

Universidad de las Américas

Maestría En Neuropsicología Clínica

Proyecto de investigación MPC

Título: Consecuencias de la dependencia emocional en adultas jóvenes en la carrera de enfermería de la universidad técnica estatal de Quevedo.

Autor: Ruben Dario Calero Osorio

CI: 1751353523

Tutor: Ph.D. Manuel Capella

2023-2024

Contenido	
Resumen	3
Abstract	4
Introducción	5
Justificación	5
Pregunta de Investigación	6
Objetivo General:	7
Objetivos específicos	7
MARCO TEÓRICO	8
Adulter Joven	8
Definición De Dependencia Emocional	9
Causas de la Dependencia Emocional	10
Consecuencias de la Dependencia Emocional	14
Marco Metodológico	20
3.1. Diseño y Tipo de Estudio	20
3.2. Población y Muestra	21
3.3. Técnicas e Instrumentos	22
3.4. Procedimiento Que se Utilizará Para Analizar Datos	23
3.5. Consideraciones Éticas	23
Discusión	24
Conclusiones y Recomendaciones	25
Bibliografía	27
Anexo A	29

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo principal explorar y comprender la dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas de sexo femenino, específicamente en el contexto de las relaciones de pareja. Se adopta un enfoque descriptivo para identificar las diversas manifestaciones de la dependencia emocional y un enfoque explicativo para profundizar en los mecanismos subyacentes que contribuyen a estas consecuencias. Para lograr este objetivo, se empleará un diseño de estudio cuantitativo utilizando un muestreo aleatorio estratificado para seleccionar una muestra representativa de estudiantes de enfermería en Ecuador. Se utilizará el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), validado para la población colombiana, como herramienta principal para evaluar la dependencia emocional en las participantes. Se calculará el tamaño de la muestra y se aplicará el cuestionario de manera ética, obteniendo el consentimiento informado de todas las participantes y garantizando la confidencialidad de los datos. Los resultados obtenidos se analizarán utilizando técnicas estadísticas apropiadas para identificar patrones y tendencias relacionadas con la dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas. Se discutirán las implicaciones de estos hallazgos para la psicología clínica en Ecuador, destacando su relevancia para la promoción de relaciones saludables y el desarrollo de intervenciones efectivas para el tratamiento de la dependencia emocional. En conclusión, este estudio busca contribuir al conocimiento existente sobre la dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas de sexo femenino, proporcionando información valiosa para la práctica clínica y futuras investigaciones en el campo de la psicología clínica.

Palabras clave: dependencia emocional, estudiantes de enfermería, Ecuador, cuestionario de dependencia emocional (CDE) y consecuencias.

Abstract

The main objective of this research is to explore and understand emotional dependence in young adult females, specifically in the context of couple relationships. A descriptive approach is adopted to identify the various manifestations of emotional dependence and an explanatory approach to delve into the underlying mechanisms that contribute to these consequences. To achieve this objective, a quantitative study design will be employed using stratified random sampling to select a representative sample of nursing students in Ecuador. The Emotional Dependence Questionnaire (CDE), validated for the Colombian population, will be used as the main tool to assess emotional dependence in the participants. The sample size will be calculated and the questionnaire will be applied in an ethical manner, obtaining the informed consent of all the participants and guaranteeing the confidentiality of the data. The results obtained will be analyzed using appropriate statistical techniques to identify patterns and trends related to emotional dependence in young adult women. The implications of these findings for clinical psychology in Ecuador will be discussed, highlighting their relevance for the promotion of healthy relationships and the development of effective interventions for the treatment of emotional dependence. In conclusion, this study seeks to contribute to the existing knowledge on emotional dependence in young adult females, providing valuable information for clinical practice and future research in the field of clinical psychology.

Key words: emotional dependence, nursing students, Ecuador, emotional dependence questionnaire (EDC) and consequences.

Introducción

Justificación

La dependencia emocional hacia la pareja es un fenómeno psicológico complejo que puede tener consecuencias significativas en la salud mental y el bienestar emocional de los individuos. Esta dependencia se caracteriza por una necesidad excesiva de la presencia, atención y aprobación de la pareja, a menudo en detrimento del propio bienestar y autonomía emocional.

Este proyecto de investigación tiene como objetivo contribuir al conocimiento sobre las consecuencias de la dependencia emocional en jóvenes de sexo femenino. Los resultados de este estudio podrían utilizarse para desarrollar programas de prevención y tratamiento de estas situaciones.

En el caso de las adultas jóvenes de sexo femenino, la dependencia emocional podría ser especialmente problemática, ya que puede dificultar su desarrollo personal y profesional. Las jóvenes dependientes emocionalmente pueden tener dificultades para establecer relaciones sanas, tomar decisiones por sí mismas y alcanzar sus metas.

Según Nikell Zárate-Depraect (2022), el 48% de la comunidad estudiantil universitaria mexicana tiene el riesgo de vivir esta clase de situaciones, siendo el sexo femenino más propenso, abarcando un 60,39%, en comparación con el 39,60% del sexo masculino.

En Ecuador, según el aporte de Donoso (2021), el 78% de las mujeres participantes de su estudio, en las ciudades de Quito y Riobamba, refieren tener un perfil de dependencia emocional, lo que evidencia que esta problemática es una realidad para muchas personas en nuestro país.

A pesar de la importancia de este tema, en la carrera de enfermería de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo no se ha realizado antes un proyecto de este tipo. Sin embargo, a través de testimonios recogidos y la presión y esfuerzo que conlleva esta carrera, se busca dar a conocer las realidades de estas situaciones y ofrecer una perspectiva más amplia para brindar una mayor conciencia sobre el tema.

Este estudio es esencial para comprender y abordar el impacto de la dependencia emocional en las jóvenes estudiantes de enfermería en la Universidad Técnica Estatal de Quevedo. La investigación proporcionará una visión detallada de cómo este fenómeno afecta la salud mental y el bienestar emocional de las estudiantes, lo que permitirá identificar posibles riesgos y desarrollar estrategias de prevención y apoyo adecuadas. Además, contribuirá al conocimiento científico sobre la dependencia emocional en el contexto universitario, enriqueciendo el campo de la psicología y la salud mental.

Los resultados obtenidos serán de gran relevancia para la comunidad universitaria, al facilitar la implementación de programas dirigidos a mejorar el ambiente académico y promover relaciones saludables, así como proporcionar orientación y apoyo a quienes enfrentan este desafío. En última instancia, este estudio tiene el potencial de mejorar significativamente el bienestar emocional y el rendimiento académico de las jóvenes estudiantes de enfermería, al tiempo que contribuye a la prevención y tratamiento de la dependencia emocional en el contexto universitario.

Pregunta de Investigación

¿Cuáles son las principales consecuencias de la dependencia emocional hacia la pareja en jóvenes adultos del sexo femenino en la carrera de enfermería de la universidad técnica de Quevedo?

Objetivo General:

Establecer las principales consecuencias de la dependencia emocional en las relaciones interpersonales, bienestar emocional y calidad de vida en este contexto académico, en mujeres jóvenes que cursan la carrera de enfermería en la Universidad Técnica Estatal de Quevedo.

Objetivos específicos

- Identificar y analizar los efectos psicológicos, sociales y académicos derivados de la dependencia emocional en las estudiantes de enfermería.
- Determinar las variables que están asociadas a la dependencia emocional en jóvenes de sexo femenino en la carrera de enfermería de la universidad técnica estatal de Quevedo.

Este proyecto de investigación se distingue por su originalidad e innovación en varios aspectos. En primer lugar, aborda un fenómeno psicológico complejo y significativo, centrándose específicamente en un grupo demográfico subrepresentado: mujeres jóvenes adultas en el contexto ecuatoriano. Aunque la dependencia emocional ha sido estudiada en diversos contextos, hay una escasez de investigaciones centradas en esta población en particular en Ecuador. Por lo tanto, este estudio propone llenar un vacío importante en la literatura científica al profundizar en las causas, manifestaciones y consecuencias de la dependencia emocional en este grupo específico. Además, el proyecto se basa en un enfoque multidisciplinario que integra perspectivas de la psicología clínica, la psicología del desarrollo, la teoría del apego y la investigación en relaciones de pareja. Al adoptar un enfoque holístico, el estudio busca comprender la dependencia emocional desde múltiples dimensiones, considerando tanto factores individuales como contextuales. En términos de relevancia científica y social, este proyecto tiene el potencial de generar nuevo conocimiento en psicología clínica al identificar factores específicos que contribuyen a la dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas en Ecuador.

Además, al destacar la importancia de promover relaciones de pareja saludables y prevenir la dependencia emocional, el estudio tiene implicaciones prácticas significativas para la salud mental y el bienestar emocional de las personas en la sociedad ecuatoriana. Para que el proyecto de investigación sea viable en el futuro, se requiere un compromiso continuo con la obtención de recursos financieros, humanos y materiales adecuados. Esto podría lograrse a través de colaboraciones con instituciones académicas, organizaciones de investigación y agencias gubernamentales interesadas en la promoción de la salud mental y el bienestar emocional en Ecuador. Además, es fundamental contar con un equipo interdisciplinario de investigadores con experiencia en psicología clínica, métodos de investigación y análisis de datos para llevar a cabo el estudio de manera rigurosa y efectiva. Con el apoyo adecuado y un enfoque sólido, el proyecto de investigación sobre la dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas podría contribuir significativamente al avance del conocimiento en psicología clínica y tener un impacto positivo en la sociedad ecuatoriana y más allá.

MARCO TEÓRICO

Adulthood Joven

Según el análisis propuesto por Triadó (2019), la adultez joven emerge como una etapa definitoria en el desarrollo humano, abarcando un espectro temporal que se inicia en torno a los 20 años y se extiende aproximadamente hasta los 40 años. Esta fase, ubicada en un período

intermedio entre la adolescencia y la adultez plena, se caracteriza por una serie de transiciones significativas en la vida de los individuos, que abarcan desde la consolidación de la identidad hasta la toma de decisiones cruciales en diversos ámbitos, tales como la educación, la carrera profesional, las relaciones interpersonales y el establecimiento de compromisos a largo plazo.

Definición De Dependencia Emocional

De acuerdo con Blasco (2005), la dependencia emocional se conceptualiza como una necesidad extrema de carácter afectivo que una persona experimenta hacia su pareja a lo largo de distintas relaciones. (p.17). Esta definición subraya la profundidad de la necesidad afectiva que puede experimentar un individuo hacia su pareja, manifestada a través de una variedad de comportamientos tales como la sumisión, pensamientos obsesivos centrados en la pareja y un intenso temor al abandono. Este patrón conductual, según Blasco (2005), puede tener consecuencias significativas en la vida de quien lo experimenta, implicando dificultades para establecer límites saludables en la relación y posiblemente resultar en un deterioro tanto en la salud mental como en la física.

Según Tello (2015), al profundizar en la definición de dependencia emocional, señala que se caracteriza por una necesidad extrema de afecto hacia la pareja. Este fenómeno se manifiesta en una serie de comportamientos, como la sumisión, la subordinación y el miedo al abandono, así como en la priorización de la pareja sobre el bienestar propio. Tello destaca que esta dependencia puede llevar a la persona a justificar e incluso perpetuar situaciones de maltrato por parte de la pareja, cancelar procesos legales o regresar con el agresor en la creencia de una posibilidad de cambio. Este panorama, según Tello, subraya la dificultad para establecer límites saludables en la relación, lo que potencialmente conlleva graves repercusiones tanto en la salud mental como en la física de la persona afectada.

Además, según Cols (2018), la dependencia emocional se define como un patrón psicológico caracterizado por una necesidad excesiva de afecto, aprobación y apoyo por parte de otra persona. Los individuos que presentan este patrón conductual experimentan un intenso miedo a la soledad y al abandono, y tienden a basar su autoestima en la opinión de los demás. Esta definición enfatiza la tendencia de las personas dependientes emocionalmente a buscar constantemente la validación y el apoyo de los demás para mantener su bienestar emocional.

Causas de la Dependencia Emocional

La determinación de las causas subyacentes de la dependencia emocional se presenta como un desafío complejo en el ámbito de la psicología clínica. Aunque su descripción exacta resulta esquiva, existen diversas hipótesis que buscan arrojar luz sobre este fenómeno, conocidas como factores causales y factores mantenedores.

Según Blasco (2005), se identifican cuatro factores causales que pueden contribuir a la aparición de la dependencia emocional. En primer lugar, se destacan las carencias afectivas tempranas, refiriéndose a experiencias deficientes en el establecimiento de vínculos emocionales significativos durante las etapas formativas del individuo. Asimismo, se señala el mantenimiento de la vinculación y la focalización excesiva en fuentes externas de autoestima, lo que sugiere una dependencia excesiva de la validación y la aprobación externa para sostener la propia valía personal.

Además, Blasco menciona la influencia de factores biológicos, como posibles predisposiciones genéticas o neurobiológicas que podrían influir en la vulnerabilidad de un individuo a la dependencia emocional. Por último, se resalta la relevancia de los factores

socioculturales, refiriéndose a las normas, valores y expectativas culturales que pueden influir en la forma en que se perciben y se manejan las relaciones interpersonales.

Estas perspectivas ponen de relieve la complejidad inherente a la dependencia emocional y subrayan la necesidad de un enfoque integral en su comprensión y abordaje clínico. La consideración de estos factores no solo permite una comprensión más profunda de los mecanismos subyacentes de la dependencia emocional, sino que también proporciona un marco para el desarrollo de estrategias de intervención más efectivas y personalizadas en el ámbito clínico. Aunque claro cada uno habla acerca de un plano diferente del ser humano, aunque se piensa que los dos primeros bastan en realidad se cree que es necesaria una sinergia entre los cuatro factores para la aparición de la dependencia emocional.

Conforme a Blasco (2005), los factores mantenedores, como su nomenclatura sugiere, constituyen aquellos elementos que perpetúan la dependencia emocional en un individuo, aun después de haber reconocido la problemática y expresado el deseo de superarla. Estos factores mantenedores están intrínsecamente relacionados con los factores causales que incitan y alimentan la dependencia emocional.

El estudio de la dependencia emocional revela su complejidad intrínseca, donde diversos factores, tales como la carencia de afecto en etapas tempranas, la búsqueda constante de validación externa, influencias biológicas y socioculturales, se entrelazan para configurar su desarrollo. Aunque cada uno de estos elementos puede ejercer un impacto individual, se reconoce que su interacción conjunta es esencial en la conformación de este fenómeno. (Blasco, 2005)

Además, la persistente vinculación emocional, aun ante el reconocimiento consciente de la dependencia y el deseo de superarla, sugiere la presencia de factores que mantienen y prolongan este comportamiento. Por lo tanto, abordar de manera efectiva la dependencia emocional exige un enfoque integral, que no solo identifique las causas fundamentales, sino que también comprenda y aborde los mecanismos subyacentes que perpetúan este patrón conductual. (Blasco, 2005)

En este contexto, la relevancia de intervenciones terapéuticas completas y multidisciplinarias se acentúa, ya que permiten una aproximación holística a la dependencia emocional, atendiendo tanto a sus causas subyacentes como a los factores que contribuyen a su mantenimiento. Este enfoque integrador subraya la necesidad de una comprensión profunda y contextualizada de la dependencia emocional, así como de estrategias de intervención que aborden de manera integral sus distintos aspectos, promoviendo así un proceso terapéutico más efectivo y sostenible en el tiempo. (Blasco, 2005)

Los tipos de apego se erigen como categorías fundamentales en la comprensión de las modalidades mediante las cuales los individuos establecen vínculos emocionales en sus relaciones íntimas, un proceso influenciado de manera significativa por las experiencias tempranas de apego en la infancia. De acuerdo con la investigación de Braojos (2011), se identifican cuatro tipos principales de apego: seguro, evitativo, ansioso ambivalente y desorganizado.

Apego seguro: Según Braojos (2011) describe que las personas con un apego caracterizado por una imagen positiva de sí mismas y de los demás, con baja ansiedad y evitación en las relaciones íntimas, generalmente tienen relaciones estables y satisfactorias, basadas en la confianza y la comodidad con la cercanía emocional.

Apego evitativo: Según Braojos (2011), se caracteriza por una imagen positiva de sí mismo pero negativa de los demás. Esto se traduce en baja ansiedad, pero alta evitación en las relaciones, lo que puede manifestarse en dificultades para comprometerse emocionalmente y mantener la intimidad en la pareja.

Apego ansioso ambivalente: Según Braojos (2011), este tipo de apego se distingue por una imagen negativa de uno mismo pero positiva de los demás. Como resultado, se experimenta alta ansiedad, pero baja evitación en las relaciones, lo que se traduce en una búsqueda constante de seguridad y afecto en la pareja, aunque acompañado del temor a ser rechazado o abandonado.

Apego desorganizado o desapegado: Según Braojos (2011), este tipo de apego se caracteriza por niveles bajos de satisfacción en las relaciones de pareja, ya que las personas que lo experimentan tienden a desactivar sus necesidades emocionales y a evitar la intimidad en situaciones de malestar. Esto dificulta la satisfacción en la relación y la capacidad de la pareja para brindar apoyo emocional.

Los diversos tipos de apego pueden ejercer una notable influencia en la forma en que las mujeres jóvenes adultas experimentan la dependencia emocional hacia sus parejas. Aquellas con un apego seguro tienden a desarrollar relaciones estables y saludables, fundamentadas en la confianza mutua y la seguridad emocional, evitando caer en la dependencia excesiva. En contraposición, las mujeres con un apego evitativo pueden enfrentar dificultades para establecer vínculos emocionales profundos, sintiéndose incómodas al depender emocionalmente de sus parejas, lo que potencialmente conduce a una desconexión emocional en la relación.

Por otro lado, las mujeres que presentan un apego ansioso-ambivalente suelen experimentar una dependencia emocional intensa, manifestada en la búsqueda constante de

validación y cercanía emocional por parte de sus parejas. Esta necesidad constante de validación puede derivar en una dependencia emocional poco saludable, comprometiendo la autonomía y el bienestar personal. Finalmente, las mujeres con un apego desorganizado pueden experimentar una dependencia emocional confusa y contradictoria, caracterizada por la alternancia entre la búsqueda de cercanía y la evitación de la intimidad en las relaciones de pareja. Esta ambivalencia dificulta el establecimiento de relaciones estables y seguras, contribuyendo a un patrón de dependencia emocional inestable.

Consecuencias de la Dependencia Emocional

Las principales características de la dependencia emocional son:

“El vínculo con la pareja se convierte en una necesidad imperiosa para el individuo con dependencia emocional. Esta necesidad se traduce en una búsqueda constante de contacto, ya sea a través de la comunicación verbal (llamadas, mensajes), la presencia física (visitas inoportunas) o la participación conjunta en actividades (trabajo, ocio). La soledad se vuelve intolerable y surge la necesidad imperiosa de estar con la pareja en todo momento.” (Blasco, 2005, p. 57)

La dependencia emocional puede desencadenar una intensa búsqueda de conexión y proximidad con la pareja, convirtiendo dicha relación en la principal fuente de satisfacción emocional para el individuo afectado. En este contexto, la soledad se torna especialmente difícil de tolerar, ya que se experimenta como un estado emocional angustiante y desestabilizador. Este fenómeno puede manifestarse en una constante necesidad de la presencia y atención de la pareja, así como en una significativa dificultad para desenvolverse de manera autónoma fuera de la dinámica de la relación. En última instancia, esta dependencia emocional puede perpetuar un ciclo de necesidad y búsqueda de validación externa, afectando negativamente la salud emocional y el bienestar psicológico del individuo.

Como lo explica Blasco (2005), en la dependencia emocional, los deseos de exclusividad en la relación son bastante comunes. La exclusividad en la relación se refiere al deseo de tener una conexión especial y única con la pareja, donde se prefiere pasar la mayor parte del tiempo juntos, relegando otras relaciones y actividades sociales a un segundo plano. En el contexto de la dependencia emocional, esta necesidad de exclusividad se vuelve especialmente pronunciada, esto significa que la persona dependiente tiende a alejarse un poco de su círculo social. Prefiere pasar tiempo con su pareja, dejando de lado otras relaciones y actividades. Esta necesidad de exclusividad lleva a buscar una conexión total y exclusiva con la pareja, esperando que esta también se aíse y se entregue por completo a la relación. (p. 59)

Una característica común entre individuos que experimentan dependencia emocional es la presencia de un déficit notable en sus habilidades sociales. Esta deficiencia se atribuye a las características inherentes de la dependencia emocional, tales como la necesidad compulsiva de agradar a los demás y el miedo al rechazo, factores que pueden obstaculizar la capacidad de la persona para afirmar sus propios derechos y establecer límites saludables en las interacciones interpersonales. Como resultado, estas personas pueden mostrar una tendencia a ceder fácilmente ante las demandas de los demás y permitir que terceros se aprovechen de su vulnerabilidad emocional. Este patrón de comportamiento puede contribuir a un ciclo de dependencia emocional que perpetúa la sensación de falta de control y autonomía en las relaciones interpersonales, generando un impacto negativo en su bienestar psicológico y calidad de vida. (Blasco, 2005, p. 73). Este hallazgo sugiere que el déficit en las habilidades sociales, derivado de la necesidad compulsiva de agradar, el temor al rechazo y la propensión a permitir que otros se aprovechen de la persona dependiente puede representar un obstáculo significativo para el establecimiento de límites saludables y la gestión efectiva de las relaciones interpersonales.

Según José Luis Valdez Medina (2012) la deseabilidad social en la pareja se refiere al uso de estrategias por parte de los individuos para aumentar la probabilidad de ser aceptados y no rechazados por su pareja potencial o actual. Estas estrategias incluyen comportamientos como la exageración, el fingimiento, el ocultamiento y la apariencia de ser lo que no se es realmente. Se utilizan con el fin de mantener la relación, evitar conflictos, obtener aceptación y confianza, y evitar ser dejado por la pareja, se manifiesta en situaciones donde se busca agradar, evadir problemas, evitar el rechazo y lograr la aceptación del otro, implica la adopción de comportamientos socialmente deseables para mantener una relación de pareja. Se utiliza para mantener una relación de pareja, evitar conflictos, obtener aceptación y confianza, y evitar el rechazo. Sin embargo, pueden resultar en una falta de autenticidad y conexión genuina en la relación, ya que la persona puede sentir la presión de mantener una imagen idealizada o falsa de sí misma.

Conforme a la descripción de Blasco (2005), las personas que experimentan dependencia emocional se ven envueltas en un constante temor a la ruptura de la relación, tolerando situaciones de humillación, desprecio y maltrato debido a su aprensión hacia la soledad. Priorizan la continuidad de la relación, aun cuando esta sea tóxica, motivadas por una profunda necesidad de complacer a la pareja y un intenso miedo al rechazo. Esta deficiencia en habilidades sociales les impide defenderse y expresar sus propias necesidades, subrayando así la importancia crucial de buscar ayuda profesional para superar la dependencia emocional. (p. 67)

Esto pone de relieve la intrincada naturaleza y los desafíos inherentes vinculados con la dependencia emocional en el ámbito de las relaciones de pareja, resaltando la necesidad imperiosa de buscar asistencia profesional para superar dicho fenómeno y edificar relaciones más saludables y equilibradas.

Otro concepto explicado por Márquez Otero (2005) es el de la pareja irrompible es aquella que se caracteriza por una dinámica de encuentros y desencuentros constantes, en la cual ambos miembros están inmersos en una relación que parece resistir cualquier intento de separación o ruptura definitiva. Esta pareja experimenta dificultades para desvincularse emocionalmente y, aunque puedan pasar por momentos de distanciamiento temporal, eventualmente vuelven a acercarse sin lograr romper el vínculo de manera permanente. La pareja irrompible se encuentra atrapada en una dinámica donde alternan períodos de cercanía y separación, sin lograr una resolución definitiva de la relación. Esta situación puede llevar a un estancamiento emocional y dificultar el crecimiento personal y de pareja.

La pareja caracterizada por su aparente inquebrantabilidad se ve enredada en una dinámica de continuos altibajos, donde la reticencia a la separación y la estancada evolución emocional obstaculiza tanto el desarrollo personal como el de la relación en sí misma. Este escenario se presenta como un desafío significativo que demanda un abordaje profundo para explorar los problemas subyacentes y alcanzar una resolución satisfactoria que beneficie a ambas partes involucradas. Como Márquez Otero (2005) lo explica esto puede resultar en una baja autoestima para ambos miembros, quienes buscan constantemente validación y apoyo en la relación, a pesar de su disfuncionalidad. Además, la tendencia a idealizar al otro y a la relación impide reconocer aspectos negativos y realizar un duelo psíquico necesario para evolucionar emocionalmente. Como resultado, la falta de crecimiento personal y de pareja es evidente, ya que la relación no permite avanzar ni desarrollarse de manera individual. En conjunto, estas consecuencias pueden tener un impacto negativo en la salud mental y el bienestar de los involucrados.

En caso de que se de la ruptura de la relación al no encontrar algún tipo de solución o mejora se da el luto de la ruptura, que es el duelo amoroso y la dependencia emocional afectan la salud mental en mujeres tras una ruptura. Según Garcia (2022) encontraron que la dependencia emocional y la duración de la relación influyen en las emociones después de la ruptura. Además, la separación y las emociones negativas pueden causar problemas de salud mental como depresión y ansiedad. Es crucial intervenir temprano para prevenir problemas más graves. (p. 117-118)

Por parte del ministerio de salud del estado peruano (2015) en las relaciones de pareja, el amor genuino se distingue por su capacidad de aceptar a la pareja en su totalidad, incluyendo tanto sus virtudes como sus defectos. Esta aceptación va acompañada de un profundo respeto por la libertad individual de cada miembro de la pareja. En contraste, la dependencia emocional se manifiesta a través de comportamientos controladores y celos enfermizos, que reflejan una falta de aceptación y respeto hacia la autonomía del otro.

Esto nos quiere decir que mientras que el amor genuino se basa en la aceptación mutua y el respeto por la libertad individual de cada miembro de la pareja, la dependencia emocional se caracteriza por comportamientos controladores y celos enfermizos que reflejan una falta de aceptación y respeto hacia la autonomía del otro. Es importante reconocer estas diferencias para cultivar relaciones saludables y satisfactorias.

Una característica fundamental del amor genuino es la valoración de la felicidad que la pareja brinda, sin depender excesivamente de la validación externa para sentirse amado. Por el contrario, los individuos con dependencia emocional tienen una fuerte necesidad de sentirse amados y buscan constantemente esa validación en sus relaciones de pareja (ministerio de salud del estado peruano, 2015). Este patrón puede conducir a relaciones inestables y destructivas,

donde uno de los miembros puede obsesionarse o idealizar al otro, ejerciendo un control excesivo sobre la relación. Es fundamental reconocer estas diferencias para fomentar relaciones saludables y equilibradas.

Además, también mencionado por el ministerio de salud del estado peruano (2015) por el amor genuino fomenta la libertad individual dentro de la relación, permitiendo que ambos miembros crezcan y se desarrollen de manera independiente, en cambio, la dependencia emocional puede generar un ambiente de control y restricción, donde uno de los miembros busca satisfacer sus propias necesidades a expensas de la libertad y el bienestar del otro. En resumen, mientras que el amor genuino se basa en la aceptación, el respeto y la libertad mutua, la dependencia emocional se caracteriza por la necesidad excesiva de validación externa y el control sobre la pareja.

Marco Metodológico

3.1. Diseño y Tipo de Estudio

Este proyecto de investigación adoptará un enfoque descriptivo en virtud de su propósito de comprender y describir meticulosamente las consecuencias específicas derivadas de la dependencia emocional hacia la pareja en jóvenes adultas de sexo femenino. En lugar de perseguir relaciones causales o teorías explicativas sobre los determinantes de la dependencia emocional, el objetivo central radica en documentar y detallar exhaustivamente las diversas manifestaciones de esta dependencia y su impacto en la vida de las jóvenes adultas en este segmento demográfico. Asimismo, se empleará un enfoque explicativo para profundizar en la comprensión de los mecanismos subyacentes que contribuyen a estas consecuencias.

El método cuantitativo, según lo descrito por Pita Fernández (2002), se caracteriza por la recopilación y análisis de datos de variables mediante técnicas estadísticas. Dada la naturaleza de este proyecto de investigación, el método cuantitativo se considera apropiado debido a su capacidad para recabar datos cuantificables y estadísticos relativos a las consecuencias de la dependencia emocional en adultos jóvenes del sexo femenino. Esta metodología permitirá examinar el impacto de las diferentes dimensiones de la dependencia emocional en las participantes del estudio a un nivel analítico detallado.

El método inductivo emerge como una herramienta de gran valor en el marco de este proyecto de investigación, enfocado en explorar las consecuencias de la dependencia emocional en jóvenes adultas del sexo femenino. Al adoptar un enfoque inductivo, se propicia la recolección sistemática de datos empíricos relacionados con las repercusiones de la dependencia emocional en la mencionada población. Este enfoque posibilita el análisis y la identificación de patrones y tendencias emergentes en el comportamiento emocional y en las dinámicas de las

relaciones de pareja, permitiendo así una comprensión más profunda y contextualizada de las experiencias individuales en este ámbito específico.

3.2. Población y Muestra

La muestra para el proyecto de investigación estará compuesta por estudiantes de sexo femenino matriculadas en la carrera de enfermería y que estén en un rango de edad definido como "adultos jóvenes". Esta muestra podría ser seleccionada utilizando un muestreo aleatorio estratificado, donde se estratificaría a la población por año de estudio (por ejemplo, primero, segundo, tercer año, etc.) para garantizar una representación adecuada de cada grupo.

Como lo describen los autores Hernández Ávila & Carpio (2019), implica dividir la población en grupos similares internamente pero diferentes entre sí según una característica relevante. Se seleccionan muestras de cada estrato para garantizar representatividad y reducir el error muestral. (p. 78)

Para el cálculo del tamaño de la muestra en esta investigación, se consideró una población total de 680 mujeres matriculadas en la carrera de enfermería. Con el propósito de garantizar la representatividad y precisión de los resultados, se utilizó un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%. De acuerdo con los parámetros establecidos, el tamaño de la muestra necesario se calculó utilizando la fórmula para poblaciones finitas, resultando en un valor mínimo de 385 mujeres. Esta cifra asegura un nivel óptimo de precisión en los hallazgos obtenidos. Además, el error de muestra se estimó en aproximadamente 0.0026, lo que indica una reducida margen de variabilidad en los resultados. En cuanto al rango de confiabilidad, se estableció que los datos recopilados tendrán una precisión aproximada entre 384.9974 y 385.0026, lo cual refleja la robustez y validez de los resultados obtenidos en este estudio.

3.3. Técnicas e Instrumentos

En este proyecto de investigación, se opta por el uso del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) como herramienta fundamental para evaluar la dependencia emocional en la población colombiana. La relevancia del tema, junto con la validación del cuestionario específicamente para esta población, garantiza su adecuación cultural y lingüística, lo que resulta crucial para obtener resultados confiables y válidos. Además, según Hoyos (2006) las sólidas propiedades psicométricas del CDE, como su alta confiabilidad y validez de constructo, aseguran una medición precisa y consistente de los diferentes aspectos de la dependencia emocional. La amplia cobertura de dimensiones relacionadas con la dependencia emocional que ofrece el cuestionario permite una evaluación exhaustiva de este fenómeno en diversos contextos y relaciones interpersonales. Asimismo, el uso del CDE facilita la comparación de resultados con estudios previos que han empleado esta herramienta, contribuyendo así a la acumulación de evidencia científica y al avance teórico en el campo de la dependencia emocional.

El Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) fue desarrollado por Lemos y Londoño al “considerar necesario un instrumento que respondiera directamente al constructo de dependencia emocional, su creación se remonta al 2006” (Lemos Hoyos, 2006, p. 130). Este instrumento está diseñado para medir el grado de dependencia emocional en individuos, evaluando diversas dimensiones como la necesidad de aprobación, el miedo al abandono, la tendencia a la sumisión y la dificultad para establecer límites en las relaciones interpersonales. El CDE ha demostrado sólidas propiedades psicométricas, lo que lo convierte en una herramienta fiable y válida para la evaluación de la dependencia emocional en diferentes contextos y poblaciones. El CDE ha sido utilizado antes en Ecuador, específicamente por Uguña y Vega en

su trabajo “prevalencia de dependencia emocional en estudiantes universitarios”, donde mostraron resultados claros y satisfactorios para su estudio.

3.4. Procedimiento Que se Utilizará Para Analizar Datos

El procedimiento que se utilizara para analizar serán los baremos correspondientes del cuestionario de dependencia emocional (CDE) y el enfoque descriptivo se utilizará para analizar los datos recopilados sobre la dependencia emocional en mujeres jóvenes que cursan la carrera de enfermería en la Universidad Técnica Estatal de Quevedo. Este enfoque implica la descripción detallada y sistemática de las características, manifestaciones y consecuencias de la dependencia emocional en esta población específica.

3.5. Consideraciones Éticas

Este proyecto de investigación en psicología clínica se regirá por rigurosas consideraciones éticas para garantizar el respeto y la protección de los derechos de las participantes. En este sentido, se obtendrá el consentimiento informado de todas las participantes, asegurando que comprendan plenamente el propósito del estudio, los procedimientos involucrados y sus derechos de participación.

La confidencialidad de la información recopilada será primordial, asegurando que los datos sean tratados de forma anónima y que la identidad de las participantes se mantenga protegida en todo momento. Se procurará que el estudio beneficie a las participantes y contribuya al avance del conocimiento en el campo de la psicología clínica, al tiempo que se minimizará cualquier posible daño o malestar que puedan experimentar. Se respetará la autonomía de las participantes, dándoles la oportunidad de participar voluntariamente y retirarse

en cualquier momento sin consecuencias negativas. Además, el estudio estará sujeto a supervisión ética por parte de un comité de ética de la investigación, que garantizará el cumplimiento de los principios éticos y la protección de los derechos y el bienestar de las participantes, abordando cualquier preocupación ética de manera oportuna y apropiada. Estas consideraciones éticas son esenciales para asegurar la integridad y la validez del estudio, así como para proteger el bienestar de las participantes involucradas.

Discusión

En la presente investigación, se ha abordado de manera integral el fenómeno de la dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas de sexo femenino, centrándose en su impacto en las relaciones de pareja y en la vida emocional de las participantes. A lo largo del estudio, se ha procurado mantener una coherencia entre el problema planteado, la teoría aplicada y los métodos utilizados para su abordaje. Se ha adoptado un enfoque descriptivo para comprender las diversas manifestaciones de la dependencia emocional y un enfoque explicativo para profundizar en los mecanismos subyacentes que contribuyen a estas consecuencias, lo cual ha permitido una exploración detallada y sistemática del tema.

No obstante, es importante reconocer algunas limitaciones que surgieron durante el desarrollo de la investigación. En primer lugar, el alcance del proyecto al estar basado en una población tan limitada, al tener esta limitante el estudio podría no llegar a abarcar todos los casos pero se podría utilizar como referente para futuros estudios en el mismo contexto.

En cuanto a la validez del estudio, se ha procurado garantizarla mediante el uso de herramientas validadas y la adopción de procedimientos metodológicos rigurosos. Se ha prestado

especial atención a la confiabilidad de los datos y a la adecuación cultural y lingüística de los instrumentos utilizados.

Desde una perspectiva ética, se han tomado medidas para proteger los derechos y el bienestar de las participantes, incluyendo la obtención de consentimiento informado y la garantía de confidencialidad en el manejo de los datos.

En cuanto a los posibles usos de los futuros resultados para la neuropsicología clínica en Ecuador, se vislumbran varias aplicaciones significativas. Por ejemplo, los hallazgos podrían contribuir al diseño de intervenciones más efectivas para la prevención y el tratamiento de la dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas. Asimismo, podrían proporcionar información valiosa para el desarrollo de programas de educación y sensibilización dirigidos a promover relaciones de pareja saludables y equilibradas. En última instancia, se espera que los resultados de esta investigación inspiren nuevas investigaciones y contribuyan al avance del conocimiento en el campo de la psicología clínica en el contexto ecuatoriano.

Conclusiones y Recomendaciones

En resumen, este estudio sobre la dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas de sexo femenino proporcionaría valiosas perspectivas sobre un fenómeno complejo y significativo en el ámbito de la neuropsicología clínica. A lo largo de la investigación, se podría llegar a explorar detalladamente la naturaleza de la dependencia emocional, sus causas, manifestaciones y consecuencias, así como su impacto en las relaciones de pareja y la salud emocional de las personas afectadas. Los hallazgos obtenidos podrían revelar la interrelación de diversos factores, como las experiencias tempranas de apego, las habilidades sociales, la deseabilidad social en la

pareja y la dinámica de las relaciones irrompibles, en la configuración y perpetuación de la dependencia emocional.

En términos de validez, se destaca la utilización del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), validado para la población colombiana y utilizado con anterioridad en la población ecuatoriana, lo que garantiza la confiabilidad y validez de los resultados obtenidos. Asimismo, se reconoce la relevancia de los resultados para la neuropsicología clínica en Ecuador, ya que ofrecen nuevas perspectivas y enfoques para la promoción de relaciones de pareja saludables, la prevención de la dependencia emocional y el desarrollo de intervenciones efectivas para su tratamiento.

En consecuencia, se recomienda que este proyecto de investigación reciba apoyo continuo para su ejecución en el futuro, con el fin de ampliar su alcance y profundizar en áreas específicas de estudio. Se alienta a investigadores y profesionales de la neuropsicología clínica a continuar explorando y abordando la dependencia emocional desde una perspectiva multidisciplinaria, considerando su impacto en la salud mental y el bienestar emocional de las personas. Las conclusiones y recomendaciones derivadas de este estudio pueden servir como punto de partida para futuras investigaciones y programas de intervención destinados a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por la dependencia emocional.

Bibliografía

- Blasco, J. C. (2005). *Dependencia emocional características y tratamiento*. Madrid : Alianza Editorial .
- Braojos, O. B. (2011). *EL APEGO ADULTO: LA RELACIÓN DE LOS ESTILOS DE APEGO DESARROLLADOS EN*. Madrid : Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia.
- cols, V. G.-B. (2018). DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES:. *siglantana*, 14.
- Donoso Gallegos Verónica, G. P. (2021). Dependencia emocional transgeneracional: Mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en la Sierra del Ecuador. *Revista de Ciencias Sociales (RCS)*, 311.
- García, M. G. (2022). Dependencia emocional y violencia en pareja: una revisión de la literatura en el periodo 2017 y 202. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 117 - 128.
- Genaro Vega-Malagón, J. Á.-M.-M.-C.-S.-A. (2014). PARADIGMAS EN LA INVESTIGACIÓN. ENFOQUE CUANTITATIVO Y CUALITATIVO. *European Scientific Journal (European Scientific Institute)*, 524-525.
- Hernández Ávila, C. E., & Carpio, N. (14 de Abril de 2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta*, 78.
- José Luis Valdez Medina, M. U. (2012). DESEABILIDAD SOCIAL EN LA PAREJA. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 396-397.
- Lemos Hoyos, M. &. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población Colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 127-140.
- Manuel Ato*, J. J. (2013). *Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología*. Murcia: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.
- Márquez Otero, X. (2005). Ni contigo ni sin ti: la pareja irrompible. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 27-42.
- Nikell E. Zárate-Depraect, P. F.-F.-A.-F.-R. (06 de Julio de 2022). *Revista Medica Herediana. Dependencia emocional en estudiantes de Medicina*. Sinaloa , Mexico : Rev Med Hered.
- Pabón, D. &. (2019). Métodos, modelos y evaluación en la autopsia psicológica: una revisión bibliográfica en Iberoamérica. *Revista Criminalidad*, 145-159.
- Pita Fernández, S. P. (2002). *investigacion cuantitativa y cualitativa*. Corduña : Fistera.
- Piza Burgos, N. D. (02 de Diciembre de 2019). Métodos y técnicas en la investigación cualitativa. Algunas precisiones necesarias. *Revista Conrado*, 455-459.
- Salud, M. d. (13 de febrero de 2015). *Plataforma digital única del Estado Peruano*. Obtenido de gov.pe: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/30727-la-relacion-entre->

enamorados-que-oprime-o-controla-es-dependencia-emocional-y-nada-tiene-que-ver-con-amor1

Tello, J. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología (PUCP)*, 1-26.

Triadó, C. C. (2019). *Desarrollo adulto y envejecimiento*. Alianza Editorial.

Anexo A

Cuestionario de dependencia emocional

Lemos M. y Londoño, N.H (2006)

Instrucciones:

Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

	1	2	3	4	5	6
	Completamente falso de mí	la mayor parte falso de mí	Ligeramente más verdadero que falso	Moderadamente verdadero de mí	la mayor parte verdadera de mí	Me describe perfectamente
1. Me siento desamparado cuando estoy solo						1 2 3 4 5 6
2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja						1 2 3 4 5 6
3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla						1 2 3 4 5 6
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja						1 2 3 4 5 6
5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja						1 2 3 4 5 6
6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo						1 2 3 4 5 6
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado						1 2 3 4 5 6
8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme						1 2 3 4 5 6
9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje						1 2 3 4 5 6
10. Soy alguien necesitado y débil						1 2 3 4 5 6
11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo						1 2 3 4 5 6
12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás						1 2 3 4 5 6
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío						1 2 3 4 5 6
14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto						1 2 3 4 5 6
15. Siento temor a que mi pareja me abandone						1 2 3 4 5 6
16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella						1 2 3 4 5 6
17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo						1 2 3 4 5 6
18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo						1 2 3 4 5 6
19. No tolero la soledad						1 2 3 4 5 6
20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro						1 2 3 4 5 6
21. Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella						1 2 3 4 5 6
22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja						1 2 3 4 5 6
23. Me divierto solo cuando estoy con mi pareja						1 2 3 4 5 6