conglomerado de varias de estas causas conducir a la aparición de ciertos rasgos propios de dependencia emocional (Rocha Narvaez *et al.*, 2019).

A nivel internacional, los estudios sobre la violencia en las relaciones románticas juveniles indican que este fenómeno afecta a parte importante de esta población (Organización Mundial de la Salud OMS, 2011) a nivel mundial, se estima que la prevalencia de la violencia de pareja oscila entre el 23,2% en los países de ingresos altos y el 24,6% en la región del Pacífico Occidental, al 37% en la región del Mediterráneo Oriental y el 37,7% en la región de Asia Sudoriental (ONU, 2017) asimismo un estudio realizado en Sudáfrica, donde 42 % de las mujeres y 38% de los hombres refirieron haber sido víctimas de violencia física en el noviazgo (OMS, 2012).

El género ha sido definido social y culturalmente como una categoría que distingue a mujeres y hombres y nos permite establecer roles definidos para cada género. (Ramirez, Alarcón, y Ortega, 2021) tradicionalmente se ha pensado que la violencia es un problema exclusivo de la mujer (Santamaría *et al.*, 2015) sin embargo, también hay evidencia de esto aunque menos publicado, se nota que los hombres también son víctimas, y que cada vez más personas se atreve a denunciar (Rojas Andrade *et al.*, 2013). Además el maltrato psicológico se refiere a degradar o controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones a través de manipulación o intimidación directa o indirecta, humillación, aislamiento o cualquier otro comportamiento que pueda perjudicar la salud mental, la autodeterminación o el crecimiento personal de la persona, estas acciones direccionan a la pérdida de valor o al sufrimiento;

manifestándose en exigir sumisión, tratando de convencer a la víctima de que es responsable de algo, limitando o reteniendo dinero, entre otras, además de tener un componente verbal que engloba insultos, gritos, desprecio por su vida hasta el momento, su personalidad, su forma de vestir y no verbal que abarca gestos de negación, miradas agresivas ya través de expresiones de celos.(Pérez Martínez y Hernández Marín, 2009)

En un estudio realizado recientemente se han encontrado resultados parecidos en adolescentes que a los 14 años mostraban más seguridad con respecto a las relaciones de apego en relación a los padres e iguales, manifestaban un estilo de apego más seguro en la pareja a los 22 años (Pascuzzo K, 2013).

En base a lo antes mencionado, se establece la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son las causas y efectos que genera la dependencia emocional en las relaciones de parejas adultas?

Dicho aquello, se denota la relevancia de llevar a cabo la investigación, misma que aportará con información significativa de cada una de las variables establecidas con la finalidad de predisponer a un mejor entendimiento y conocimiento en la sociedad, asimismo, se proporcionará datos estadísticos de alta confiabilidad que permitan orientar a futuros investigadores a intervenir frente a esta problemática, misma que no se encuentra aislada de la realidad. Incluso con la limitada investigación existente, el proyecto ayudará a la solución de problemas a través enfoque integrado y dinámico.

Por otro lado, la investigación es viable debido a que existen diversos estudios científicos que avalan la presente investigación, cabe recalcar que es factible realizar la misma ya que denota un nuevo enfoque; así mismo, la investigación favorecerá directamente a personas dependientes dentro de una relación afectiva e indirectamente a su entorno y relaciones interpersonales, debido a que permitirá que se reconozcan algunos de los factores prevalentes para ciertas conductas desadaptativas además de sus efectos. Conforme a aquello, la Universidad Nacional de Loja contempla líneas de investigación por carrera, en el caso específico de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de la Salud Humana sustenta su Plan de líneas de investigación, misma que el presente estudio investigativo incluye la sublínea de Promoción de la Salud y enfermedades no transmisibles.

4. Marco teórico

4.1 Capítulo 1: Dependencia Emocional

4.1.1 *Amor en pareja*

El amor es concebido a nivel general como una de las emociones más complejas e importantes para las personas (Polizzi, 2016) sin embargo es un tema al cual no se le ha brindado la importancia adecuada, además se convierte en una problemática común dentro de la sociedad actual debido a su concepción la cual debe llenar expectativas y necesidades encapsuladas a la perfección, creando un amor ideal e irreal. (Barrios y Pinto, 2008).

La concepción de un amor romántico se basa en que debe poseer emociones fuertes de por medio (drama), además de ser controvertido e inesperado (pasional), se ve como si fuera único e inigualable, resultado de este conglomerado de características llega doler y dañar de tal forma en que inestabiliza a la persona, es aquí donde remarcan conceptos como la razón, y se lo define como un sentimiento que se da como resultado de una emoción e impulsa a perder los estribos y se lo cataloga fuera del dominio del individuo, además el enamoramiento por su parte es un estado de frenesí y sobrevaloración del amor romántico, que surge como resultado de concepciones sociales, aquí está de por medio el matrimonio que hace años atrás cumplió funciones emancipadoras y se destaca como el vínculo que tiene la posibilidad de ser liberador o dañino (García Vázquez, 2018).

4.1.1.1 *Parejas*

Se expone al noviazgo como una de las experiencias universales más gratificantes en la vida de una persona, desde el inicio de los tiempos ha sido un fenómeno bastante estudiado, la misma se fundamenta en tres componentes sociales como son el compromiso, la intimidad, el romance y uno biológico como es el amor (Maureira, 2011). Una relación de pareja es un vínculo que perdura en el tiempo, capaz de sostener y superar conflicto, a diferencia de la relación de pareja breve dónde solo es importante encontrar la satisfacción inmediata, aunque es importante plantear que depende de cada época y cultura, ya que son factores fundamentales que afectan en gran manera al momento de establecer y consolidar vínculos de pareja (Blandón y Lopez, 2014).

Existen diversas teorías que abordan la relación amorosa una de las más relevantes es la teoría triangular del amor donde depende la fluctuación de sus factores los mismos que difieren a través del transcurso de la relación, entre estos factores menciona la intimidad que es identificado como el vértice superior del triángulo que alude a sentimientos de cercanía, apoyo, incondicionalidad, comunicación, vínculos y acercamiento mutuo en la relación de

pareja, representada por la acción, tales son vivencias del presente pero también aborda vivencias de experiencias amorosas pasadas, en segundo lugar está la pasión que se identifica como el vértice izquierdo del triángulo donde tiene relación con aspectos tales como con el romance, la atracción física, la consumación sexual, las necesidades de entrega, autoestima, pertenencia, sumisión, deseo y satisfacción sexual, el mismo que puede darse como resultado de aspectos fisiológicos como psicológicos dentro de la dinámica de la pareja, y para finalizar está el compromiso identificado como el vértice derecho del triángulo que manifiesta firmeza en la decisión de amar a la pareja y responsabilidad de mantener ese amor (Polizzi, 2016).

Se consideran diversos estilos del amor dentro de los cuales nos centraremos en una teoría que abarca tres definiciones de estilos primarios del amor Eros esta definición hace alusión a las personas que demuestran su amor de forma intensa y rápida, se sienten atraídos cuando conocen a alguien que coincide con su tipo de cuerpo preferido (Hoffmeister et al., 2019), es decir el grado de compromiso se da en base al despertar fisiológico y la fuerza con la que se puede vivir la excitación sexual en armonía con la pareja (García et al., 2010) la segunda definición que es Ludos se enmarca por la definición de amor sin compromiso, con la posibilidad de amar a más de una persona por igual y concomitantemente (Hoffmeister et al., 2019), este se fundamenta en el llamado juego del amor donde le gusta entrar y estar presente pero cuando se ve próximo a encapsularse en una responsabilidad sentimental a largo plazo se retira y busca nuevas relaciones que no interfieran con su independencia (García et al., 2010) y para finalizar Storge se relaciona con socios que se conocen primero como amigos, a sólo después de tener relaciones sexuales (Hoffmeister et al., 2019), debido a que su nivel de compromiso es creciente depende mucho de la convivencia y el compartir de actividades diversiones, logros, metas, sueños (García et al., 2010).

La posibilidad de combinar estos tres estilos primarios forman otras seis, caracterizadas como secundarias, en primer lugar está Manía que es una combinación entre Eros y Ludus que se refiere a la manifestación del amor de forma exagerada y a través de los celos, siendo irracional y dependiente, una vez que las personas desean amar, pero temen que el amor pueda generar sufrimiento (Hoffmeister et al., 2019) este estilo es una mezcla de sensualidad y sexualidad es característico por ser posesivo controlador, manipulador aunque sin ningún compromiso de por medio (García et al., 2010), en segundo lugar está Pragma y es una combinación entre Ludus y Storge, de la cual se busca una pareja con características similares: edad, clase social, escolaridad (Hoffmeister et al., 2019); además está en proceso la planificación y de por medio implica compromisos paralelamente hace una elección exhaustiva

a lo que respecta a su pareja, tiene un alto nivel de exigencia es por eso que busca personas que en mayor medida sean completamente compatibles, ante tal factor su nivel de compromiso se queda en el intento, busca una relación a largo plazo, aunque solo alcanza la etapa de planeación, ya que a medida que va evolucionando a etapas más avanzadas la relación, el desinterés mutuo puede llegar a dominarla (García et al., 2010) como tercero está el estilo Ágape que es una combinación entre Eros y Storge, que implica entregarse a los demás sin necesidad de cobrar cuidado mutuo (Hoffmeister et al., 2019); sacrificio por el otro y la entrega total que ambos estilos tienen para alcanzar lo que se proponen se puede desarrollar a corto plazo expresándose bajo una actitud de sacrificio busca el bienestar de su pareja sobre el suyo, en cambio a largo plazo abarca conductas encaminadas hacia el compromiso e intimidad (García et al., 2010), como cuarto está Predominio de Storge y es una combinación entre Storge y Eros, amor centrado en el afecto y el cuidado del otro no hay necesidad de intimidad sexual, en quinto lugar está el Predominio de Ludus que es una combinación entre Ludus y Eros, que se refiere a la facilidad de conocer a otras personas y experimentar diferentes tipos de relaciones, sin mostrar sentimientos, para finalizar está el Predominio de Storge el mismo que es una combinación entre Storge y Ludus, en el que no hay tendencia al cambio en la relación diaria con miras a complacer a la pareja, lo que lleva a una relación placentera para la pareja (Hoffmeister *et al.*, 2019).

En base a los estilos de amor antes descritos se estable siete tipos de amor entre los cuales se menciona como número uno el cariño que es la relación donde existe un alto grado de intimidad, de verdadera amistad, pero sin la pasión y el compromiso a largo plazo, como segundo punto está presente el encaprichamiento donde se describe como una relación con alto grado de pasión, pero sin intimidad y compromiso, por lo cual tiende a desintegrarse con facilidad, como tercero está en amor vacío que hace referencia a una relación con un alto grado de compromiso, pero sin intimidad y sin pasión, en cuarto lugar está el amor romántico esta relación se afianza en la intimidad y la pasión, como quinto está presente el amor sociable que abarca una relación en donde existe la intimidad y el compromiso, pero no hay pasión, es común observar este fenómeno en matrimonios de largo duración, además se menciona el amor fatuo mismo que es una relación basada en la pasión y el compromiso, para finalizar el amor consumado que alude a una relación en donde podemos observar los tres componentes: intimidad, pasión y compromiso (Maureira, 2011).

El amor es una experiencia que se vive y no puede ser de otra manera; por más que el ser humano busque explicaciones, es imposible identificar las razones del amor o por que surge esta emoción (Ángela Serrano Sarmiento, 2019).

Además para fortalecer esta definición se señala que el amor es valorado como un sentimiento vital y de trayectoria a largo plazo, siendo conceptualizado como una de las emociones más intensas y deseables (Moral Jiménez et al., 2018), visto desde otra perspectiva la idea de Amor Romántico influye y dirige más la vida de las mujeres, cabe destacar que abarca también a los hombres (García Vázquez, 2018).

4.1.1.2 Fases en las relaciones de pareja de los dependientes emocionales

Las personas emocionalmente dependientes pasan por varias etapas, y si no las superan, seguirán buscando la relación perfecta, sin darse cuenta de que los verdaderos problemas que enfrentan y las soluciones están dentro de sí mismos y no fuera.

Fase 1: Euforia. Ilusión exagerada. El oficinista encuentra por fin al hombre que considera ideal, su salvador, que lo libra de la soledad y, sobre todo, del malestar emocional. Es un amor perfecto, un amor seguro, aunque sepan muy poco.

Fase 2: Presentación. La fase anterior ya ha comenzado, aquí se intensifica. El dependiente se involucra en la dinámica de sumisión y entrega como muestra de respeto por la otra persona, como medio para fortalecer y preservar la relación posteriormente. Solo haces lo que la otra persona quiere, como y cuando tú quieres.

Fase 3: Deterioro. Esta suele ser la etapa más larga. Los roles previamente asumidos se deterioran. Por un lado, la obediencia es mucho mayor, y por otro lado, el dominio es mucho mayor. Las personas emocionalmente dependientes aquí ya sufren estas imágenes. Hubo un tiempo en que un funcionario tenía que lidiar con mucho más de lo que inicialmente estaba preparado. Es aquí donde la autoestima de la persona emocionalmente dependiente se ve más afectada.

Fase 4: Accidente y síndrome de abstinencia. La mayoría de las veces, aunque pueda parecer extraño, no es la persona emocionalmente dependiente la que destruye la relación, sino la otra parte. Lo hace porque ha encontrado a otra persona o porque está aburrido de la situación. Aquí es donde entra en juego lo que llamamos "síndrome de abstinencia", una mezcla de soledad y dolor tras una ruptura e intentar reavivar una relación.

Fase 5: Condiciones de Transición. Durante o poco después del síndrome de abstinencia, la persona emocionalmente dependiente puede comenzar a luchar contra la depresión. Lo harás como siempre lo has hecho. Buscará a cualquier candidato que quiera construir una relación. Esto ayudará a aliviar el dolor de abstinencia y la soledad. Pero debido a que no encajan, en lugar de llenar el vacío que sienten, seguirán buscando hasta que encuentren el "ajuste perfecto".

Fase 6: Reiniciar el ciclo. Tras las acciones anteriores, el funcionario encontró a una persona "idónea" para su nuevo objeto. Aquí el proceso vuelve a iniciar sus fases (tensión, sumisión, deterioro, etc.) (Castello, 2005).

4.1.2 Dependencia emocional

“La Dependencia emocional ha sido considerada en repetidas oportunidades como un fenómeno asociado a diversos problemas psicológicos” (Marín Ocmin, 2019, p.86)

Actualmente la vida relacional y socioafectiva ha sido sometida a varios cambios en los que se refiere a su conceptualización en las que se ha llegado a normalizar ciertos comportamientos problemáticos dentro de las relaciones interpersonales que han pasado a formar parte de la vida cotidiana (Moral Jiménez et al., 2018), por otra lado el abarcar dependencia emocional implica tener conocimiento de algunas definiciones planteadas con fundamento científico y verídico es por eso que se darán a conocer a continuación diversas conceptualizaciones acerca del tema. En primera instancia se indica que la dependencia emocional, está relacionada con la necesidad de afecto y protección, existen dos posibilidades que pueden dar como resultado de esta relación, ambas influyen en gran manera en la funcionalidad del individuo, la primera es que si la persona dependiente satisface su necesidad emocional como resultado obtendrá el mejorar diversas áreas de su vida, tales autoestima, vitalidad, motivación de hacer sus actividades de su día a día; a diferencia del segundo resultado, que se da cuando hay una ruptura, la persona dependiente puede llegar a distorsionar ámbitos de su vida familiar, social, afectiva y profesional (Contreras Rivera, 2021).

Además como Moral Jiménez et al., (2018) delimitó a la dependencia emocional como una serie de trastornos caracterizados por una manifestación de comportamiento adictivo dentro de las relaciones interpersonales y además se mencionó que el reconocimiento de emociones a nivel psicosocial y emocional, es propiciado por la intimidad. El problema se ve exacerbado cuando el sujeto está dominado por esta necesidad afectiva, empieza priorizar el bienestar de la otra persona, antes que el suyo, estudios han demostrado que el apego

emocional está viciado por el miedo a la pérdida, la soledad y el abandono, lo que hace que el sujeto sea extremadamente vulnerable y patológico con un visible daño clínicamente significativo que afectó de diversas formas a sus áreas de desenvolvimiento.

Asimismo fue definido como un patrón repetitivo de carencias afectivas que dan como resultado a personas que buscan llenar este vacío con relaciones sentimentales (Quispe et al., 2021) técnicamente fue conceptualizado como un patrón relacional caracterizado por conductas adictivas en las relaciones interpersonales basadas en la asimetría de roles y actitudes dependientes asociadas a otro sujetos dependientes, las dependencias afectivas asumen un mal comportamiento condicionado hacia las interrelaciones afectivamente dependientes (Moral Jiménez y Sirvent Ruiz, 2009).

Autores como Hirigoyen asegura que la dependencia emocional se da como resultado del dominio y la manipulación que se da en una pareja violenta, por lo que se crea una adicción real al compañero, que se explica por mecanismos neurobiológicos y psicológicos para evitar el sufrimiento y alcanzar de por medio cierta serenidad. Una definición general habla paralelamente de la dependencia emocional con los trastornos adictivos ya que existen similitudes de por medio, ya que se incluyen síntomas tales como abstinencia, ansias, intentos fallidos de terminar una relación, y presentan comorbilidad con psicopatologías como la depresión y ansiedad que normalmente están asociadas con el miedo de la pérdida y separación de los demás (Quispe et al., 2021).

4.1.3 Características dependientes emocionales

“Las Dependencias Sentimentales (DS) representan un comportamiento desadaptativo contingente a una interrelación afectivodependiente y se caracterizan tanto por elementos típicamente adictofílicos, tales como el vacío emocional, los síntomas de abstinencia o el craving, como por componentes vinculares y cognitivo-afectivos”. (Valle y Villa, 2018, p.27)

Afectan pues a las relaciones y la propia persona, algunas de las características comunes de personas dependientes emocionales son la necesidad ávida del otro, un apego afectivo y una preocupación a gran escala por agradar a la pareja de la que se depende, así como la manifestación de sentimientos negativos (culpa, abandono, sentimientos de inevitabilidad, etc).

Otros indicadores son el autoengaño, la impotencia emocional, el mal humor, los delirios y la excitación excesiva en lo que respecta a su relación de pareja, en la cual tienden a

adoptar un rol subordinado, asociado a su vez a una progresiva anulación personal. Como características distintivas de las personas emocionalmente dependientes son la posesividad en las relaciones, en las que se sienten muy agobiados emocionalmente por la anulación personal que ellos infringen sobre sí mismos, son incapaces de romper la relación, colocar límites sanos para su estabilidad, además una voracidad de amor y cariño. En el caso del colectivo juvenil, la prolongación artificial de la adolescencia en sociedades en crisis ha dado lugar a un descenso de la competencia emocional en las últimas décadas, experimentando los jóvenes actuales cada vez más problemas emocionales, de ansiedad y de depresión, de ahí la pertinencia de centrar el presente estudio de Dependencia Emocional en población joven (Valle y Villa, 2018).

Según Quispe *et al.* (2021) las mujeres dependientes se caracterizan por hacer uso del autoengaño mientras que los varones dependientes se caracterizan por tener una ambivalencia entre la necesidad de afecto y muestras de agresividad.

Existe un patrón común que siguen las personas con dependencia emocional al momento de elegir a su pareja, usan a estas personas para llenar sus necesidades afectivas y su negación patológica de sí mismos.

- Son fácilmente idealizables

Es la principal debido a que los objetos no son personas idealizables, es decir se les otorgaban cualidades perfectas e irreales a personas más bien que son “comunes” cabe destacar que tienen una elevada autoestima, en contraparte para los individuos con baja autoestima incluidos en este grupo los dependientes emocionales que se caracterizan en repetidas ocasiones por el desprecio hacia sí mismos; es por eso que son polos opuestos que se complementan.

- Narcisistas y explotadores

Esta es una característica única de los individuos que son idealizados por los dependientes emocionales, pero no tienen ningún tipo de relación; narcisismo es el amor y sobrevaloración en gran manera hacia sí mismo, el mismo que desea admiración de su alrededor y conceptualiza las relaciones sanas como adulación hacia allá persona por parte de su pareja, una característica destacable también puede ser que no existe afecto sincero hacia los demás, pero tampoco desean su afecto, sino al contrario es necesario su sumisión y

admiración, es por eso que la satisfacción del narcisista viene del entorno aunque ellos suponen que se nutren de su egolatría.

- Suelen padecer trastornos de la personalidad

Existen personas que son propensas a contar con una patología mental, aunque no sea un requisito indispensable cuentan con algunos rasgos de personalidad, aunque pueden acentuarse con el tiempo como trastornos de personalidad (Castello, 2005).

4.1.3.1 Causas dependencia emocional

En la actualidad la dependencia emocional se considera que puede ser originada en la niñez, al no sentirse amado por las personas más significativas para la o el niño, en este contexto serían sus padres los que le brindarían seguridad o todo lo opuesto, cabe recalcar que esto puede reforzarse a lo largo de las etapas evolutivas. En los últimos años hay jóvenes que muestran privaciones emocionales entre las que se pueden mencionar este aislamiento, insatisfacción, dependencia, baja tolerancia a la frustración, ansiedad, depresión, temor a la soledad, entre otras. Puede notar en ellos que se responsabilizan de los sentimientos de los demás, percibe soledad con pánico, ira y desesperanza; tienen una necesidad constante de cercanía que los motiva a complacer a los demás, incluso si hay maltrato físico y psicológico de por medio, esto con la única finalidad de lograr ser aceptados, protegidos apoyados y evitar ser abandonados (Zárate Depraect et al., 2022).

Al respecto, un estudio encontró que las personas mayores de 18 años experimentan un aumento más pronunciado en el desarrollo de la dependencia, es decir a mayor edad mayor dependencia emocional, misma que se daría como resultado de carencias afectivas que se originan desde una edad temprana, paralelamente de esquema desadaptativo fortalecido; que favorecen a que este problema puede desarrollarse a futuro. Asimismo, los sujetos que han experimentado durante la infancia experiencias familiares traumáticas, llegaron a evidenciar disfuncionalidad en esquema personal y patrones de interacción; de manera que, esta disfuncionalidad se generaliza en todas sus relaciones interpersonales, pero no se la categoriza a gran escala ya que no desconecta a los individuos de la realidad (Marín Ocmin, 2019).

4.1.4 Vínculos afectivos

En este sentido, el término apego adulto se hizo referencia a vínculos tempranos de protección en el desarrollo psicológico del individuo, de modo que el vínculo de apego se

refiere al lazo afectivo en el que la persona vinculada percibe al otro como base de seguridad (Valle y Villa, 2018).

Esto podría explicarse debido a que el apoyo de los padres está relacionado con las actitudes y las características del comportamiento del individuo, así también, está relacionado con una buena autoestima y con un mayor desarrollo cognitivo en los hijos, además también influyen las vivencias negativas y desagradables en el hogar, siendo esta la base para los traumas, aportan a una autodefinición y autovaloración inadecuada del individuo, es por eso que es esperable que las personas que han vivido en un ambiente desfavorable desarrollen una baja autoestima (Zárate Depraect et al., 2022).

Según Bowlby da a conocer la teoría que será descrita a continuación:

La Teoría del vínculo afectivo y el apego de Bowlby la cual sustenta que la afectividad es producto de la tendencia del sujeto a generar vínculos afectivos con el otro, definiéndola como una unión de varios sujetos que se fortalece con el tiempo y que al final se convierte en parte importante de la estructura psíquica del sujeto. Para este autor, el vínculo se desarrolla a medida que se manifiestan nuevas capacidades cognitivas y emocionales; así mismo, sustenta que este será la base para la creación de futuras relaciones en las diversas etapas de la vida. (Zárate Depraect et al., 2022)

Se destacan la importancia de establecer vínculos seguros en los primeros años de vida del ser humano, para así contribuir al desarrollo psíquico y de la personalidad, ya que estos intervienen en ámbitos relacionados con salud, bienestar, ajuste psicológico y construcción de identidad del individuo (Albarracín Gómez y González Suárez, 2020).

“De hecho, los vínculos afectivos sólidos y sanos actúan como factor protector de trayectorias psicopatológicas” (Albarracín Gómez y González Suárez, 2020, p.13)

4.1.5 Apego

“Un concepto fuertemente ligado a las dependencias sentimentales es el del apego.” (Valle y Villa, 2018, p.28)

El modelo propuesto por Bowlby establece que las relaciones con los cuidadores forman patrones de apego que se expresan en relaciones de adulto, y que puede ser, en términos generales, un apego seguro o inseguro, de acuerdo a la calidad de la relación establecida entre el adulto y el bebé. Por lo tanto, el desarrollo temprano se fundamenta en las relaciones,

interacciones con los cuidadores primarios en el caso de ambiente facilitador y eventualmente conduce a la internalización de las relaciones, lo que resulta en la formación del llamado "modelo de acción", que se entiende como un sistema interno las expectativas de uno mismo y de los demás, lo permiten a los niños predicen anticipadamente y dilucidar la conducta de sus figuras de apego (Paolicchi et al., 2015).

Desde la Teoría del Apego se abordan las relaciones afectivas según el grado de seguridad con el que los individuos exploran y se adaptan a su entorno. Dicha seguridad se enmarca en las relaciones significativas que se desarrollan a lo largo del ciclo vital en un ambiente de confianza y que se caracterizan por la comprensión y la receptividad (Valle y Villa, 2018, p.29).

El concepto central de la presente Teoría es el Modelo Operativo Interno (MIO), entendido como el programa cognitivo y afectivo que integra experiencias tanto pasadas como presentes del niño con sus figuras de apego, el mismo tiene relación con los niveles de ansiedad y evitación con la que se enfrentan las relaciones se puede evidenciar dos grupos el que abarca a las personas altamente evitativas tienen miedo a la intimidad y son emocionalmente inestables porque no confían en los demás y no valoran la importancia de las relaciones afectivas y en contraparte las personas altamente ansiosas son descritas como emocionalmente vulnerables, temiendo el abandono y el castigo (Paolicchi et al., 2015).

Según Valle y Villa (2018) dicen que las interacciones con las primeras figuras de apego en la mayoría de los casos sean sus progenitores serán las que determinarán el estilo de apego adulto, mediante la organización de un conjunto de conductas, emociones, sentimientos y respuestas al ambiente que enmarcarán sus relaciones interpersonales y moldearán la conducta del adulto.

Desde una perspectiva evolutiva, este modelo evoluciona a partir de comportamientos establecidos por infantes y luego por adultos para lograr cercanía con personajes apegados en momentos de miedo, ansiedad o estrés directo, convirtiendo estos comportamientos en un estado de supervivencia y autoconservación, los mismos que posibilitan relaciones significativas entre cuidadores y niños, así como entre adultos, como resultado de expresiones mentales internalizadas, definieron patrones o patrones de apego. Para los adultos, estos se denominan modelos internos o mapas de relaciones representativas (Pía, 2017).

“Así, las expectativas de apego afectarán al individuo en su grado de comodidad ante las relaciones íntimas, en sus habilidades de confianza, en su nivel de dependencia y en el temor al abandono”. (Valle y Villa, 2018)

De acuerdo con Bowlby y su cuestionamiento acerca de las teorías psicoanalíticas de las "relaciones objétales". En principio, decidió abandonar el uso de la palabra "objeto" por considerarla una palabra indefinida que daría lugar a diferentes interpretaciones, ya que la palabra objeto estaba tanto relacionada con el concepto innato del otro y las representaciones mentales de la otra persona. Además, un objeto puede verse como un todo o como parte de un objeto, por esta razón no se refiere al cuidador principal como un objeto externo, sino que para este autor es más factible el uso del término "figura de apego" (Paolicchi et al., 2015).

Así, establecer un patrón de apego seguro en la primera infancia permitiría al experimentador reconocerse como una persona valiosa y digna de apego, lo que le permitiría tomar un papel activo en la relación con los demás en una etapa posterior (Valle y Villa, 2018).

Según Pía (2017) aseguró que existe paralelismo entre el apego de un bebé a un cuidador y el apego en una relación marital, que se manifiesta como un deseo de intimidad física, confianza y dependencia de la comodidad y la vista; sin embargo, el apego adulto difiere del apego infantil en muchos aspectos, uno de los cuales es mayoría es un hecho notorio que en las parejas donde la naturaleza de la relación es recíproca, las necesidades afectivas previamente satisfechas del cuidador en la edad adulta se trasladan paulatinamente al compañero significativo y el apego adulto se manifiesta en la calidad de la relación y la regulación de la relación emociones situaciones amenaza o conflicto.

El apego se considera una “regulación emocional dual”, misma que los niños no pueden autorregular, sin embargo, los humanos (a diferencia de otros mamíferos y aves) tardan mucho en distanciarse físicamente de sus cuidadores; por lo tanto, el apego humano es más una cuestión de regulación emocional y confianza que de seguridad física (Galán Rodríguez, 2020).

4.1.5.1 Tipos de apego

Siguiendo el enfoque de Bowlby para describir a uno mismo y a los demás, Valle y Villa (2018) desarrollaron un modelo de cuatro tipos de apego basado en dos dimensiones: miedo al abandono y evitación de la cercanía emocional:

(a) Seguro, capacidad para reconocer necesidades, poder pedir ayuda, además d tener un modelo de sí mismo y de los demás, evidenciando, por tanto, baja ansiedad y evitación ante los contactos interpersonales de mayor intimidad, generalmente cuentan con una mayor cantidad de redes de apoyo.

(b) Desentendido o evitativo, su característica es no reconocer cuando están preocupados ansiosos, se les dificulta en gran manera el hecho de pedir ayuda, además tienden a construir una idea positiva de sí mismo y negativa de los demás, por lo tanto, resuelven conflictos o amenazas de manera independiente esto da como resultado distanciamiento emocional y alta evitación afectiva.

(c) Preocupado, con una idea negativa de sí y positiva de los demás, acompañada de alta ansiedad y baja evitación.

(d) Temeroso, con una idea negativa tanto de sí como de los otros, asociado a alta ansiedad y alta evitación.

4.1.5.2 Componentes del apego

El apego es un sistema que consta de varios elementos:

El componente conductual (comportamiento de apego) a través del cual se intenta mantener el contacto y la comunicación con las personas que son más cercanas al individuo, además del componente cognitivo (representación mental de las relaciones), autoimagen e imagen de apego, recuerdos y expectativas sobre estas relaciones es de relevancia debido a que cuando se forman adecuadamente, las representaciones brindan dos características de la relación: incondicional y eficiente, finalmente, el componente emocional donde se destaca sentimientos sobre sí mismo (autoimagen) y sobre la figura de apego, son aquellos que se protegen y dan seguridad frente al medio. Cuando se forma un vínculo seguro, conduce a una sensación de estabilidad y mejora la autoestima, promoviendo la empatía y la comunicación emocional, cabe destacar que las relaciones de apego y la forma en la que se expresan los sentimientos cambian con el pasar de los diferentes estados vitales (Carlos *et al.*, 2021).

4.1.6 Codependencia

A breves rasgos la codependencia la denominó como un estado emocional, psicológico y conductual, a raíz de que una persona haya ejercido control sobre otra, mediante reglas

opresivas, mismas que previenen la abierta expresión de sentimientos al igual que la discusión abierta de problemas personales e interpersonales (Cueto Prieto y Corzo Pérez, 2021).

Por tanto, según Mansilla Izquierdo (2002) afirma que la codependencia es un estado de adicción, además de hacer énfasis en la necesidad de tener el control sobre otra personas que son consideradas como inferiores o con baja autoestima, para así sentir seguridad en si mismos.

5. Metodología

5.1 Enfoque y diseño de la investigación

La presente investigación se direccionará por el enfoque mixto, ya que a partir de conceptos, teorías y demás apartados cuantificaremos las variables propuestas con anticipación, de igual forma, se llevará a cabo un diseño de investigación no experimental, cabe recalcar que no se manipulará intencionalmente la variable independiente para ver su efecto en relación con otras variables (Monje Álvarez, 2011), el estudio será de corte transversal.

5.2 Tipo de investigación

La investigación que se llevará a cabo será documental con un alcance que es de tipo descriptivo ya se direcciona a especificar las propiedades, características y demás de la variable de estudio, para que se pueda llevar a cabo un análisis con el objetivo de establecer su estructura (Gallardo Echenique, 2017), paralelamente se ejecutará un estudio estadístico dónde se va a medir la prevalencia de la Dependencia emocional en relaciones de parejas adultas, sin incluir otras variables externas para obtener los resultados pertinentes (García Sanz y García Meseguer, 2012).

5.3 Área de estudio

La investigación se llevará a cabo con una búsqueda exhaustiva, donde su visión se centrará en artículos con validación científica de países hispanohablantes

5.4 Población

La población se conformó por un grupo de 104 documentos sobre la dependencia emocional en jóvenes adultos, desarrollados entre los 2005 y 2023. Esta búsqueda de documentos científicos, se ubicaron divulgando en revistas indexadas en Dialnet, ProQuest, Redalyc.org y Google académico entre los años antes descritos. Para la selección de las investigaciones, se consideraron como criterio de inclusión estudios experimentales y cuasi experimentales en idioma inglés y español.

5.5 Muestra

Para determinar la muestra, se llevó a cabo un muestreo no probabilístico que tiene fundamento en los criterios de exclusión y de inclusión, pautados para el estudio, mediante el cual se seleccionaron 10 artículos científicos, relacionados con las variables planteadas con anticipación y que se consideraron tenían relevancia investigativa.

5.6 Criterios de inclusión

- Personas que han tenido una relación sentimental.
- Personas que dentro del rango de edad 16-45 años.
- Artículos, documentos, libros científicos que aporten información válida acerca del tema planteado.
- Documentos que entren en el rango de tiempo desde el año 2009 al 2023.
- Artículos en inglés y español.

5.7 Criterios de exclusión

- No se consideró artículos en cuya población abarque niños y adultos mayores.
- Se descartó estudios cuyo acceso era restringido y aquellos que no garantizaban bases científicas.

5.8 Técnicas e instrumentos para recolección de datos

La recopilación de datos fue hecha mediante una búsqueda exhaustiva de varios documentos, artículos científicos y demás fuentes, los que se consideraron pertinentes para la investigación bibliográfica fueron analizados y filtrados correctamente de acuerdo a lo planteado con anticipación, basándose en la información recolectada que incorpora aspectos tales como año de creación y publicación, tipo de investigación, características de la población en los que se desarrolla la investigación, mediante el uso de Prisma.

5.9 Procedimiento por objetivos

5.9.1 Fase 1

Se llevará a cabo una selección de los documentos a ser analizados, mismos que deben proceder de diversas fuentes de información que cuente con validación científica donde puede abarcar: artículos, libros, estudios descriptivos y analíticos desde los buscadores de Redalyc, Scielo y Science Direct.

5.9.2 Fase 2

Para cumplir con este punto, se llevará a cabo una revisión bibliográfica en diversas bases de datos que permitirán obtener documentos relacionados con el tema e identificar las causas y efectos de más predominio de dependencia emocional en relaciones de parejas adultas.

5.9.3 Fase 3

Se realizará una búsqueda documental, donde se analizarán datos con los que se planea conocer la prevalencia de la dependencia emocional en relaciones de parejas adultas, todos los datos serán tabulados

6. Resultados

Objetivo general: Describir por medio de la evidencia científica las causas y efectos de la dependencia emocional en las relaciones de pareja.

Tabla 1

Evidencia científica sobre las causas y efectos de la dependencia emocional en relaciones de pareja.

Total causas y efectos de la dependencia emocional en las relaciones de pareja			
Países	%Dependencia emocional	Causas	Efectos
		Apego	Ansiedad
		Impulsividad	Falta de autonomía
		Violencia	Juicio distorsionado de la realidad
		Estado civil	Conflictos identitarios
		Subordinación	Desconexión emocional
		Trauma infantil	Sentimientos de inferioridad
Ecuador (1),		Tiempo relación	Evitación
Colombia (3),		Edad	Huida
España (3),	24%	Escolaridad	Establecimiento relaciones problemáticas
México (3),		Ocupación	Auto negligencia/ auto descuido
		Sexo	
		Nivel socioeconómico	
		Afectividad pareja	
		Miedo a la soledad	
		Falta de límites	
		Autosuficiencia resentimiento	
		Sentimientos negativos	

Nota: En esta tabla se presentan los resultados de la evidencia científica sobre las causas y efectos de la dependencia emocional en las relaciones de pareja.

En la Tabla 1 se recopila datos de países hispano hablantes (uno en Ecuador, tres en Colombia, tres en España y tres en México) la evidencia científica muestra que un 24% presentan dependencia emocional dentro de sus relaciones de pareja, este patrón de comportamiento se evidencia por diversas causas tales como el apego, impulsividad, violencia, estado civil, sumisión, nivel socioeconómico, afectividad pareja, miedo a la soledad, falta de límites, autosuficiencia, resentimiento, trauma infantil, tiempo relación, edad, escolaridad, ocupación, sexo, sentimientos negativos; además de los efectos evidentes que genera son: ansiedad, falta de autonomía, juicio distorsionado de la realidad, conflictos identitarios, desconexión emocional, evitación, huida, establecimiento relaciones problemáticas, auto negligencia/ auto descuido, sentimientos de inferioridad.

Objetivo específico uno: Identificar causas y efectos con mayor predominio de dependencia emocional en relaciones de parejas..

Tabla 2

Causas y efectos predominantes en la dependencia emocional en relaciones de pareja.

Total causas y efectos con mayor predominio en la dependencia emocional							
Autor/ revista/ año	Causas asociadas a la dependencia emocional	Frecuencia	%	Media total causas	Autor/ revista/ año	Efectos asociados a la dependencia emocional	Frecuencia
(Rocha Narváez et al., 2019)	Apego	5	25,31%		(Rocha Narváez et al., 2019)	Ansiedad	7
(Lozano Sapuy et al., 2016)					(Gallego Donoso et al., 2021)		
(Moral Jiménez et al., 2018)					(Jaller Jaramillo y Lemos Hoyos, 2009)		
(Laca Arocena y Mejia Ceballos, 2017)					(Lozano Sapuy et al., 2016)		
(Del Castillo Arreola et al., 2015)							

(Estévez et al., 2018)	Impulsividad	4	23,04%	(Laca Arocena y Mejia Ceballos, 2017)	33,01%	
(Martín y Moral, 2019)				(Rosas Muñoz et al., 2022)		
(Laca Arocena y Mejia Ceballos, 2017)				(Del Castillo Arreola et al., 2015)		
(Del Castillo Arreola et al., 2015)						
(Gallego Donoso et al., 2021)	Violencia	3	34,96%	(Rosas Muñoz et al., 2022)	Falta de autonomía	3
(Martín y Moral, 2019)				(Del Castillo Arreola et al., 2015)		
(Rosas Muñoz et al., 2022)				(Lozano Sapuy et al., 2016)		
(Rosas Muñoz et al., 2022)	Estado civil	3	34,58%			
(Jaller Jaramillo y Lemos Hoyos, 2009)						
(Moral Jiménez et al., 2018)						

(Laca Arocena y Meja Ceballos, 2017)	Sumisión	2	38,74%	(Moral Jiménez et al., 2018)	Juicio distorsionado de la realidad	2
(Lozano Sapuy et al., 2016)				(Martín y Moral, 2019)		
(Estévez et al., 2018)						

Nota: Esta tabla muestra las causas y efectos con mayor predominio de la dependencia emocional en las relaciones de pareja.

La Tabla 2 identifica las causas y efectos con mayor predominio de la dependencia emocional en las relaciones de pareja., siendo el apego, impulsividad, la violencia, estado civil, sumisión lo que más prevalece en todos los estudios, obteniendo que el apego predomina con 5 estudios que lo validan y un porcentaje de 25,31%, la impulsividad con 4 estudios que lo corroboran además de un porcentaje de 23,04%, la violencia con 3 estudios que lo acreditan y un porcentaje de 34,96%, el estado civil con 2 estudios que lo comprueban y un porcentaje de 34,58% y la sumisión con 2 estudios que lo legitiman y un porcentaje de 38,74%. Además, los efectos encontrados con mayor prevalecían según la frecuencia con la que fueron mencionados en los estudios científicos son la ansiedad que fue citado por 7 estudios diferentes, asimismo la falta de autonomía que fue otro de los efectos más prevalentes con una frecuencia de 3 y para finalizar el juicio distorsionado de la realidad con una frecuencia de 2.

Objetivo específico dos: Conocer la prevalencia de la dependencia emocional en relaciones de parejas adultas.

Tabla 3

Prevalencia de la dependencia emocional en las relaciones de pareja.

	Autor/ revista/ año	País	%	Prevalencia equivalente
1	(Gallego Donoso et al., 2021)	Ecuador	29,0 %	12%
2	(Rocha Narváez et al., 2019)	Colombia	19,7%	8%
3	(Jaller Jaramillo y Lemos Hoyos, 2009)	Colombia	24,6%	10,2%
4	(Lozano Sapuy et al., 2016)	Colombia	42,5%	17,7%
5	(Estévez et al., 2018)	España	27,9%	11,6%
6	(Moral Jiménez et al., 2018)	España	25,8%	11%
7	(Martín y Moral, 2019)	España	21,0%	8,7%
8	(Laca Arocena y Mejia Ceballos, 2017)	México	13,6%	5,6%
9	(Rosas Muñoz et al., 2022)	México	19,7%	8,2%
10	(Del Castillo Arreola et al., 2015)	México	16,2%	7%
TOTAL				24%

Nota: Esta tabla muestra la prevalencia de la dependencia emocional en las relaciones de pareja.

En la Tabla 3 en base a los estudios realizados en países (uno en Ecuador, tres en Colombia, tres en España y tres en México) artículos en inglés y español, se evidencia una prevalencia de dependencia emocional de jóvenes adultos con un porcentaje de 23,95%

7. Discusión

El trabajo de integración curricular es de tipo bibliográfico lo cual se llevó a cabo con la finalidad de describir causas y efectos de la dependencia emocional teniendo como principal eje las relaciones de parejas adultas, siendo así se utilizó 10 artículos científicos.

El objetivo principal del presente estudio que fue describir las causas que generan dependencia emocional en las relaciones de parejas paralelamente con los efectos provocados por este patrón de comportamiento, para llevar a cabo el mismo se realizó una búsqueda exhaustiva en relación a las variables planteadas, los resultados arrojados según varios artículos basados en evidencia científica muestran que la dependencia emocional se exterioriza por diversas causas, tales como: apego, impulsividad, violencia, estado civil, sumisión, nivel socioeconómico, afectividad pareja, miedo a la soledad, falta de límites, autosuficiencia, resentimiento, trauma infantil, tiempo relación, edad, escolaridad, ocupación, sexo, sentimientos negativos; además de los efectos evidentes que genera como son: ansiedad, falta de autonomía, juicio distorsionado de la realidad, conflictos identitarios, desconexión emocional, evitación, huida, establecimiento relaciones problemáticas, auto negligencia/ auto descuido, sentimientos de inferioridad.

Algunos de los datos antes expuestos en relación a las causas de la dependencia emocional en las relaciones de parejas concuerdan con un estudio realizado por Salan Barrera (2021) donde expone que evidentemente están inmersas causas tales como el apego ansioso, ya que el individuo busca permanecer cerca de su pareja en todo momento, otra posible causa es la personalidad, es decir un rasgo predisponente conocido como sociotropía, mismo que se da en base a eventos traumáticos que han marcado al individuo, además también abarca la personalidad autodestructiva, asimismo los efectos identificados son la falta autonomía, mismo que es un patrón desadaptativo debido a que interfieren en el espacio personal de la pareja y esto resulta en una ruptura en la relación, además se evidencia auto negligencia y ausencia de autocuidado ya que en algunos casos se presenta sumisión sin tomar en cuenta su sufrimiento, minimización o consecuencias negativas para los mismos.

Así mismo otra investigación realizada por Izquierdo Martínez y Gómez Acosta (2013) afirma que entre las causas principales está presente la teoría del apego, la cual demanda el establecimiento de una vinculación afectiva inadecuada durante el desarrollo; además Tutiven Abad et al. (2022) da conocer algunos de los efectos que se identifican dentro de su estudio mismos que son baja autoestima, inseguridad, sentido de inferioridad e incapacidad para

realizar actividades de forma eficiente, es decir se afianza la falta de autonomía y seguridad en sí mismo.

En lo que refiere al primer objetivo específico abarca identificar las causas y efectos con mayor predominio de la dependencia emocional en las relaciones de pareja., obteniendo que el apego predomina con 25,31%, la impulsividad con 23,04%, la violencia con 34,96%, el estado civil con 34,58% y la sumisión con 38,74%. Además, los efectos encontrados con mayor prevalectían según la frecuencia con la que fueron mencionados en los estudios científicos son ansiedad que fue citado por 7 estudios diferentes, asimismo la falta de autonomía que fue otro de los efectos más prevalentes con una frecuencia de 3 y para finalizar el juicio distorsionado de la realidad con una frecuencia de 2.

En contraparte, según estudios revisados se estableció la asociación significativa de variables tales como dependencia emocional y autoestima, afirmando que el 46,46% de estudiantes que presentan un déficit en su autoestima son más propensos a ser dependientes emocionales, igualmente se halló relación entre la dependencia emocional y el sexo donde el 46,67% de hombres presentó dependencia emocional, este fenómeno según se asevera se debe a una mezcla de causas culturales y biológicas, para finalizar, está la relación entre la dependencia emocional y la religión con un 52,94% de estudiantes de religión católica que presentaron dependencia según Marín Ocmin (2019), conjuntamente con las causas se conciben los efectos, por ende se mencionan algunos dentro de su investigación y son autodefinición y autovaloración inadecuada debido a experiencias traumáticas.

En relación con los datos expuestos se puede evidenciar una similitud con el estudio de Ponce Díaz et al. (2019) que afirma que un 46% de las participantes se evidencia indicadores de violencia en diversos tipos psicológica, sexual, emocional, física y no es necesaria el cohabitar para que la misma se lleve a cabo, misma que está ligada a la dependencia emocional, paralelamente de acuerdo a esta investigación algunos de los efectos que surgen son sintomatología ansiosa y depresiva, acompañada de emociones displacenteras como angustia, tristeza, temor, culpa, frustración e incertidumbre.

Además, el segundo objetivo específico engloba el conocer la prevalencia de la dependencia emocional en relaciones de parejas, según la tabulación de todos los datos expuestos dentro de la investigación da como resultado un porcentaje de 23,95% de los individuos que se apropiaron de este patrón disfuncional.

Estos resultados se extrapolan a los citados por Zárate Depraect et al. (2022) donde se refleja que un bajo porcentaje de individuos presentan dependencia emocional con un 6,62%

siendo más frecuente en las mujeres, además que un 90,39% de los participantes se presentó tendencia a la dependencia emocional.

Por otro lado los hallazgos de Valle y Villa (2018) nos demuestran que el 23,3% de la muestra estudiada presenta dependencia emocional esta cifra se reduce cuando el estudio es a nivel global de toda la población con un 11%.

8. Conclusiones

Para finalizar se puede argumentar que la realización de la investigación dio cabida a una comprensión más profunda acerca de las causas de la dependencia emocional, reflejados mediante los datos expuestos con anticipación, se evidenció una asociación importante desde la infancia con el apego, donde los padres por falta de conocimiento o situaciones adversas, no han manejado apropiadamente sus vínculos afectivos, paralelamente se identificaron varias causas entre las cuales se pudieron mencionar el apego con la mayor frecuencia, seguido de impulsividad, posterior violencia, estado civil, continuo subordinación, sumisión, nivel socioeconómico y por último con la misma frecuencia se menciona la afectividad pareja, miedo a la soledad, falta de límites, autosuficiencia resentimiento, trauma infantil, tiempo relación, edad, escolaridad, ocupación, género, sentimientos negativos; además en respuesta a todas estas causas como resultado tenemos los efectos que provoca este patrón de comportamiento dentro de los artículos científicos se mencionan a la ansiedad con mayor frecuencia, seguido de falta de autonomía, continuo está el juicio distorsionado de la realidad, posterior conflictos identitarios, y por último con la misma frecuencia se alude a la desconexión emocional, evitación, huida, establecimiento relaciones problemáticas, auto negligencia/ auto descuido y por último sentimientos de inferioridad.

La dependencia emocional es un patrón de conducta, misma que se relaciona con la vinculación afectiva en donde existe un umbral de separación en el cual se evidenciará las causas que llevarán a un malestar clínicamente significativo y por ende se desencadenarán diversos efectos en base a este patrón de comportamiento, en conclusión de acuerdo al estudio bibliográfico que se llevó a cabo las causas encontrados con mayor prevaecía según la frecuencia con la que fueron mencionados en los estudios científicos son el apego que fue citado por varios estudios, al igual de la falta de autonomía que fue otro de los efectos más prevalentes, mismos que tienen gran impacto dentro de su desenvolvimiento, especialmente en su vinculación afectiva.

En función a los resultados podemos concluir que la dependencia emocional puede convertirse en un patrón desadaptativo de la conducta, por ende, desequilibrar los roles sobre los que se sustenta la relación produciendo conductas inadecuadas con la finalidad de preservar el vínculo.

Para finalizar, en base a todos los estudios que abarcó la investigación se denota que existe prevalencia de dependencia emocional en las relaciones de pareja, fue perceptible en base a los datos analizados, cabe recalcar que en parte de la muestra puede verse reflejado

como un patrón desadaptativo, misma que englobo países tales como Ecuador, Colombia, España, México.

9. Recomendaciones

De acuerdo a las conclusiones descritas con anticipación se denota que los vínculos afectivos son de vital importancia, debido a que las personas son consideradas como seres sociales es por eso que tienen un gran peso las relaciones interpersonales en su desenvolvimiento, razón por la cual se recomienda a futuros investigadores la realización de estudios cuantitativos más amplios centrados en una sola zona demográfica para poder evidenciar causas prevalentes de esta zona y con una población específica, para así llevar a cabo intervenciones (psicoeducación) que beneficien a los mismos.

Es óptimo tomar en cuenta que la psicoeducación a la población en general ya que es de relevancia, debido a que una persona fortalecida y que tenga claro su autoconcepto, va a ser menos propensa a implicarse en relaciones con poca reciprocidad y dañinas para sí misma, por ende es importante fomentar un adecuado estilo de crianza, formación correcta de autoestima basada en valores y amor propio, ya sea desde sus primeras etapas del desarrollo evolutivo mismo que podría ser llevado a cabo por medio de intervenciones de sensibilización a las personas en riesgo e interesadas en esta problemática, se podrá brindar las herramientas necesarias para evitar la dependencia emocional en las relaciones de pareja; los interesados en este tema que se pueda hacer uso de medios de comunicación y plataformas digitales para la distribución de material de apoyo relacionado con esta problemática además de la promoción, prevención de la misma.

Se recomienda realizar un estudio de campo ya que englobe mayor cantidad de personas y un grupo específico de personas, para que nos permita abordar esta problemática desde una perspectiva diferente, independientemente de la cultura poder hacer comparaciones con estudios similares, para así lograr una visión más amplia sobre esta problemática sus causas y la afectación de la misma.

10. Bibliografía

- Albarracín Gómez, L., y González Suárez, L. F. (2020). Vínculos afectivos familiares en mujeres adolescentes con conductas autolesivas no suicidas. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 19(1), 1–18. <https://doi.org/10.18270/chps.v19i1.2977>
- Ángela Serrano Sarmiento. (2019). Dialnet-ZigmuntBauman2018SobreLaFragilidadDeLosVinculosHum-7238655. *SCIO. Revista de Filosofía*, 1887–9853(2018), 243–249.
- Arrigoni, F. S., y Páramo, M. de los Á. (2018). Violencia psicológica en la relación de noviazgo en estudiantes universitarios mendocinos (Argentina). *Archivos de Medicina (Manizales)*, 18(2), 324–338. <https://doi.org/10.30554/archmed.18.2.2738.2018>
- Barrios, A., y Pinto, B. (2008). El concepto de amor en la pareja. *AJAYU*, 6(1998).
- Blandón, A., & Lopez, L. (2014). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: Jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14, 505–517. <https://doi.org/10.11600/1692715x.14134271014>
- Castello, J. (2005). *Emotional dependency: characteristics and treatment*. https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/57133003/Dependencia_emocional_caracteristicas_y_tratamiento_Castellon.pdf?response-content-disposition=inline%3Bfilename%3DDependencia_emocional_Caracteristicas_y.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz
- Contreras Rivera, G. M. (2021). DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN LIMA. In *TRABAJO DE INVESTIGACION PARA OPTAR EL GRADO ACADEMICO DE BACHILLER EN PSICOLOGIA* (p. 63). http://repositorio.uclm.es/bitstream/handle/123456789/13540/COMUNICACION_FAMILIAR_FAMILIA_FLORES_BENAVENTE_TANIA_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttp://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/ha
- Cueto Prieto, M. I., y Corzo Pérez, P. A. (2021). Codependencia: una adicción o un patrón de relación inadecuado. *Poiésis*, 41, 93–104. <https://doi.org/10.21501/16920945.4177>
- Del Castillo Arreola, A., Hernández Díaz, M. E., Romero Palencia, A., y Iglesias Hoyos, S. (2015). Violencia en el noviazgo y su relación con la dependencia emocional pasiva en

- estudiantes universitarios. *Psicumex*, 5(1), 8–18.
<https://doi.org/10.36793/psicumex.v5i1.248>
- Estévez, A., Chávez-vera, M. D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., y Iruarrizaga, I. (2018). The role of emotional dependence in the relationship between attachment and impulsive behavior. *Annals of Psychology*, 34, 438–445.
- Galán Rodríguez, A. (2020). ¿En Qué Mejora La Teoría Del Apego Nuestra Práctica Clínica? Es Hora De Recapitular. *Papeles Del Psicólogo - Psychologist Papers*, 41(1).
<https://doi.org/10.23923/pap.psicol2020.2917>
- Gallardo Echenique, E. (2017). Metodología de la Investigación. *Universidad Continental*, 1, 98.
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/4278/1/DO_UC_EG_MAI_UC0584_2018.pdf
- Gallego Donoso, V., Garzón Padilla, M. J., Costales Zavgorodniaya, A., y Arguello Yonfa, E. D. (2021). Dependencia emocional transgeneracional : Mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en la Sierra del Ecuador. *Revista de Ciencias Sociales*, 27(3).
- García, A. O., González, T. T., y Mayo, M. M. (2010). ¿Amor y Compromiso en la Pareja?: De la teoría a la práctica. *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica*, 2(30), 125–142.
- García Sanz, M. P., y García Meseguer, M. (2012). Los métodos de investigación. In *Guía práctica para la realización de trabajos fin de Grado y trabajos fin de Máster* (pp. 99–128). [file:///C:/Users/lenovo/Downloads/Investigación cualitativa.pdf](file:///C:/Users/lenovo/Downloads/Investigación%20cualitativa.pdf)
- García Vázquez, O. (2018). *Entendiendo el amor. Explicaciones sociológicas de la sobrevaloración del Amor Romántico*. <http://hdl.handle.net/10366/139604>
- Hoffmeister, A., Carvalho, L. M., y Marin, A. (2019). Compreendendo o Amor e suas Expressões em Diferentes Etapas do Desenvolvimento. *Revista Subjetividades*, 19(3), 06. <https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v19i3.e9529>
- Izquierdo Martínez, S. A., y Gómez Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia. Avances de La Disciplina*, 7(1), 81–91.
- Jaller Jaramillo, C., y Lemos Hoyos, M. (2009). Esquemas desadaptativos tempranos en estudiantes universitarios con dependencia emocional. *Acta Colombiana de Psicología*, 12(2), 77–83. <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9938-8>
- Laca Arocena, F. A., y Mejía Ceballos, J. C. (2017). Dependencia Emocional, consecuencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja.

- Enseñanza e Investigación En Psicología*, 22(1), 66–75.
<https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161006.pdf>
- Lemos Hoyos, M., Jaller Jaramillo, C., González Calle, A. M., Díaz León, Z. T., y 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>
- Lozano Sapuy, L. P., Amézquita, Albarracín Ángel, P. A., y Vásquez Amézquita, M. (2016). Apego parental y su relación con el apego romántico y la dependencia afectiva. *Revista de Psicología GEPU*, 7(1).
- Mansilla Izquierdo, F. (2002). Codependencia y psicoterapia interpersonal. *Revista de La Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 81. <https://doi.org/10.4321/s0211-57352002000100002>
- Marín Ocmin, A. (2019). Dependencia emocional y autoestima : relación y características en una población de jóvenes limeños Emotional dependence and self-esteem : relationship and characteristics in a population of young people. *Revista de Investigación y Casos En Salud*, 4(2), 85–91.
- Martín, B., y Moral, M. de la V. (2019). Relationship between emotional dependence and psychological abuse in the form of victimization and aggression in young people. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 10(2), 75–89.
<https://doi.org/10.23923/j.rips.2019.02.027>
- Maureira, C. F. (2011). Los Cuatro Componentes De La Relación De Pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(1), 321–332.
www.revistas.unam.mx/index.php/rep
- Monje Álvarez, C. A. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica. *Universidad Surcolombiana*, 1–216.
<http://carmonje.wikispaces.com/file/view/Monje+Carlos+Arturo+-+Guía+didáctica+Metodología+de+la+investigación.pdf>
- Moral Jiménez, M. de la V., Sirvent, C., Ovejero, A., y Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. *Terapia Psicológica*, 36(3), 156–166. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082018000300156>
- Moral Jiménez, M. de la V., y Sirvent Ruiz, C. (2009). Dependencia afectiva y género: Perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos Españoles. *Interamerican Journal of*

Psychology, 43(2), 230–240.

- Paolicchi, G., Cortada, K., Núñez, ;, Sorgen, E., Colombres, R., Maffezzoli, ;, & Abreu, ; (2015). Constitución Subjetiva en un Ambiente Confiable: Juego y Apego. *Anuario de Investigaciones*, XXII, 313–322.
- Pérez Martínez, V. T., y Hernández Marín, Y. (2009). La violencia psicológica de género, una forma encubierta de agresión. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 25(2), 1–7.
- Pía, P. V. y S. M. (2017). Apego Adulto y Mentalización en Hombres que Han Ejercido Violencia Hacia su Pareja Adult Attachment and Mentalization in Men Who Have Used Violence Toward Their Partner. *Red de Revistas Científicas de América Latina, El Caribe, España y Portugal*.
- Polizzi, L. (2016). *Relaciones de pareja saludables*. 15(2), 1–23.
- Ponce-Díaz, C., Aiquipa Tello, J., y Arboccó de los Heros, M. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. *Propósitos y Representaciones*, 8(1). <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7nspe.351>
- Quispe, R. A., Contreras, C. C., y Et.al, L. H. T. (2021). Escuela Académico Profesional de Psicología Dependencia emocional y su relación con el apego en estudiantes. “*Creative Commons Atribución 4.0 Internacional*.”
- Rocha Narvaez, B. L., Umbarila Castiblanco, J., Meza Valencia, M., y Riveros, F. A. (2019). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia. *REVISTA DIVERSITAS*, 15(2), 285–299. <https://doi.org/10.15332/22563067.5065>
- Rocha Narváez, B. L., Umbarila Castiblanco, J., Meza Valencia, M., y Riveros, F. A. (2019). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia. *Diversitas: Perspectivas En Psicología*, 15(2), 285–299. <https://doi.org/10.15332/22563067.5065>
- Rodríguez Rodríguez, J. C., Rodríguez Góngora, J., y Rodríguez Rodríguez, J. A. (2021). Perfiles de apego adulto personalidad en adolescentes y características de Adult attachment profiles and personality characteristics in adolescents. *Revista de Investigación En Ciencias Sociales y Humanidades*, 8, 147–158. <https://doi.org/https://doi.org/10.30545/academo.2021.jul-dic.4>
- Rojas Andrade, R., Galleguillos, G., Miranda, P., y Mar, U. (2013). Los hombres también sufren. Estudio cualitativo de la violencia de la mujer hacia el hombre en el contexto

- de pareja. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3(2), 150–159.
- Rosas Muñoz, O. A., Arrambí Díaz, C., Izkra J., L. B., y Lugo Valenzuela, R. (2022). Dependencia emocional y violencia de pareja en usuarias del primer nivel de atención. *Revista Mexicana de Medicina Familiar*, 9(1), 5–11. <https://doi.org/10.24875/rmf.21000034>
- Salan Barrera, J. (2021). *DEPENDENCIA EMOCIONAL EN RELACIONES DE PAREJAS ADULTAS: APROXIMACIÓN A LAS INVESTIGACIONES EN EL ECUADOR*.
- Santamaría, J. J., Merino, L., Montero, E., Cano, M., Fernández, T., Cubero, P., López, O., y González Vega, B. (2015). Perfil psicopatológico de pacientes con Dependencia. *Revista Iberoamericana De Psicología*, 7–9.
- Tutiven Abad, T., Larrea Simball, L. J., Peñafiel, A., y Velez Hidalgo, J. (2022). Dependencia Emocional Como Rasgo Predisponente En La Violencia Psicológica. *Prohominum*, 4(1), 88–108. <https://doi.org/10.47606/acven/ph0095>
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., Momeñe, J., Jáuregui, P., Bilbao, M., y Orbeagozo, U. (2019). Dependencia emocional en el noviazgo: papel mediador entre la autoestima y la violencia psicológica en jóvenes. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(0), 13–27.
- Valle, L., y Villa, D. (2018). *Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles*. 9, 27–41.
- Zárate Depraect, N. E., Flores Flores, P., Martínez Aguirre, E. G., Alvarado Félix, E., y Jimenez Ramirez, C. R. (2022). Dependencia emocional en estudiantes de Medicina. *Revista Medica Herediana*, 33(2), 128–132. <https://doi.org/10.20453/rmh.v33i2.4246>

11. Anexos

Anexo 1

Pertinencia del Trabajo de Integración Curricular



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Facultad
de la Salud
Humana

MEMORANDO Nro. UNL.FSH-DCPS.CL 147
Loja, 28 de junio de 2023

DE: Doctora
Ana Catalina Puertas Azanza
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLINICA FSH-UNL

PARA: Señorita
Grace Doménica Uchuari Angamarca
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA-FSH-

ASUNTO: RESPUESTA A INFORME DE ESTRUCTURA Y PERTINENCIA DE
PROYECTO

De mi consideración:

Por el presente me permito hacer conocer que se adjunta la respuesta del informe de estructura y pertinencia del proyecto de Integración Curricular denominado. **“CAUSAS Y EFECTOS DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN RELACIONES DE PAREJAS ADULTAS”**, de su autoría el mismo fue emitido por la Dra. Anabel Larriva Borrero Mgs, docente responsable

En seguridad de contar con su colaboración, le expreso mi agradecimiento

Atentamente,

Dra. Ana Catalina Puertas Azanza Mgs
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
FACULTAD DE LA SALUD HUMANA -UNL

C/c. Expediente académico
Archivo
APA/tsc

Anexo 2

Informe de Estructura y pertinencia otorgado por la directora del Trabajo de Integración Curricular



CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Loja, 26 DE JUNIO DE 2023

Dra. Ana Puertas Azanza
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

En primer lugar, quiero llegar a usted con un cordial y efusivo saludo, muestra de mi estima y consideración.

En respuesta al Memorandum Nro. UNL FSH-DCPS.CL 114, del proyecto de Integración Curricular denominado. **“CAUSAS Y EFECTOS DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN RELACIONES DE PAREJAS ADULTAS”**, autoría de la Señorita Grace Doménica Uchuari Angamarca. CI.1105867756, estudiante del VIII ciclo de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de la Salud Humana, en cuanto al análisis solicitado y luego de haber revisado el proyecto se puede evidenciar que tiene estructura y coherencia, por tal razón puede continuar con el proceso de investigación.

Esperando la favorable acogida a la presente le anticipo mis más sinceros agradecimientos, deseándole éxitos en las funciones que viene desempeñando en beneficio de nuestra carrera.

Atentamente:

ANABEL ELISA

Anabel Larriva Borrero

LARRIVA BORRERO

Firmado digitalmente por ANABEL ELISA LARRIVA BORRERO
Nombre de reconocimiento (DN): cn=ANABEL ELISA LARRIVA BORRERO, serialNumber=170822093443, ou=ENTIDAD DE CERTIFICACION DE INFORMACION, o=SECURITY DATA S.A., c=EC
Fecha: 2023.06.28 09:13:20 -05'00'

English Speak Up Center

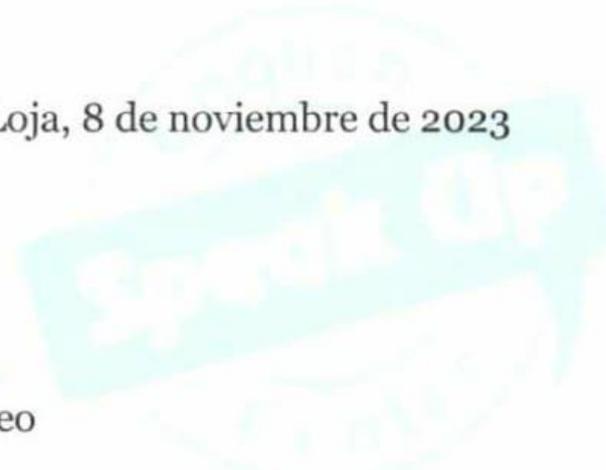
Nosotros "*English Speak Up Center*"

CERTIFICAMOS que

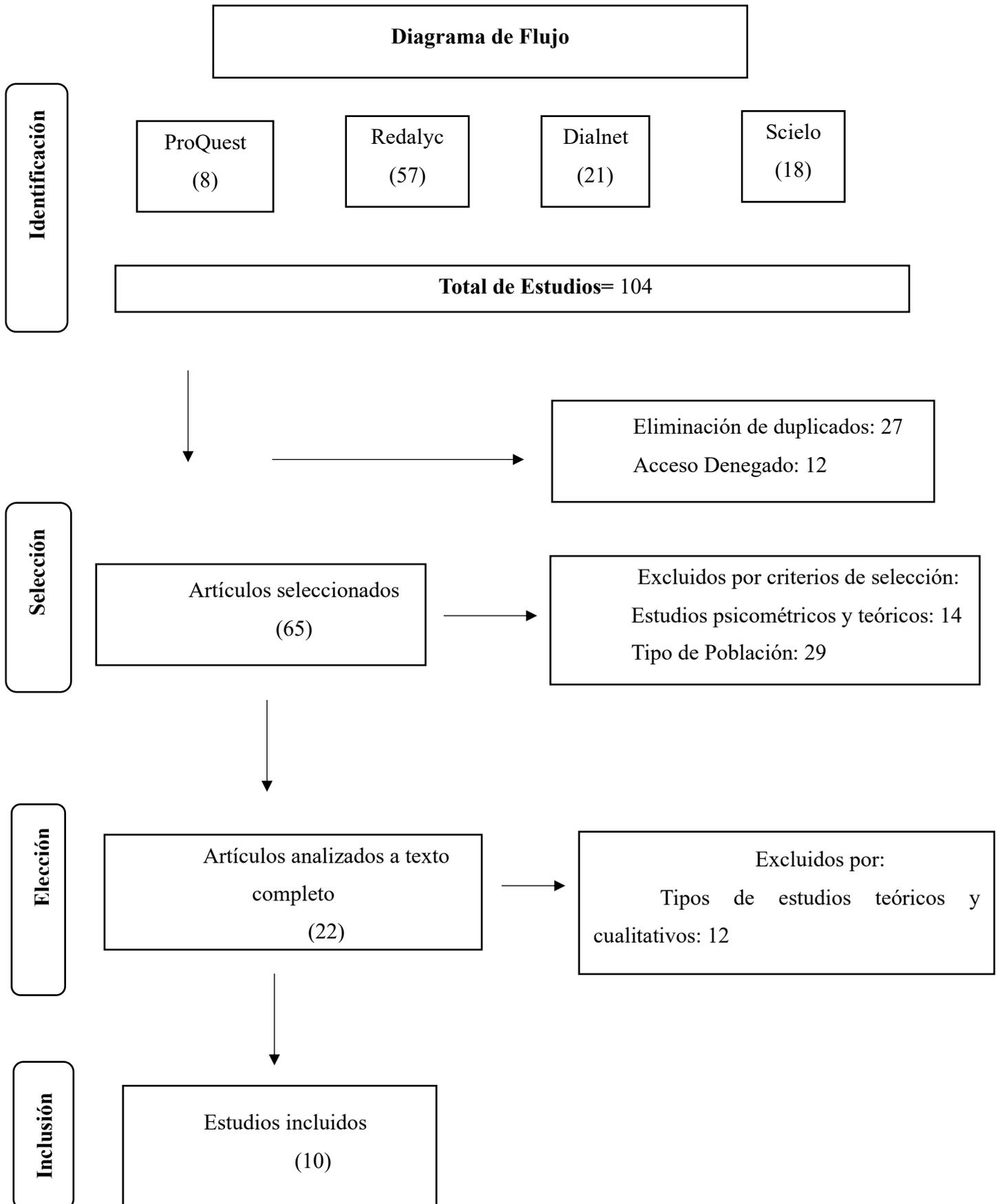
La traducción del resumen de Trabajo de Integración Curricular titulado "CAUSAS Y EFECTOS DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN RELACIONES DE PAREJAS ADULTAS." documento adjunto solicitado por la señorita Grace Doménica Uchuari Angamarca con cédula de ciudadanía número 1105867756 ha sido realizada por el Centro Particular de Enseñanza de Idiomas "*English Speak Up Center*"

Esta es una traducción textual del documento adjunto. El traductor es competente y autorizado para realizar traducciones.

Loja, 8 de noviembre de 2023


Elizabeth Sánchez de Viter
Mg. Sc. Elizabeth Sánchez Burneo
DIRECTORA ACADÉMICA

Anexo.4
Diagrama de Flujo



Anexo 5

Base de datos complementarios de los artículos científicos

Autor/ revista/ año	País	Año	Título	Tipo de estudio	Sujetos de origen	Medidas de resultado	Prevalencia
(Rocha Narváez et al., 2019)	Colombia	2019	Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia	Es un estudio cuantitativo de tipo descriptivo correlacional.	La muestra a conveniencia fue de 500 estudiantes universitarios pertenecientes a 15 ciudades de Colombia	El cuestionario de recolección de datos estuvo conformado por 81 preguntas a partir de los siguientes instrumentos: datos sociodemográficos, Inventario de Apego con Padres y Pares modificado (IPPA modificado) y, Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE).	El estudio obtuvo un total de 19,7% de prevalencia en dependencia emocional y sin dependencia emocional un 80,3%.
(Laca Arocena y Mejia Ceballos, 2017)	México	2017	Dependencia Emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja	Se llevó a cabo un análisis descriptivo-comparativo por género y otro correlacional de los factores que componen los constructos dependencia emocional, mindfulness y estilos	Una muestra de 220 participantes (107 hombres y 93 mujeres) de la ciudad de Colima, México, contestó una batería de tres cuestionarios.	Los resultados indican que los hombres manifiestan significativamente más ansiedad de separación y búsqueda de atención, y las mujeres utilizan más expresiones límite con su pareja. La mayoría de los factores componentes de la dependencia emocional se relacionan con los estilos de comunicación Centrado en la	El estudio obtuvo un total de 13,65 de prevalencia en dependencia emocional y sin dependencia emocional un 86,35%.

				mensajes en el manejo del conflicto.		otra parte y Centrado en uno mismo.	
						El mindfulness se relaciona con los tres estilos de comunicación en los conflictos.	
(Estévez et al., 2018)	España	2018	El papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva.	Es un estudio de diseño no experimental, transversal, correlacional. El método de muestreo utilizado es probabilístico con un tipo de muestreo aleatorio estratificado-unietápico con fijación proporcional; la distribución se hizo de acuerdo al peso o talla dentro de la población.	La muestra está formada por 1533 adolescentes (707 mujeres y 826 hombres), con edades que oscilan entre los 14-18 años (M = 15.76; DT = 1.25).	Adjunto. CaMir-R (Balluerka, Lacasa, Gorostiaga, Muela y Pierrehumbert, 2011). Este instrumento es la versión abreviada de CaMir (Pierrehumbert et al., 1996). Dependencia emocional en las relaciones de noviazgo en jóvenes. La Escala de Dependencia Emocional en el Desposorio de Jóvenes y Adolescentes (DEN; Urbiola, Estévez & Iraurgi, 2014). Impulsividad. Escala de impulsividad de BARRAT BIS 11 (Salvo & Castro, 2013).	El estudio obtuvo un total de 27,94% de prevalencia en dependencia emocional y sin dependencia emocional un 72,06%.
(Gallego Donoso et al., 2021)	Ecuador	2021	Dependencia emocional transgeneracional: Mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en la Sierra del Ecuador	El estudio es descriptivo, de campo, con la encuesta como método de recolección de datos, y el análisis	La muestra constó de 50 mujeres, de dos ciudades de la Sierra Ecuatoriana	Set de preguntas de las cuales, cinco, de opción múltiple, corresponden a los resultados presentados.	El estudio obtuvo un total de 29% de prevalencia en dependencia emocional y

				de contenidos y frecuencias, para examinar la información recabada.	(Quito y Riobamba).			sin dependencia emocional un 71%.
(Rosas Muñoz et al., 2022)	México	2022	Dependencia emocional y violencia de pareja en usuarias del primer nivel de atención	Estudio observacional de correlación, se calculó la muestra con la fórmula para determinar correlación simple en un grupo y el tipo de muestreo fue no probabilístico por casos consecutivos	Incluyó 76 personas	76	Dependencia emocional (CDE) Encuesta de Ortega-Ceballos	El estudio obtuvo un total de 19,07% de prevalencia en dependencia emocional y sin dependencia emocional un 80,03%.
(Jaller Jaramillo y Lemos Hoyos, 2009)	Colombia	2009	Esquemas desadaptativos tempranos en estudiantes universitarios con dependencia emocional		La muestra estuvo conformada por 569 participantes.		Cuestionario de Dependencia Emocional Cuestionario de Esquemas	El estudio obtuvo un total de 24,6% de prevalencia en dependencia emocional y sin dependencia emocional un 75,4%.

(Moral Jiménez et al., 2018)	España	2018	Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo	Cualitativo, análisis comparativo	880 participantes, de los cuales 277 están filiados como muestra clínica, 311 corresponden a población general y el resto representan muestras de comparación.	Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias sentimentales I.R.I.D.S. Escala de Interdependencia Inventario de Dependencias Interpersonales (I.D.I.) Co-dependency Assessment Tool (CODAT) Escala de Bidependencia (BDP-25) de	El estudio obtuvo un total de 25,8% de prevalencia en dependencia emocional y sin dependencia emocional un 74,2%.
(Del Castillo Arreola et al., 2015)	México	2015	Violencia en el noviazgo y su relación con la dependencia emocional pasiva en estudiantes universitarios	Se llevó a cabo un diseño no experimental, transversal, correlacional	Participaron 317 estudiantes de la UAEH, 165 eran mujeres y 152 hombres, fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico.	Cuestionario de Violencia en el Noviazgo Cuestionario de Dependencia Emocional	El estudio obtuvo un total de 16,25% de prevalencia en dependencia emocional y sin dependencia emocional un 83,75%.
(Lozano Sapuy et al., 2016)	Colombia	2016	Apego parental y su relación con el apego romántico y la dependencia afectiva	Investigación cuantitativa, descriptiva correlacional de corte transversal.	119 universitarios de la ciudad de Ibagué – Colombia, siendo el 63.9% Mujeres, 36.1%	Cuestionario de apego parental (P.B.I.) Cuestionario de experiencias en relaciones cercanas revisado (Experiences in close relationshipsrevised, ECR-R)	El estudio obtuvo un total de 42,5% de prevalencia en dependencia emocional y sin

					Hombres, entre 18 y 40 años.	Cuestionario de dependencia afectiva	dependencia emocional un 57,5%.
(Martín & Moral, 2019)	España	2019	Relación entre dependencia emocional y maltrato psicológico en forma de victimización y agresión en jóvenes	Estudio cuantitativo es un diseño experimental de tipo transversal a nivel descriptivo para valorar la dependencia emocional, victimización y agresión, y a nivel correlacional para establecer las relaciones entre las variables de interés.	396 adolescentes y jóvenes españoles de la población general con edades comprendidas entre 15 y 30 años.	Cuestionario para medir Dependencias Relacionales Cuestionario de Violencia de Novios Víctima Agresor	El estudio obtuvo un total de 21% de prevalencia en dependencia emocional y sin dependencia emocional un 79%.