

UCUENCA

Universidad de Cuenca

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología

Dependencia emocional de la pareja y autoestima en adultos del Centro de Apoyo Psicológico de la ciudad de Cuenca en el periodo 2024-2025


Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología

Autor:

Karen Viviana Berrezueta Cordova

Director:

José Luis Santos Morocho

ORCID:  0000-0001-8824-6344

Cuenca, Ecuador

2020-02-25

Resumen

La dependencia emocional (DE) y la autoestima son constructos psicológicos interrelacionados que afectan de manera significativa el bienestar emocional de las personas. La DE se caracteriza por una necesidad excesiva de validación externa, especialmente en el contexto de las relaciones afectivas, mientras que la autoestima refleja la valoración que cada individuo tiene de sí mismo. Este estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la dependencia emocional hacia la pareja y la autoestima en adultos atendidos en el Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca. A través de un enfoque cuantitativo correlacional, se evaluó mediante una ficha sociodemográfica, la Escala de Dependencia Emocional (SED) y la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE). Los resultados indican que el 52% de los participantes presenta niveles extremos de DE, mientras que el 56% tiene una autoestima media y el 28% una autoestima baja. Además, se determinó que no existe relación entre las variables de estudios, y las sociodemográficas. El análisis correlacional evidenció una relación positiva entre DE y Autoestima, sin embargo, la correlación no es estadísticamente significativa. Se concluye que, los usuarios del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional revelan patrones de dependencia extrema y autoestima moderada, sin importar su caracterización sociodemográfica. De igual manera, no se puede confirmar si existe una relación fiable entre las variables.

Palabras clave del autor: dependencia relacional, vínculo afectivo, valoración personal, bienestar psicológico



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

Repositorio Institucional: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Abstract

Emotional dependency (ED) and self-esteem are interrelated psychological constructs that significantly affect individuals' emotional well-being. ED is characterized by an excessive need for external validation, particularly in the context of affective relationships, while self-esteem reflects an individual's self-assessment. The primary objective of this study was to determine the relationship between emotional dependency towards a partner and self-esteem in adults attending the Psychological Support Center for Emotional Dependency in the city of Cuenca. Through a quantitative correlational approach, the study evaluated participants using a sociodemographic form, the Emotional Dependency Scale (EDS), and the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Results indicate that 52% of participants exhibit extreme levels of ED, while 56% have moderate self-esteem and 28% low self-esteem. Additionally, it was determined that there is no relationship between the study variables and the sociodemographic characteristics. The correlational analysis revealed a positive relationship between ED and self-esteem; however, the correlation is not statistically significant. In conclusion, users of the Psychological Support Center for Emotional Dependency exhibit patterns of extreme dependency and moderate self-esteem, regardless of their sociodemographic profile. Similarly, it cannot be confirmed that a reliable relationship exists between the variables.

Author Keywords: relational dependence, emotional bond, personal value, psychological well-being



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

Institutional Repository: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Índice de contenido

Resumen.....	2
Abstract.....	3
Índice de contenido.....	4
Índice de tablas.....	5
Dedicatoria.....	6
Fundamentación Teórica.....	7
Proceso metodológico.....	19
Participantes.....	19
Criterios de inclusión y exclusión.....	21
Instrumentos.....	21
Procedimiento de la investigación.....	22
Procesamiento de datos.....	23
Consideraciones bioéticas.....	23
Resultados.....	25
Conclusiones.....	32
Limitaciones y recomendaciones.....	33
Referencias.....	35
Anexos Anexo A. Ficha sociodemográfica.....	42
Anexo B. Escala de Dependencia Emocional de la Pareja (SED).....	43
Anexo C. Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE).....	44
Anexo D. Consentimiento Informado.....	44

Índice de tablas

Tabla 1. Características de la muestra (N=50).....	21
Tabla 2. Dependencia emocional en la pareja.....	25
Tabla 3. Niveles de autoestima.....	26
Tabla 4. Dependencia emocional y variables sociodemográficas.....	27
Tabla 5. Nivel de autoestima y su relación con las variables sociodemográficas.....	29
Tabla 6. Relación entre la dependencia emocional a la pareja y la autoestima.....	31

Dedicatoria

Hoy agradezco a Dios por la oportunidad de estar aquí y continuar construyendo este camino llamado vida. Agradezco también a mis padres, Gladis y Jaime, quienes siempre han sido y serán el apoyo fundamental en cada paso que doy.

Gracias, mamá, por cuidar no solo de mí, sino también de mi hijo. Tu amor y dedicación son un pilar en mi vida, y siempre llevaré en mi corazón todo lo que haces por nosotros.

A mi familia en general, que siempre me ha demostrado su amor, afecto y cariño, quiero expresar mi gratitud. Gracias a mis abuelitos Florinda, José, Dorila y Alejandro, quienes desde niña me inspiraron a ser una profesional. A ti, Karina, por ser esa prima excepcional en mi vida. A mis tíos y tías, por su constante apoyo, y a mis hermanos Michael y Nico, por estar siempre a mi lado.

Y gracias a ti, Josué, mi hijo. Gracias por acompañarme en cada travesía, bajo la lluvia o el sol, y por recorrer junto a mí estos casi cinco años de universidad. Tu compañía ha sido mi mayor fortaleza.

Finalmente, gracias a mis amigas y amigos: Mica, Gabriela, Adriana y Cristhian. Su amistad ha atravesado cualquier barrera, y su cariño es, y siempre será, muy importante tanto para mí como para mi hijo.

Fundamentación Teórica

La dependencia emocional se conceptualiza como aquella necesidad intensa de carácter afectivo que una persona experimenta por su pareja, por lo general este comportamiento se acompaña de conductas de sumisión a fin de preservar la relación, lo cual repercute en la persona y se manifiesta por un estado de ánimo variable, problemas de autoestima, identidad y alteraciones emocionales, caracterizados principalmente por tristeza y miedo a la soledad (Urbiola et al., 2019). Aunque Moral et al. (2018) señalan que la dependencia emocional no solo abarca factores emocionales, sino también motivacionales, cognitivos y comportamentales, por parte de un miembro de la pareja hacia el otro, pues conciben que la dependencia emocional es producto de creencias distorsionadas y erróneas sobre el amor y la interdependencia de las relaciones sentimentales. Por lo que, para Quiroz et al. (2021) una persona que es dependientemente emocional, idealiza a su pareja a tal punto de verla como una persona excepcional, dado que esto busca patrones egocéntricos, dominantes y seguros de sí mismo, lo que hace que compense la baja autoestima de la otra persona.

En este sentido, la dependencia emocional exagera la baja autoestima en una persona, debido a que las percepciones, sentimientos y pensamientos que cada sujeto tiene de sí mismo, se construye a partir de las relaciones interpersonales forjadas desde la infancia y la edad adulta (Perales, 2021). Por lo que, los cambios afectivos entre la adolescencia y la adultez conlleva múltiples diferencias en el desarrollo vital del ser humano (Blandón-Hincapié y López-Serna, 2016). La cual, está determinada por pensamientos, sentimientos, emociones, actitudes, creencias, ideologías y experiencias que surgen a partir de la propia evaluación del individuo (Panesso y Arango, 2017).

Desde esta perspectiva, se observa que, en la actualidad, muchas relaciones de pareja enfrentan diversos problemas cotidianos, cuya solución radica en una comunicación adecuada y en la responsabilidad afectiva de ambas partes. No obstante, y como señalan Gil et al. (2021) las creencias erróneas sobre las relaciones amorosas perfectas, llevan a las parejas a enfrentar dificultades en su interacción diaria. Estas creencias equivocadas, como la idea de que el sufrimiento, la sumisión, el perdón repetido e incluso la legitimación de la violencia son parte del amor romántico, sin embargo, estas perpetúan relaciones tóxicas y generan problemas de dependencia emocional, que a su vez afectan la autoestima y el bienestar afectivo de uno o ambos miembros de la pareja.

Para Santamaría et al. (2015) la dependencia emocional está más relacionada con el género femenino en el contexto de una relación sentimental. A pesar de ello, se estima que, en los

adolescentes y adultos jóvenes, el problema de la dependencia emocional hacia la pareja se presenta en igual proporción entre ambos sexos.

Las personas que sufren de dependencia emocional suelen experimentar un deseo irresistible de estar con su pareja de manera sumisa. Cuando la pareja no está presente, estas personas pueden presentar síntomas de abstinencia, como ansiedad, miedo a la soledad, intolerancia a la frustración, vacío emocional, abatimiento, pensamientos y conductas autolíticas (Alalú, 2016). Además, suelen tener una identidad débil, carecen de iniciativa propia y dejan de lado sus propias necesidades para atender las de su pareja; Laca y Mejía, 2017).

En tal virtud, la dependencia emocional se manifiesta al momento de establecer una relación nueva o escoger una pareja, dado que se continúan perpetuando patrones problemáticos y tóxicos en un intento por satisfacer sus carencias afectivas (García y Parra, 2021). Según Pilco et al. (2021) en el Ecuador año tras año se detectan múltiples casos de violencia y dependencia emocional principalmente en mujeres, dado que suelen legitimar conductas de humillación, celos o incluso maltratos físicos y psicológicos por parte de sus parejas, lo que provoca que la relación se mantenga a pesar del impacto negativo que esto conlleva. Por lo tanto, la dependencia emocional no solamente tiene consecuencias negativas en el bienestar psicológico de cada persona, sino que aumenta la incidencia de casos violencia de pareja. Pues de acuerdo con Alvarado (2018) las mujeres presentan un grado de dependencia emocional más elevado a diferencia de los hombres, y por tanto, son más propensas a sufrir violencia o daños a su integridad.

Además, el Instituto Nacional de Estadística y Censo (INEC, 2019) señala que, “66 de cada 100 mujeres de estado conyugal divorciadas, separadas y viudas, han experimentado algún tipo de violencia por parte de su pareja a lo largo de su vida” (p. 54). En esta misma línea de investigación, el INEC (2019) manifiesta que en el Ecuador el 40,8% de las mujeres han sufrido violencia psicológica, lo que incluye comportamientos de humillación, descalificaciones, manipulación, posesividad, amenazas y constante culpabilización por parte de sus parejas.

Sobre la base de estas consideraciones, la Dependencia Emocional por sus siglas “DE” se define como una necesidad intensa y persistente de afecto, atención y protección por parte de otra persona, generalmente la pareja sentimental, generando un incremento en la autoestima, energía y motivación del individuo cuando siente que sus emociones son validadas y correspondidas (Lemos et al., 2019). Por el contrario, cuando percibe rechazo o se encuentra ante una posible ruptura, la persona experimenta un deterioro emocional

significativo, que afecta diversas áreas de su vida, como la familia, el ámbito social y laboral. Lo cual, genera inestabilidad y dificulta su capacidad para desenvolverse de manera autónoma (Arbinaga, 2021).

Según Yupanqui (2022) quienes padecen DE experimentan un miedo intenso a la separación de su pareja, que repercute en comportamientos poco adaptativos de manipulación y control emocional, afectando la libertad de la otra persona. El miedo intenso a la separación o el abandono desencadena conductas orientadas a garantizar la continuidad de la relación a cualquier costo, lo que interfiere en la autonomía y bienestar personal (Zárate et al., 2022).

Para Quiroz (2021) la DE surge cuando la persona percibe que su identidad y seguridad dependen de su pareja, al punto de renunciar a aspectos esenciales de su individualidad y tomar decisiones centradas únicamente en complacer y retener al otro. Este desequilibrio crea un círculo vicioso: mientras aumenta la necesidad de aprobación y afecto, se debilita la capacidad para tomar decisiones independientes (Amor et al., 2022). Por lo tanto, Waigel y Ayelén (2024) señalan que, en lugar de fomentar un vínculo de respeto y crecimiento mutuo, la relación se convierte en un espacio que perjudica tanto la autoestima, la salud emocional y la libertad tanto del dependiente emocional como de su pareja (Waigel y Ayelén, 2024). Pues, la presencia de sentimientos negativos, inseguridad y temor al abandono, se vuelven más evidentes, dado que el individuo siente que su valor y sentido de identidad dependen exclusivamente de la aprobación y atención de su pareja. En este sentido, la dependencia causa fluctuaciones significativas en el estado de ánimo, dado que puede experimentar alegría, euforia, tristeza, ansiedad, desesperación y preocupación ante la ausencia de su pareja (Momeñe et al., 2021). Estos cambios emocionales pueden afectar el bienestar general del individuo y causar una obsesión con la relación, descuidando otras áreas importantes de su vida (Salan, 2021).

En la Dependencia Emocional (DE), la dinámica de la relación de pareja se deteriora cuando uno de los integrantes exige atención constante, confundiendo el afecto genuino con un control emocional exacerbado. A diferencia de las relaciones saludables, que se sustentan en la reciprocidad y el equilibrio, la DE se caracteriza por la renuncia a la individualidad y la pérdida progresiva de la autonomía personal. Este fenómeno genera un ciclo vicioso en el que la baja autoestima refuerza la dependencia, y esta dependencia, a su vez, profundiza la disminución de la autoestima, consolidando un patrón relacional disfuncional y restrictivo (Velarde, 2022).

Hechas estas consideraciones, es necesario entender que la DE suele manifestarse en indicadores o síntomas como: *Miedo a la separación* donde la preocupación por el rechazo o el abandono genera ansiedad, lo que lleva a la persona a buscar rutinariamente confirmaciones frecuentes de amor o compromiso por parte de su pareja (Camarillo, 2020). *Baja autoestima*, la cual suele manifestarse a través de la valoración individual de la persona, donde las críticas y discrepancias en la relación son a menudo interpretadas como un ataque o una amenaza personal que genera inseguridad, desvalorización y una percepción negativa de sí mismo (Góngora., 2020).

Conductas de control y posesividad, para evitar la separación, la persona con DE tiende a adoptar comportamientos de vigilancia excesiva hacia su pareja, lo que suele dar lugar a celos y a la objetificación de la otra persona. Este patrón de conducta puede manifestarse en intentos de restringir las relaciones familiares y sociales del otro, motivado por el temor a perder el vínculo afectivo y por una necesidad de control sobre la relación (Góngora O., 2020). *Sacrificio excesivo*, los individuos con DE, suelen priorizar las necesidades, intereses y deseos de su pareja por encima de los propios, incluso si esto implica renunciar a metas personales, amistades o bienestar emocional, a fin de mantener la relación y evitar el rechazo o la separación. Sin embargo, con el tiempo esta dinámica genera frustración y resentimiento hacia la pareja (Momeñe., 2021). Dado que provoca un desequilibrio emocional que puede derivar en ansiedad, pensamientos obsesivos y síntomas depresivos, creando un clima de tensión continua (Amor et al., 2022; Palate y Zumbana, 2023). Además, el comportamiento posesivo que puede surgir en la persona dependiente desencadena ciertas limitaciones en la autonomía de su pareja, restringiendo su crecimiento personal y reduciendo sus actividades sociales (Palate y Zumbana, 2023).

En casos extremos, la DE fomenta vínculos perjudiciales caracterizados por ciclos de dolor, humillaciones y un riesgo elevado de violencia, ya sea desde el rol de víctima o agresor (Amor et al., 2022). Por otro lado, la DE de acuerdo con varios autores se manifiesta en diferentes niveles, que son importantes de considerar: *Dependencia emocional extrema*; se caracteriza por una total subordinación emocional hacia la pareja, donde el individuo prioriza constantemente las necesidades y deseos del otro sobre los propios; además, este nivel implica una pérdida casi completa de autonomía personal, un miedo intermitente a la separación y una insatisfacción constante consigo mismo, lo que puede llevar al incumplimiento de metas personales, aislamiento social y desequilibrios significativos en la relación (Laca y Mejía, 2017).

Dependencia emocional alta; la persona busca de manera constante la aprobación y validación de su pareja. Aunque conserva algo de autonomía, su comportamiento refleja una prioridad hacia el bienestar de la pareja por encima del propio. Este desequilibrio afecta su satisfacción personal, que queda dependiente de la aceptación o el cariño que reciba de la pareja (Calderón, 2020). *Dependencia emocional moderada*; caracterizada por una búsqueda ocasional de validación externa y una tendencia a priorizar las necesidades de la pareja en ciertos momentos, sin llegar a un nivel crítico. La persona puede estar generalmente satisfecha consigo misma, sin embargo, su autovaloración puede fluctuar en base a la dinámica de la relación. Este nivel permite cierta capacidad para mantener equilibrio en la vida personal y relacional (Góngora., 2020). *Dependencia emocional baja*; dentro de este nivel la persona mantiene un alto grado de autonomía emocional y un sentido de satisfacción consigo misma; quizá puede buscar apoyo y validación de su pareja en situaciones específicas, pero prioriza su bienestar personal y establece límites claros, lo que promueven una relación saludable y equilibrada (Camarillo, 2020).

Desde esta perspectiva, Castelló (como se cita en Alalú, 2016) señala que existen ciertos modelos teóricos que explican que la dependencia emocional se caracteriza por una extrema necesidad afectiva de parte de una persona hacia su pareja, destacando que la baja autoestima, baja tolerancia a la frustración, constante temor a la soledad, y la búsqueda de relaciones poco estables con la pareja son los elementos más importantes a destacar en una persona que presenta DE. Además, este modelo explica que las carencias afectivas y relaciones insatisfactorias desde temprana edad, genera disfuncionalidad sobre sí mismo y en su interacción con los demás. Así mismo, establece que en niños que han sido sobreprotegidos, la dependencia emocional se mantiene hasta la edad adulta, dado que no se desvincula de la figura de cuidador aun cuando haya experimentado sentimientos negativos en la relación.

Otra de las variables de estudio es la autoestima, la cual, de acuerdo con Perales (2021) se define como el conjunto de percepciones, valoraciones y emociones que cada persona tiene sobre sí misma. Incluye una perspectiva integral del ser, que abarca el reconocimiento de virtudes, imperfecciones, limitaciones y potencialidades que moldean la identidad personal. En este sentido, la autoestima se desarrolla a lo largo de la vida, influenciada por experiencias en el entorno social, como las dinámicas familiares, interacciones personales, amistades, y las percepciones de éxito o fracaso en diversas áreas, especialmente en el ámbito laboral, afectivo y de pareja (Nur, 2023).

La autopercepción juega un papel crucial en la autoestima, dado que la interacción del individuo con el medio, impacta significativamente en la toma de decisiones y responsabilidades frente a los desafíos cotidianos (Tamyres et al., 2022). Además de influir en el sentimiento de felicidad, logro y reconocimiento, moldeando la actitud del individuo para afrontar errores y celebrar sus éxitos diarios. Según Orth (2022) la autoestima es inherente al ser humano que no debe interpretarse como un juicio simplista sobre el valor personal. Por el contrario, es una amalgama de percepciones y valoraciones que afectan profundamente el bienestar psicológico. Por lo cual, la autoestima no solo determina cómo nos sentimos, sino también cómo interactuamos con el mundo que nos rodea.

De acuerdo con Perales (2021) la autoestima puede dividirse en dos niveles: *alta*, la misma que proporciona fortaleza emocional, fomenta la confianza en las propias capacidades y permite alcanzar metas y enfrentar obstáculos con resiliencia (Gonzales, 2021). Esto no implica la ausencia de dudas o inseguridades, sino la habilidad de gestionarlas sin que estas impacten negativamente el autoconcepto, ni la autopercepción (Pérez, 2019). En este sentido, las personas con una autoestima alta suelen mantener una visión equilibrada de sus logros y fracasos, lo que les permite aprender de sus experiencias, valorar sus esfuerzos y evitar caer en autocríticas excesivas o destructivas, por lo que, esto contribuye a un crecimiento personal sostenido ya una relación más sana consigo mismos y con su entorno (Ruiz, 2020). Es por ello, que según Muhammad y Jaffar (2022) las personas que poseen una alta autoestima sobre todo en el ámbito de las relaciones afectivas cuentan con diferentes cualidades: 1. no requieren la validación continua de su pareja, lo que facilita un vínculo más independiente. 2 poseen la habilidad de manifestar sus necesidades y aspiraciones sin miedo a ser desestimadas. 3 son receptivas al diálogo, dispuestas a solucionar desacuerdos y atentas a los sentimientos de su pareja. 4 Fomentan la autonomía y el crecimiento personal dentro de la relación, lo que fortalece el compromiso recíproco.

Mientras tanto, aquellos individuos que presentan un nivel bajo de autoestima muestran desvalorización individual, en donde el fracaso y las críticas son internalizadas, provocando deficiencias en la autoconciencia (García y Guitiérrez, 2022). Esta autodevaluación puede generar sensaciones de incapacidad y desesperación, además de una constante necesidad de validación externa (Orth, 2022). Los individuos con baja autoestima tienden a eludir riesgos y retos, lo que restringe su desarrollo personal debido al temor al fracaso.

La autodevaluación y la inclinación a interiorizar fracasos o críticas son rasgos propios de una autoestima baja, por lo que este estado emocional afecta profundamente el crecimiento

personal, dado que dificulta el reconocimiento de sus logros y capacidades, pues la búsqueda de validación externa, crea vínculos dependientes en el individuo (Ore, 2022).

Además, según Muhammad y Jaffar (2022) las personas que poseen una baja autoestima suelen tener las siguientes características: 1 Búsqueda de aprobación constante, para elevar su seguridad. 2 Comportamientos posesivos y envidias desmedidas llevan a la persona a dominar las acciones del otro . 3 La baja autoestima, que puede conducir a prevenir enfrentamientos y responder con defensa ante cualquier crítica. 4 asumir conductas perjudiciales por temor a quedarse en soledad o no sentirse lo suficientemente valiosos para merecer algo más.

Por tal motivo, es importante fomentar la autoaceptación y el autoconocimiento para prevenir modelos de conducta que limitan el desarrollo personal. Debido a que, la autoestima, no es un estado fijo, sino un proceso activo que se configura desde las primeras interacciones con el ambiente y las figuras de referencia, este constructo sigue una evolución mediante nuevas experiencias y vínculos (García y Guitierrez, 2022). En la adultez, la autoestima sigue desarrollándose a través de experiencias vivenciales, relaciones interpersonales y la capacidad de afrontar desafíos (Panesso y Arango, 2017). En el caso de los adultos que acuden al Centro de Apoyo Psicológico en Cuenca durante el periodo 2024-2025, este constructo adquiere especial relevancia, pues aquellas personas con dependencia emocional muestran bajos niveles de autoestima que pueden intensificarse a medida que interactúan con la pareja, donde afectan no solo las relaciones sentimentales, sino también la autonomía y la capacidad para tomar decisiones que favorezcan el bienestar emocional (Perales, 2021).

De esta manera, quien posee un buen autoconcepto es capaz de trabajar en sus debilidades, lo que le permite relacionarse de manera asertiva con los demás, siendo este un aspecto fundamental para su desarrollo socioemocional (Chernicoff, 2018). Teniendo en cuenta que las personas con una autoestima alta se caracterizan por una valoración positiva de sí mismas, lo que favorece el mantenimiento de un equilibrio entre la autocrítica constructiva y la valoración de sus logros. Este equilibrio fomenta la toma de decisiones independientes y la construcción de relaciones saludables, elementos clave para una vida plena y satisfactoria (Chernicoff y Rodríguez, 2019; García y Guitierrez, 2022).

En relación a estas variables de estudio Ducuara et al. (2021) refieren que la dependencia emocional (DE) está estrechamente relacionada con la salud mental, impactando significativamente el bienestar psicológico de quienes la padecen. Este fenómeno provoca una disminución de la autoestima y una afectación en el sentido de identidad personal. Las

personas con DE suelen tener una percepción distorsionada de la realidad, presentan obsesiones hacia su pareja y carecen de confianza en sí mismas. Son más vulnerables a la manipulación y el control, lo que repercute negativamente en su desempeño académico, laboral, en sus vínculos familiares y sociales (Gonzales et al., 2022).

La relación de pareja de un individuo emocionalmente dependiente puede verse gravemente afectada, lo que genera frustración, agotamiento emocional y una presión constante en la otra persona para satisfacer las demandas emocionales de su pareja (Waigel y Ayelén, 2024). Esta dinámica frecuentemente desencadena conflictos recurrentes, sentimientos de culpa y, en muchos casos, el progresivo deterioro del vínculo; los factores de riesgo asociados a la DE, como la baja autoestima y la necesidad persistente de validación externa, incrementan la inseguridad y el miedo a la separación en el individuo dependiente; esto da como resultado, a que la persona tiende a aferrarse de manera desproporcionada a su pareja, incluso mientras la relación se torna nociva para ambos (Abad et al., 2021). Incluso, los individuos que pueden llegar a tener una autoestima media pueden llegar a generar una DE esto debido a que se encuentran en un rango donde se perciben a ellos de manera dudosa, es otras palabras (Romero y Ginebra, 2022), no tienen un autoconcepto afianzado volviéndolos en personas vulnerables.

Dicho esto, existen diversas investigaciones acerca de dependencia emocional y autoestima a nivel internacional, nacional y local.

Con respecto a la dependencia emocional, en España el estudio realizado por Camarillo (2020) con una muestra de 53 hombres y 113 mujeres, encontró que no existía una diferencia significativa de DE en ambos géneros; sin embargo, resalta que es importante tomar en cuenta los factores como la autoestima y la autovaloración positiva, que actúa como un factor protector o de riesgo frente a la DE. De manera similar, Amor (2022) observó que, en una muestra de 257 personas, 144 mujeres maltratadas y 113 no maltratadas. Aquellas personas que han sufrido maltrato, presentaron altos niveles de DE hacia su pareja, además mostraron una baja autoestima, que estuvo ligada a soportar los abusos por parte de su pareja.

Por otro lado, Echeburúa et al. (2023) dentro de este mismo contexto, en una investigación cuya muestra fue de 100 hombres que se dividieron en 50 maltratadores y 50 que no lo eran. Se determinó que las personas que ejercían el maltrato a su pareja son las que puntuaron más alto en DE sobre las que no lo hacían. Concluyeron que esto se debía a múltiples factores, entre los más destacados fueron que el hombre maltratador poseía una baja autoestima al querer mantener a su pareja junto a ella, ejerciendo conductas de control e

incluso manifestando celos, por último, en las conductas de maltrato por parte de las parejas se evidenció que los factores socioeconómicos juegan un papel clave, pues se encontró que a mayor nivel educativo menos conductas de maltrato relacionadas a la dependencia emocional.

Aparte, Camarillo (2020) y Momeñe et al. (2021) realizaron investigaron que en España la DE comparte características clínicas con un trastorno adictivo. Esta similitud se explica por la constante necesidad de afecto y aprobación de la pareja, que convierte la relación en una especie de "adicción" en la que el individuo prioriza la relación sobre su propio bienestar emocional. Así mismo, como señala Ducuara et al (2021) este apego puede llegar a tal extremo que la persona justifica su sufrimiento con tal de evitar el temor de perder a su pareja.

En Colombia Martínez et al. (2019) observó que las personas que han experimentado carencias afectivas en su infancia, ya sea por falta de atención emocional de sus cuidadores o por vínculos inestables, suelen establecer relaciones de pareja en las que intentan llenar esos vacíos emocionales. Además, haber atravesado relaciones traumáticas previas, especialmente aquellas marcadas por el maltrato emocional, dicho de otro modo, estas conductas predisponen al individuo a la dependencia, pues este puede preferir mantenerse en una relación disfuncional antes que enfrentarse al dolor y la incertidumbre de una ruptura. Estas experiencias pasadas refuerzan el miedo a la soledad y a lo desconocido, lo que limita la capacidad de la persona para buscar relaciones más saludables.

A su vez, las variables sociodemográficas influyen significativamente en la DE, al determinar en gran medida las circunstancias personales y sociales que rodean a los individuos (Rodríguez y Díaz, 2017). Un factor relevante es el estado civil, de acuerdo a estudios previos, indica que las personas solteras o en relaciones inestables pueden presentar mayores signos de DE, porque buscan validación o seguridad afectiva, lo que en algunos casos incrementa su vulnerabilidad a situaciones de violencia (Rojas et al., 2009). Estas variables afectan la forma en que los individuos se relacionan y cómo buscan satisfacer sus necesidades emocionales, lo que puede tener un impacto en la estabilidad emocional y el bienestar general (Calderón, 2020). Cabe destacar que, el sexo también influye en la DE y autoestima, pues un género puede ser predominante en tener niveles altos de DE y autoestima que, en otros, como en el estudio de Valle (2018) quien encontró que los hombres poseían una mayor autoestima y DE que las mujeres.

Las diferencias de género y los roles asignados culturalmente influyen en cómo las personas manejan sus relaciones de pareja. Tanto hombres como mujeres pueden padecer DE, en

algunos estudios como el de Camarillo (2020) no se establecieron similitudes; sin embargo, Díaz (2023) Echeburúa et al (2023) y Amor et al (2022) con el mismo instrumento de DE determinó que las mujeres tienden a tener más ansiedad de separación que los hombres. El nivel socioeconómico puede impactar indirectamente, dado que las personas con menores recursos o acceso a redes de apoyo emocional pueden verse más vulnerables a la dependencia, por lo que buscan en sus parejas una fuente de estabilidad emocional y financiera (Olaso, 2022).

Existen estudios previos que han abordado la DE y la autoestima en parejas. En el estudio realizado en Colombia por Gil et al (2021) destacan que las creencias erróneas sobre el amor, como la idea de que el sufrimiento y la sumisión son parte del romance, genera dificultad en la interacción de pareja, lo que llega a afectar el bienestar emocional de ambos miembros. Una investigación realizada en España por Santamaría et al. (2015) indican que la DE se asocia más comúnmente con el género femenino, en poblaciones de estudiantes y adolescentes, el problema se presenta de manera similar en ambos sexos. En este contexto, se examinó a 33 mujeres con problemas de DE. Los resultados revelaron que las mujeres presentaban una baja autoestima, la cual se correlaciona negativamente con síntomas como somatización, hostilidad y DE. En conclusión, una compleja relación entre la DE y la autoestima, sugiere la necesidad de abordar ambos aspectos en la intervención terapéutica.

En otro estudio realizado en Brasil por Tomaz et al. (2022) observaron que, a menor autoestima, aumenta la probabilidad de sufrir maltrato psicológico por parte de sus parejas; también se encontró que la edad está relacionada con la DE y que esta es más alta en mujeres con mayor edad. A su vez, se evidenció que la baja autoestima hace que las víctimas de maltrato psicológico legitimen esta forma de violencia y aumente la DE por el dominante de la relación.

Por lo que, en estos estudios se ha identificado que creencias erróneas sobre el amor, baja autoestima y dinámicas de sometimiento en la pareja no solo perpetúan patrones de violencia y maltrato psicológico, sino que también limitan la autonomía emocional de los individuos, afectando su calidad de vida. Además, un estudio realizado en Perú por Marín (2019) en una población limeña de 172 estudiantes entre jóvenes y adultos jóvenes encontró que, la DE y autoestima están estrechamente ligadas, lo que denota que los participantes con autoestima alta no reportaban casos de DE hacia sus parejas, debiéndose a la seguridad de sí mismos. No obstante, se resaltó la importancia de considerar que la presencia de DE en parejas esta relacionada con la edad y el sexo de cada miembro de la pareja, pues en este apartado se especifica que las mujeres obtuvieron menores niveles de (DE) por último, concluyeron que

la DE se vincula con el factor de la edad, debido a que algunas personas carecen de muestras de afecto desde temprana edad, lo que implica el desarrollo de problemas de dependencia afectiva a mayor edad.

En el contexto local, en Cuenca se encontró un estudio cuantitativo realizado por Alvarado (2018) con una muestra de 220 mujeres, cuya edad promedio fue de 36 años. Los resultados revelaron que el 51.40% de las participantes presentó un grado medio de DE, un 18.60% mostró un nivel bajo y el 15.5% un nivel alto.

Además, se destacó que el 71% de las mujeres tenían una baja autoestima. Los hallazgos indicaron que la mayoría de las mujeres experimentan violencia psicológica y sexual por parte de sus parejas, con manifestaciones de ansiedad de separación y miedo a la soledad.

En cuanto a estudios bibliográficos Panesso y Arango (2017) señalan que la autoestima se construye a lo largo de la vida a través de experiencias y relaciones, lo que subraya la necesidad de analizar cómo la DE se vincula con una baja autoestima y patrones de dependencia en etapas más avanzadas de la vida. Este vacío en la literatura justifica la necesidad de investigar la relación entre la DE y la autoestima en una población adulta que busca asistencia psicológica, con el objetivo de aportar datos que contribuyan al diseño de intervenciones terapéuticas más eficaces y contextualizadas. Adicional a esto, las personas tienden a tener una identidad débil, carecen de iniciativa propia y suelen desatender sus propias necesidades para satisfacer las de su pareja. Como consecuencia, la DE se manifiesta en cada nueva relación que establecen, lo que perpetúa patrones problemáticos en un intento de cubrir sus carencias afectivas (García y Guitierrez, 2022).

En este contexto, el presente estudio es relevante porque permite no solo identificar el grado de DE y los niveles de autoestima en adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de Cuenca, sino también analizar cómo estos fenómenos se relacionan con variables sociodemográficas específicas como la edad, el género y el estado civil. Este enfoque integral ofrece una perspectiva más completa para comprender las dinámicas de dependencia emocional y autoestima en un contexto local, generando evidencia que puede orientar estrategias preventivas y terapéuticas adaptadas a esta población.

Por lo tanto, esta investigación responde a la necesidad de abordar un problema que, aunque ampliamente estudiado en otros contextos y poblaciones, requiere una exploración más profunda en adultos que buscan apoyo psicológico en Cuenca, proporcionando un marco que vincule la teoría con la práctica y contribuya al bienestar de esta comunidad.

Basado en esta premisa, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Existe relación entre los grados de dependencia emocional y los niveles de autoestima en adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca, en el periodo 2024-2025? Para dar respuesta a este problema de estudio, se planteó los siguientes objetivos: *objetivo general*: determinar la relación entre la dependencia emocional a la pareja y la autoestima en adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca. Mientras que como *objetivos específicos*: 1 identificar el grado de dependencia emocional a la pareja de adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca. 2 describir el nivel de autoestima de adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca. 3 analizar la relación de la dependencia emocional y autoestima con los factores sociodemográficos de los adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca.

Proceso metodológico

El enfoque utilizado fue cuantitativo, ya que la investigación recopiló datos mediante instrumentos de medición numérica, permitiendo su análisis a través de métodos estadísticos. Este enfoque permitió confirmar la hipótesis planteada, establecer los niveles de dependencia emocional (DE) y proporcionar evidencia para sustentar la teoría desarrollada en el marco teórico (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). Asimismo, la investigación tuvo un alcance correlacional, ya que buscó identificar la relación entre las variables de dependencia emocional hacia la pareja y autoestima. Este análisis permitió una comprensión más amplia sobre la DE, la autoestima y su posible relación con factores sociodemográficos. El diseño del estudio fue no experimental, ya que no se manipuló intencionalmente la variable independiente, que en este caso fue la DE hacia la pareja. Esto permitió observar el fenómeno en su entorno natural, tal como se presentaba en la realidad, sin la intervención directa de un experimentador o agente externo que alterara las variables o condiciones del estudio (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Participantes

Esta investigación se ejecutó en el Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca, para efecto del cual se requirió de la participación voluntaria de los adultos que acuden a este centro y que estén incluidos según los criterios de inclusión especificados más adelante.

El universo estuvo conformado por aproximadamente 100 usuarios, de los cuales se seleccionó una muestra representativa de 50 participantes. La selección de la muestra se efectuó por conveniencia, mediante criterios específicos de inclusión y exclusión, no probabilístico. Esto implicó que no se requiriera un cálculo estadístico ni el uso de fórmulas para determinar la muestra, siguiendo los lineamientos de Hernández-Sampieri y Mendoza (2018).

A continuación, en la tabla 1 se presentan las principales características de la muestra. Primero, en referencia al sexo, de los 50 participantes, el 86% eran mujeres y el 14% hombres. Segundo, en cuanto a la edad, la mayor proporción de participantes se encontraba en el rango de 21 a 27 años, representando el 38%, seguido de los rangos de 28 a 34 años con un 26%, y de 35 a 41 años con un 24%. Tercero, en relación al Estado civil, el 54% de los participantes son solteros, el 20% casados, el 18% divorciados, mientras que el 4% afirmaron estar separados, y el 2% vivir en unión libre. En cuanto al nivel socioeconómico, el 88% de los participantes pertenecían a un nivel socioeconómico medio, el 10% a un nivel alto y solo el 2% a un nivel bajo. Por su parte, en cuanto al tiempo de asistencia al centro, el 52%

de los participantes asistían desde hace menos de 6 meses, el 24% entre 6 meses y 1 año, el 16% entre 1 y 2 años, por ende el 8% restante, más de 2 años. De igual manera, acorde al lugar de residencia, el 76% viven en zonas urbanas, mientras que el 24% en zonas rurales. Por último, según el nivel de instrucción, la mayoría de los participantes, el 54%, tenían estudios de tercer nivel, el 26% contaban con educación secundaria, el 20% tenían cuarto nivel, y ninguno contaba con solo estudios primarios.

Tabla 1.

Características de la muestra (N=50)

Variable	Indicador	F	%
Sexo	Mujer	43	86%
	Hombre	7	14%
Edad	21 a 27	19	38%
	28 a 34	13	26%
	35 a 41	12	24%
	42 a 48	4	8%
	49 o más	2	4%
Estado civil	Soltero	27	54%
	Casado	10	20%
	Divorciado	9	18%
	Separado	2	4%
	Unión Libre	1	2%
Nivel Socioeconómico	Bajo	1	2%
	medio	44	88%
	Alto	5	10%
	(-) 6 meses	12	24%

Tiempo de asistencia	6 meses a un año	26	52%
	1 a 2 años	8	16%
	2 a 3 años	3	6%
	(+) 5 años o más	1	2%
Lugar de residencia	Urbano	38	76%
	Rural	12	24%
Nivel de instrucción	Primaria	0	0%
	Secundaria	13	26%
	Tercer nivel	27	54%
	Cuarto nivel	10	20%

Criterios de inclusión y exclusión

Como *criterios de inclusión* se consideró que los participantes sean mayores de 18 años, que formen parte del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional. Además, que posean un historial clínico de dependencia emocional en el contexto de relaciones de pareja. Por otro lado, los *criterios de exclusión* fueron, personas con condiciones médicas o psicológicas graves, es decir personas diagnosticadas con trastornos cognitivos o psicológicos graves que puedan interferir con la comprensión de los instrumentos o con su participación activa en el estudio. Otro criterio que se consideró es la duración de las relaciones, en este caso, personas cuyas relaciones de pareja no hayan alcanzado la duración mínima de dos años, ya que no permitiría explorar patrones emocionales de relaciones duraderas.

Instrumentos

Se aplicó una **ficha sociodemográfica (Anexo A)** como instrumento de elaboración propia, con el objetivo de recoger información sobre las características generales de los participantes, incluyendo variables como sexo, edad, estado civil, nivel socioeconómico, tiempo de asistencia, lugar de residencia y nivel de instrucción.

Además, se aplicó la **Escala de Dependencia Emocional de la Pareja (SED) (Anexo B)**: es una adaptación española realizada por Camarillo et al. (2020). Este cuestionario consta de 22 ítems, los cuales se responden mediante una escala tipo Likert con opciones que oscilan

entre 0 y 4, donde una mayor puntuación refleja un mayor nivel de DE. En cuanto a las propiedades psicométricas de este instrumento consta con un alfa de Cronbach= 0.90. Mientras que la presente aplicación obtuvo un alfa de 0.925, considerada fiable.

Para esta investigación, las puntuaciones de la SED se clasificaron en cuatro niveles, utilizando rangos determinados por percentiles según la adaptación de Camarillo et al. (2020) y estas fueron: Dependencia emocional baja: puntuaciones de 0 a 9 (percentil de 1 a 25); Dependencia emocional moderada: puntuaciones de 10 a 21 (percentil 30 a 70); Dependencia emocional alta: puntuaciones de 22 a 36 (percentil 75 a percentil 89); y Dependencia emocional extrema: puntuaciones de 37 a 88 (por encima del percentil 90).

Adicionalmente, se aplicó **la Escala de Autoestima (RSE) (Anexo 3)**, originalmente elaborada por Rosenberg (1965), elaborada con una medida unidimensional que permitió detallar el nivel de autoestima. Sin embargo, adaptaciones y validaciones posteriores, como la de Góngora y Casullo (2009), utilizada en el estudio, emplearon el mismo número de ítems, 10, pero con una estructura bifactorial, en los que se expone 5 frases enunciadas positivamente y 5 negativamente, para Autoestima positiva: se requiere sumar los ítems 1, 3, 4, 6, 7; mientras que para Autoestima negativa: los ítems 2, 5, 8, 9, 10. Cada uno de los ítems tiene 4 tipos de respuesta, entre 1 (muy en desacuerdo) y 4 (muy de acuerdo), cabe recalcar que los ítems para autoestima negativa requieren ser calificados de manera inversa. En cuanto a sus propiedades psicométricas se encuentra que posee el alfa de Cronbach de 0.70 y 0.78, y una fiabilidad total de 0.80. La presente aplicación obtuvo un alfa de 0.77, considerada fiable.

Procedimiento de la investigación

Para la recolección y recopilación de datos de este proyecto investigativo, en primera instancia se requirió la respectiva autorización del Centro de Apoyo Psicológico para la Dependencia Emocional en la ciudad de Cuenca, esto con la finalidad de cumplir con los lineamientos legales y de participación voluntaria por parte de la institución. Además, se contó con la aprobación del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH) de la Universidad de Cuenca. Posteriormente, coordinó la participación de aquellas personas que acuden al Centro de Apoyo Psicológico, que cumplieran los criterios de inclusión propuestos, se socializó los respectivos consentimientos informados e instrumentos. Realizadas las aplicaciones se procedió a digitalizar los datos recopilados mediante la herramienta Excel, para facilitar su procesamiento, y posterior análisis estadístico mediante el programa SPSS Versión 25.

Procesamiento de datos

Para el procesamiento se utilizó la base previamente digitalizada, y exportada a la herramienta estadística SPSS V25. Primero, se realizó la prueba de fiabilidad de los instrumentos o Alfa de Cronbach, para evaluar la consistencia interna de los instrumentos aplicados en el estudio. Se aplicó estadística descriptiva e inferencial para calcular medidas de tendencia central y de dispersión como, media y desviación estándar, así como para determinar la relación entre las variables Dependencia Emocional y Autoestima, y las variables sociodemográficas, con su respectiva prueba de hipótesis. Para el análisis de la relación entre las variables de estudio (niveles categóricos) y las variables sociodemográficas (nominales u ordinales) se empleó la prueba de Chi-cuadrado, pues, dicha prueba nos permite obtener un nivel de significancia, comparable con el nivel recomendado (0.05), para determinar si la proporción de participantes en cada nivel de dependencia varía según el sexo, rango etario, estado civil, entre otros. De igual manera, para el análisis correlacional general, primero se aplicó la prueba de normalidad o distribución propuesta por Shapiro-Wilk para muestras de 50 participantes o menos. Para la prueba de normalidad, se plantearon dos posibles hipótesis, por un lado, la hipótesis nula, los datos siguen una distribución normal; y por otro, la hipótesis alternativa, los datos no siguen una distribución normal. Según el p valor, se rechazó la hipótesis para una variable, pero en el caso de la segunda variable, no se rechazó la hipótesis nula, dando por entender que trabajamos con una muestra no paramétrica. Como se mencionó, dependiendo del p. valor o significancia se consideró que la muestra no sigue una distribución normal, lo cual determinó el uso de la prueba no-paramétrica de Spearman. El coeficiente determinó la existencia de relación entre las variables, mientras que la significancia, dependiendo de la prueba de hipótesis, si es estadísticamente significativa.

Consideraciones bioéticas

El presente estudio aborda el cumplimiento de los principios éticos generales establecidos por la American Psychological Association (2017), que incluyen: A) beneficencia y no maleficencia en el manejo de datos; B) fidelidad y responsabilidad, asegurando la confidencialidad de la información frente a personas ajenas a la investigación; C) promoción de la integridad y honestidad durante todo el proceso investigativo; D) planificación basada en la justicia, imparcialidad, objetividad y equidad, evitando cualquier práctica injusta; y E) respeto por los derechos y la dignidad de los participantes. Como principio fundamental, se priorizó la privacidad, el trato digno y la confidencialidad en la gestión de datos y resultados, garantizando la protección de la información proporcionada por los participantes. Para preservar la confidencialidad y el anonimato, se asignó un código numérico a cada

participante, evitando así comprometer su identidad. Dichos principios se comunicaron y aplicaron mediante el consentimiento informado (Anexo D).

Los instrumentos y el consentimiento informado fueron aprobados por el Centro de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH) y el Consejo Directivo de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. La evaluación y publicación de resultados no implican riesgos físicos, psicológicos o sociales para los usuarios del Centro de Apoyo Psicológico para la Dependencia Emocional en la ciudad de Cuenca. En cuanto a los beneficios, la información obtenida puede ser utilizada por la entidad y los profesionales responsables para fomentar la salud mental, desarrollar planes de intervención, analizar casos o generar reportes estadísticos futuros. Además, los datos publicados constituyen una base teórica y empírica para estudios posteriores o para diseñar estrategias de intervención en poblaciones similares. La autora declara no tener conflictos de interés y asegura que los resultados de la investigación serán utilizados únicamente para los objetivos propuestos. Una vez concluida la sustentación oral, el trabajo será depositado en el Repositorio Institucional, respetando los acuerdos de propiedad intelectual y licencia de publicación, con la garantía de que las ideas, opiniones y contenido expresados son responsabilidad exclusiva de la autora.

Resultados

Los resultados son presentados con base en los objetivos planteados, primero se presentan los objetivos específicos, y posteriormente, el objetivo general. Los resultados son presentados mediante tablas, con su respectivo análisis.

Dicho esto, el primer objetivo específico de esta investigación fue identificar el grado de dependencia emocional a la pareja de los adultos que acudieron al Centro de Apoyo Psicológico para DE. Para determinar el nivel correspondiente de cada participante, se utilizaron los puntos de corte establecidos por Camarillo et al. (2020). Por lo cual, en la Tabla 2 se pueden identificar que el 52% de los participantes presentan un grado de dependencia emocional extrema, siendo este el porcentaje más predominante. Un 20% tienen un grado de dependencia emocional alta, el 22% presentan un grado de dependencia emocional moderada. Finalmente, un 6% tienen un grado de dependencia emocional bajo. De igual manera, se identificó la media general de 37,66, correspondiente al nivel de dependencia emocional extrema: (puntuaciones de 37 a 88) (Camarillo et al., 2020). Estos resultados se muestran en los niveles más altos debido a que la población se enmarca dentro de un diagnóstico establecido de dependencia emocional.

Tabla 2

Dependencia emocional en la pareja

Nivel de dependencia emocional	Frecuencia (f)	Porcentaje (%)
Bajo	3	6%
Moderado	11	22%
Alto	10	20%
Extremo	26	52%
Total	50	100

Estos resultados reflejan una tendencia predominante hacia niveles altos de DE en los adultos del Centro de Apoyo Psicológico para DE en Cuenca. Estos resultados se contrastan con los encontrados por Camarillo (2020), pues en su muestra unidimensional detalla que el 45.3% de los participantes presentaban grados de dependencia emocional, sugiriendo que las personas con alta o extrema DE pueden estar en riesgo de desarrollar relaciones de maltrato, asumiendo roles de víctima y agresor. Por su parte, en el estudio de Amor (2022), con población de mujeres maltratadas se observó puntuaciones altas en DE, lo que refuerza la conexión entre la dependencia emocional y los vínculos de maltrato. Similar a lo expuesto por

Echeburúa (2023), quien también encontró niveles altos de dependencia emocional, y a su vez, concluyó que dicha dependencia se relacionaba con el comportamiento de maltrato en hombres, confirmando que los maltratadores tienden a puntuar más alto en escalas de DE. En relación al segundo objetivo de la investigación, en la tabla 3 podemos identificar los niveles de autoestima de los adultos que acudieron al Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional. Como dato con mayor relevancia encontramos que el 56% tienen autoestima moderada, mientras que el 28% de los participantes presentan baja autoestima, el 16% tienen alta autoestima, lo que representa el porcentaje más bajo. De manera general, la población obtuvo una media de 26.86, correspondiente al nivel de autoestima media (Puntaje de 26 a 29).

Tabla 3

Niveles de autoestima

Niveles	Frecuencia (f)	Porcentaje (%)
Autoestima elevada	8	16%
Autoestima media	28	56%
Autoestima baja	14	28%
Total	50	100

Los resultados obtenidos en este estudio coinciden con los encontrados por Romero y Ginebra (2022), quienes identificaron un nivel de autoestima media, ante lo que el autor agregó, que las personas con este perfil tienden a tener una valoración personal dudosa y características inseguras, lo que puede dar lugar a falta de confianza y aceptación de sí mismos, incrementando el riesgo de desarrollar problemas emocionales y relaciones disfuncionales. Mientras tanto, los resultados difieren parcialmente con lo encontrado por Tamyres (2022), cuyo predominio fue en los niveles de autoestima baja, seguido de autoestima moderada, además, señaló que los individuos con baja autoestima tienen una mayor predisposición a sufrir abusos psicológicos; así como las personas con autoestima moderada pueden tener cierta resiliencia, pero, es crucial fortalecer su autoestima para prevenir riesgos relacionados con la DE y otras dificultades emocionales. Por otra parte, el estudio de Rojas et al. (2009) encontró resultados de alta autoestima, que a su vez estaba asociado a la confianza en sus habilidades y una visión positiva de sí mismos.

Para dar respuesta al objetivo específico número tres, para analizar la relación entre la dependencia emocional (DE) y la autoestima con los factores sociodemográficos se utilizó la prueba de Chi-Cuadrado, pues se considera adecuado y factible para trabajar con variables de estudio por niveles o categóricas, y variables sociodemográficas nominales u ordinales.

En la Tabla 4, se observa, que en su mayoría los resultados no son estadísticamente significativos, ya que los valores superan el umbral de significancia de 0.05 (propuesto) en la totalidad de las variables sociodemográficas. En este caso, los valores de significancia muestran que no existe una asociación significativa entre las variables analizadas, es decir el nivel de dependencia emocional no guarda relación si el participante es hombre o mujer, su rango etario, entre otros.

Tabla 4*Dependencia emocional y variables sociodemográficas*

Variables		DE Bajo %	DE Moderado %	DE Alto %	DE Extremo %	Sig.
Sexo	Mujer	6%	14%	18%	48%	0.109
	Hombre	0%	8%	2%	4%	
Edad	21 a 27	0%	8%	4%	26%	0.39
	28 a 34	2%	2%	8%	14%	
	35 a 41	4%	8%	4%	8%	
	42 a 48	0%	2%	4%	2%	
	49 o más	0%	2%	0%	2%	
Estado Civil	Soltero	2%	12%	8%	32%	0.52
	Unión libre	2%	0%	0%	0%	
	Casado	0%	6%	4%	10%	
	Divorciado	2%	4%	8%	4%	
	Separado	0%	0%	0%	4%	
	Viudo	0%	0%	0%	2%	
Nivel Socioeconómico	Alto	0%	0%	2%	8%	0.74
	Medio	6%	22%	18%	42%	
	Bajo	0%	0%	0%	2%	
Tiempo de asistencia	Menos 6 meses	2%	4%	8%	0%	0.40
	6 meses a 1 año	2%	8%	8%	0%	
	1 a 2 años	2%	4%	2%	0%	

	2 a 3 años	0%	4%	2%	0%	
	5 años o más	0%	2%	0%	0%	
Lugar de residencia	Urbano	6%	18%	12%	40%	0.46
	Rural	0%	7%	8%	12%	
Nivel de Instrucción	Secundaria	0%	6%	4%	16%	0.36

Los resultados contrastan con los hallazgos de Calderón (2020), quien observó que las variables sociodemográficas sí se relacionaban significativamente con la DE, especialmente el nivel de instrucción, ya que las personas con menor nivel educativo tendían a tener mayores niveles de DE. En cambio, en el presente estudio no se halló una relación significativa entre el nivel de instrucción y la DE. Agregando a esto, el estudio de Zárate et al. (2022), realizado con jóvenes universitarios, destacó la influencia del contexto académico y social en el desarrollo de la DE, pues, la búsqueda de apoyo social aumentó la propensión a la DE, especialmente en mujeres, quienes presentaron los niveles más altos de dependencia emocional. Por su parte, Echeburúa et al. (2023), identificaron que los individuos con una economía baja eran más propensos a desarrollar DE, mientras que aquellos con economía media-alta tenían menor probabilidad de experimentar dependencia emocional.

Los resultados de este estudio coinciden con los obtenidos por Valle (2018), quien reportó diferencias significativas entre la DE y el sexo, y entre la DE y edad, destacando que los hombres presentaron mayores puntuaciones de DE, posiblemente debido a su historial de relaciones de pareja previas. Esto sugiere que el historial de relaciones podría ser un factor importante a considerar en el estudio de la DE. Valle (2018) también señala la importancia de ampliar el tamaño de la muestra para poder identificar una relación más clara entre las variables sociodemográficas y la DE, conclusión que también es compartida en este estudio debido al tamaño de la muestra (50 participantes).

No fue posible realizar comparaciones con otros estudios en cuanto a variables como estado civil, lugar de residencia y tiempo de asistencia, debido a la carencia de estos antecedentes dentro del campo de la investigación.

En cuanto a la relación entre autoestima y las variables sociodemográficas, en la tabla 5 podemos visualizar que no se encontró una relación significativa, ya que los valores también superaron el 0.05 (significancia sugerida) en las variables edad, estado civil, nivel socioeconómico, tiempo de asistencia, lugar de residencia y nivel de instrucción. Al igual que con la DE los valores se mantienen por encima del nivel de significancia, esto puede deberse a que las variables sociodemográficas no afectan el nivel de autoestima, o los resultados pueden deberse al azar.

Tabla 5

Nivel de autoestima y su relación con las variables sociodemográficas

Variables		Autoestima elevada (%)	Autoestima media (%)	Autoestima baja (%)	Sig.
Sexo	Mujer	14 %	44%	28%	0.24
	Hombre	2%	12%	0%	
Edad	21 a 27	8%	16%	14%	0.41
	28 a 34	0%	22%	4%	
	35 a 41	4%	12%	8%	
	42 a 48	2%	4%	2%	
	49 o más	2%	2%	0%	
Estado Civil	Soltero	8%	30%	16%	0.42
	Unión libre	0%	2%	0 %	
	Casado	2%	8%	10%	
	Divorciado	6%	10%	2%	
	Separado	0%	4%	0%	
Nivel Socioeconómico	Viudo	0%	2%	0%	0.741
	Alto	2%	4%	4%	
	Medio	14%	50%	24%	
Tiempo de Asistencia	Bajo	0%	2%	0%	0.52
	(-) 6 meses	4%	16%	0%	
	6 m a 1 año	2%	8%	0%	
	1 a 2 años	2%	4%	0%	
	2 a 3 años	0%	4%	0%	
Lugar de Residencia	(+) 5 años	0%	0 %	0%	0.463
	Urbano	16%	40%	20%	
Nivel de Instrucción	Rural	0%	16%	8%	0.38
	Secundaria	2%	16%	8%	
	Tercer nivel	12%	30%	12%	
	Cuarto nivel	2%	10%	8%	

Los hallazgos obtenidos difieren con investigaciones previas, como las de Rodríguez y Díaz (2017), quienes encontraron una relación significativa entre el sexo y los niveles de autoestima, donde los hombres mostraron niveles más altos. De manera similar, en el estudio de Rojas et al. (2009), que observó una relación entre el sexo y la autoestima, aunque con una diferencia en cuanto al nivel de instrucción. Mientras que, en su estudio, las personas con educación superior presentaban una autoestima más baja, este no fue el caso en la presente investigación, donde no se observó relación significativa entre nivel de instrucción y autoestima. Al igual que con la discusión de DE y variables sociodemográficas, ante la ausencia de estudios antecedentes locales e internacionales, no es posible realizar la comparación con variables como estado civil, edad, lugar de residencia y tiempo de asistencia.

Por último, en la tabla 6, para dar respuesta al objetivo general, se determinó la relación entre la dependencia emocional a la pareja y la autoestima. Primero, mediante la prueba de distribución o normalidad de Shapiro-Wilk, para 50 participantes o menos. Para realizar la prueba de normalidad de datos es necesario plantear dos posibles hipótesis, por un lado, la hipótesis nula, los datos siguen una distribución normal; y por otro, la hipótesis alternativa, los datos no siguen una distribución normal. En este caso, la prueba dio como resultado un p valor de 0.054 para Dependencia Emocional, superior al 0.05 recomendado, por lo tanto, no se rechaza H_0 , se considera una distribución normal; por lo contrario, para la variable autoestima se obtuvo un p valor de 0.04, inferior al 0.05 recomendado, por ende, se rechaza H_0 , se considera que no sigue una distribución normal.

Para el análisis correlacional se aplicó a prueba o coeficiente de Spearman para muestras no paramétricas. Se obtuvo un coeficiente de correlación de 0.95, lo cual indica una correlación muy fuerte y positiva entre las dos variables, es decir aumentan o disminuyen simultáneamente. Por otra parte, el nivel de Significancia es de 0.51, mayor a 0.05 recomendado, lo que indica que la correlación no es estadísticamente significativa, en otras palabras, se maneja la hipótesis que la relación entre la dependencia emocional a la pareja y la autoestima en adultos del Centro de Apoyo Psicológico podría deberse al azar, o que no existe suficiente confianza para afirmar que existe una correlación real en la población.

Tabla 6

Relación entre la dependencia emocional a la pareja y la autoestima.

Correlación de Spearman		
		Dependencia Emocional
	Coefficiente de correlación	0.095
Autoestima	Sig. (Bilateral)	0.51
	N.	50

Estos resultados coinciden con los hallazgos de Echeburúa et al. (2023), quienes identificaron que la DE tiene mayor relación significativa con factores como la depresión, pero no con la autoestima. En su estudio, se encontraron otros elementos influyentes como el alcoholismo, el estrés, y factores sociodemográficos. De igual manera, Tamyres (2022) concluyó en su estudio que los individuos con baja autoestima tienen una mayor predisposición a sufrir abusos psicológicos y desarrollar dependencia emocional (DE).

Los resultados difieren con lo encontrado por Palate y Zumbana (2023), quienes concluyeron que sí existe una relación significativa entre la DE y la autoestima, con una correlación negativa, es decir, los niveles bajos de DE se asociaban con una autoestima alta. Amor et al. (2022) también destacaron una conexión entre la DE y la baja autoestima, argumentando que la dependencia emocional genera importantes carencias afectivas que afectan la percepción de valía personal.

Por otro lado, Yupanqui (2022) posterior a revisión sistemática de DE y Autoestima, llegó a la conclusión que, las personas con DE suelen mostrar un intenso deseo de afecto, lo que puede derivar en dinámicas perjudiciales que impactan en su autoestima. Sin embargo, este autor señala que factores como las estrategias de afrontamiento y los niveles de intervención terapéutica pueden mitigar el efecto de la DE sobre la autoestima, lo cual podría explicar la ausencia de una relación significativa en este estudio.

Conclusiones

Se identificó que los adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional en la ciudad de Cuenca presentan, en su mayoría, un grado extremo de dependencia emocional hacia sus parejas, esta condición impacta negativamente su identidad y seguridad personal, promoviendo patrones de renuncia a su individualidad y la toma de decisiones basadas en la complacencia y retención del otro. Estos hallazgos coinciden con lo planteado por algunos autores quienes señalan que la dependencia emocional implica una intensa necesidad de afecto y aprobación, lo que limita la autonomía y refuerza relaciones disfuncionales. El alto índice de dependencia afecta principalmente la capacidad cognitiva de autoestima, emocional y de recompensa.

En el caso de los niveles elevados de dependencia emocional encontrados, puede justificarse debido a que la población escogida por conveniencia ya posee un diagnóstico de DE. Estos hallazgos reflejan la magnitud de esta problemática en el contexto analizado, subrayando la necesidad de intervenciones específicas y urgentes que aborden la dependencia emocional desde una perspectiva integral. El conocimiento de estos niveles permite comprender no solo las dinámicas afectivas disfuncionales, sino también los factores individuales que perpetúan estos patrones, lo que puede guiar el diseño de estrategias terapéuticas orientadas a fomentar la autonomía emocional y el bienestar personal.

El predominio de la autoestima moderada en los adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional sugiere que, si bien estas personas cuentan con un nivel de percepción personal relativamente equilibrado, existen áreas vulnerables que podrían limitar su capacidad para afrontar de manera efectiva los desafíos emocionales derivados de la dependencia emocional. Por otro lado, la significativa proporción de participantes con baja autoestima pone de manifiesto una población con mayor riesgo de experimentar patrones relacionales disfuncionales y dificultades para desarrollar autonomía emocional. La literatura indica que las personas con baja autoestima tienden a experimentar relaciones interpersonales caracterizadas por la inseguridad y el miedo al abandono, lo que podría explicar la alta prevalencia de dependencia emocional en la muestra analizada. En contraste, el reducido porcentaje de personas con alta autoestima resalta que, dentro de esta población, mantener una percepción positiva de sí mismos puede ser un desafío considerable, probablemente influido por factores emocionales y relacionales subyacentes.

El análisis de la relación entre la dependencia emocional (DE), la autoestima y los factores sociodemográficos de los adultos del Centro de Apoyo Psicológico evidencia la ausencia de relaciones estadísticamente significativas con las variables analizadas, tales como edad, estado civil, nivel socioeconómico, tiempo de asistencia, lugar de residencia y nivel de instrucción. Este resultado indica que, en la muestra estudiada, estas características

demográficas no constituyen factores determinantes en los niveles de DE o autoestima, lo que sugiere que dichos constructos podrían estar más relacionados con aspectos psicológicos y relacionales, como han señalado autores en sus estudios sobre apego y dependencia afectiva. Este hallazgo enfatiza la necesidad de intervenciones psicológicas enfocadas en el fortalecimiento de la autonomía emocional y el desarrollo de estrategias de afrontamiento efectivas para reducir la dependencia en relaciones de pareja. Ante esta situación varios estudios enmarcan la recomendación de utilizar una muestra más amplias y representativas, así como metodologías que permitan explorar con mayor detalle esta interacción y lograr un análisis más extenso.

Finalmente, en respuesta a la pregunta de investigación, en la presente investigación no se evidencio una relación estadísticamente significativa entre la dependencia emocional (DE) hacia la pareja y la autoestima. Mediante el análisis correlacional de Spearman, se identificó que el valor p corresponde a una relación fuerte entre las variables, sin embargo, el valor de significancia mostró que la correlación no es estadísticamente significativa, es decir, se aceptó la hipótesis que la relación entre la dependencia emocional a la pareja y la autoestima en adultos del Centro de Apoyo Psicológico podría deberse al azar, o que no existe suficiente confianza para afirmar que existe una correlación real en la población.

Estos patrones sugieren que la interacción entre la DE y la autoestima puede estar influida por factores individuales o contextuales no considerados en este estudio. Los resultados destacan la complejidad del vínculo entre DE y autoestima, abriendo la puerta a investigaciones futuras que aborden estas variables desde enfoques más amplios.

Limitaciones y recomendaciones

Como **limitaciones** del estudio, primero, una de las principales limitaciones fue el tamaño reducido de la muestra y la falta de una distribución equitativa entre hombres y mujeres, con una marcada predominancia de participantes femeninas. Esta desproporción limitó la capacidad de generalizar los hallazgos y afectó el análisis de posibles diferencias de género en la relación entre dependencia emocional (DE) y autoestima. Por otra parte, al realizar la investigación en el Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional en la ciudad de Cuenca, se restringe la generalización de los resultados a otras poblaciones. Este enfoque delimitado, aunque útil para el análisis contextualizado, subraya la necesidad de ampliar la diversidad de las muestras en investigaciones posteriores. De igual manera, los instrumentos empleados al no ser validados o contextualizados en poblaciones como la mencionada pueden incidir en la comprensión y resultados. Agregado a esto, se puede mencionar la

escasez de investigaciones antecedentes a nivel nacional y local relacionadas con las variables abordadas.

Como **recomendaciones**, a nivel investigativo, ampliar y equilibrar las muestras. Puesto que la presente investigación presentó la dicha limitación, se considera fundamental incrementar el tamaño de la muestra y garantizar una distribución equitativa entre géneros en investigaciones futuras. Esto permitirá explorar con mayor precisión las posibles diferencias entre hombres y mujeres en la interacción entre DE y autoestima, así como obtener resultados más representativos.

Desde el punto de vista profesional, sería pertinente desarrollar un plan integral de prevención y promoción de la salud mental en los usuarios del centro de atención psicológica y en poblaciones similares, con un enfoque psicoeducativo y terapéutico centrados en fortalecer los pilares de la autoestima, como el autoconocimiento, la autoaceptación y la resiliencia emocional. Estas intervenciones podrían enfocarse en poblaciones con autoestima baja como la participante, para proporcionarles herramientas prácticas para enfrentar desafíos emocionales. De considerarse significativos los resultados obtenidos con relación a los elevados niveles de dependencia, y autoestima moderada, se sugiere utilizar enfoques basados en la terapia cognitivo-conductual, la terapia de aceptación y compromiso las cuales han demostrado eficacia en la modificación de esquemas de dependencia afectiva.

Referencias

- Alalú, D. (2016). Dependencia emocional según la Teoría de Jorge Castelló. Un estudio de caso. [Tesis de grado] Universidad de Lima. https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/1881/Alalu_De_Los_Rios_Deborah.pdf
- Abad, T., Larrea, L., y Ana, P. (2021). Dependencia emocional como Rasgo predisponente en la violencia Psicológica. *PH PRO HOMINUM*, 3(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0095>
- Alvarado, D. (2018). *Violencia de pareja, dependencia emocional y actitud hacia la violencia sufrida en mujeres de Sinincay-Cuenca 2018* [Tesis de maestría, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional Universidad de Cuenca. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31721>
- American Psychological Association. (2017). Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. *APA*. <https://www.apa.org/ethics/code/index>
- Amor, P., Echeburúa, E., y Camarillo, L. (2022). Dependencia emocional y maltrato en mujeres víctimas de violencia contra la pareja1. *Behavioral Psychology*, 30(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.51668/bp.8322115s>
- Arbinaga, F. (2021). Jealousy, Violence, and Sexual Ambivalence in Adolescent Students According to Emotional Dependency in the Couple Relationship. *MDPI*, 8(11). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/children8110993>
- Blandón-Hincapié, A. I. y López-Serna, L. M. (2016). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (1), 505-517. <https://doi:10.11600/1692715x.14134271014>
- Calderón, J. (2020). Dimensiones de la dependencia Emocional más frecuentes en mujeres afectadas por violencia de género del centro de Apoyo Psicológico de Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca. *Universidad Politécnica Salesiana*, 7. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/26934/1/UPS-CT011159.pdf>
- Camarillo, L., Ferre, F., Echeburúa, E., & Amor, P. J. (2020). Partner's Emotional Dependency Scale: Psychometrics. *Actas Españolas De Psiquiatría*, 48(4), 145–153. <https://actaspsiquiatria.es/index.php/actas/article/view/308>

- Chernicoff, L. (2018). Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno. *Dossier*, 72(1), 29-37. <https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/6.pdf>
- Chernicoff, L., y Rodríguez, E. (2019). *Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno*. DOSSIER. <https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/6.pdf>
- Díaz, J. (2023). Emotional Dependency and Depressive Symptoms in Mexican Couples. *CNEIP*, 2. <https://doi.org/https://doi.org/10.62364/cneip.5.2023.182>
- Ducuara, L., Calderón, A., & Galindo, J. (2021). *La dependencia emocional en las relaciones de pareja* [Tesis de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional Universidad Cooperativa de Colombia. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/41c7e03a-498f-40e0-b856-046a12b3ba7d/content>
- Echeburúa, E., Amor, P., Sarasua, B., y Camarillo, L. (2023). Emotional dependency in male perpetrators of intimate partner violence in community treatment: A pilot study. *Anuario de Psicología Jurídica*, 33(1), 1-7. <https://doi.org/https://doi.org/10.5093/apj2022a1>
- Estévez, A., Chávez-Vera, M. D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., y Iruarrizaga, I. (2018). El papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 34(3), 438–445. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>
- García, S., y Gutiérrez, A. (2022). Índice de masa corporal asociado a imagen corporal y autoestima en adultos jóvenes, UMF 62. *Scielo*, 10(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.24875/rmf.22000046>
- García, K. y Parra, K. (2021). Dependencia emocional en parejas con relaciones afectivas como noviazgo, unión libre y matrimonio. [Monografía] Universidad de Pamplona. http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12744/4885/1/Garcia_Parra_2021_TG.pdf
- Gil, H., Alba, C., Sosa, Y., & Gutiérrez, A. (2021). La dependencia emocional: un problema de la psicología y otras ciencias humanísticas. *Scielo*, 13(2), 269-286. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v13n2/2077-2874-edu-13-02-269.pdf>
- Góngora, O. (2020). Dependencia emocional y síntomas depresivos en mujeres víctimas de violencia familiar. Centro de Salud Mental Comunitario Virgen Asunta, 2020.

Universidad Científica, 1(29), 1-38.

<https://doi.org/https://doi.org/10.21142/te.2020.1532>

Góngora, V., y Casullo, M. (2009). Validación de la escala de autoestima de Rosenberg en población general y en población clínica de la Ciudad de Buenos Aires. *Redalyc*, 1(27), 179-194. <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645443010.pdf>

Gonzales, A. (2021). Violencia y dependencia emocional en parejas adolescentes de educación secundaria de la región Huancavelica, Perú. *Revista Espacios*, 98. <https://doi.org/10.48082/espacios-a21v42n05p07>

Gonzales, A., Riveros, D., y Terrazo, E. (2022). Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19. *Scielo*.

<https://doi.org/https://doi.org/10.36097/rsan.v0i52.2147>

Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología De La Investigación: Las Rutas Cuantitativa, Cualitativa Y Mixta*. Mc Graw Hill.

Hernández. (2023). *Metodología de la Investigación*. Mc Graw Hill.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2019). Principales resultados de la Encuesta Nacional de Violencia de Género contra las Mujeres en el Ecuador. https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/Violencia_de_genero_2019/Principales%20resultados%20ENVIGMU%202019.pdf

Laca, F., y Mejía, J. (2017). dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. *redalyc*, 22(1), 66- 75. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161006.pdf>

Lemos, M., Vásquez, A., y Calderón, J. (2019). Potential Therapeutic Targets in People with Emotional Dependency. *International Journal of Psychological Research*, 12(1), 18 - 27. <https://doi.org/10.21500/20112084.3627>

Marín, A. (2019). Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. *Casus*, 4(2), 85- 91. <https://doi.org/https://doi.org/10.35626/casus.2.2019.176>

Martínez, J., Sandoval, M., y Soler, M. (2019). Duelo Amoroso, Dependencia Emocional y Salud Mental en mujeres que han terminado una relación de pareja. *Universidad*

Pedagógica y Tecnológica de Colombi, 103.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v21n1a07>

Momeñe, J. (2021). Factores Psicológicos Intervinientes en la relación entre la Dependencia Emocional Y la Violencia de Pareja. *Tesis de Doctorado*. UNED, Murillo.
<https://apidspace.linhd.uned.es/server/api/core/bitstreams/f0651b9a-b2a1-4802-8a70-307b4f355a71/content>

Momeñe, J., Estévez, A., y Olave, L. (2021). Estilos de afrontamiento, esquemas disfuncionales y síntomas psicopatológicos relacionados con la dependencia emocional hacia la pareja agresora. *Behavioral Psychology*, 31.
<https://doi.org/https://doi.org/10.51668/bp.8321102s>

Moral, M. 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. <http://doi:10.4067/S0718-48082018000300156>

Muhammad, I., y Jaffar, R. (2022). Romantic Relationship and Self Esteem: The Role of Self Esteem in Prediction of Relationship Satisfaction, Romanticism, and Emophilia. *ResearchGate*, 3(3), 56-67. <https://doi.org/10.13129/2612-4033/0110-3165>

Nur, D. (2023). The Importance of Self-Esteem Among Students. *Europen Proceedings*, 4(4), 1330-2357. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2023.11.02.22>

Olaso, C. (2022). *Trabajo final de máster: Psicología general sanitaria* [Tesis de maestría, Universidad Pontificia Comillas]. Repositorio Institucional Universidad Pontificia Comillas. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/66295/TFM-Olaso%20Sainz,%20Carmen.pdf?sequence=1>

Ore, V. (2022). *Autoestima, dependencia emocional y violencia* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81776/Velasquez_OKA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Orth, U. (2022). Is High Self-Esteem Beneficial? Revisiting a Classic Question. *Psychological Association*, 77(1), 5-17. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/amp0000922>

Paiva, T., Lima, K., y Jaqueline, G. (2022). Abuso psicológico, autoestima e dependência emocional de mulheres durante a pandemia de COVID-19. *Scielo*. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2257>

- Palate, K., y Zumbana, L. (2023). Dependencia emocional y depresión en estudiantes universitarios. *Redilat*, 4(2), 2352-2366. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.762>
- Palencia, M., y Ben, V. (2013). Ética en la investigación psicológica: una mirada a los códigos de ética de Argentina, Brasil y Colombia¹. *Revista de Psicología*, 9(17), 53-65. <https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/download/2361/2189>
- Panesso, K., y Arango, M. (2017). la autoestima, proceso humano. *Psycinex*, 9(14), 1-9. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/download/328507/20785325/129909>
- Papalia, D., y Martorell, G. (2017). *Desarrollo Humano*. Editorial McGrawHill.
- Perales, C. (2021). Aportaciones sobre el autoconcepto y autoestima. Nunca es tarde para aceptarse. *Scielo*, 8(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2823>
- Perales, C. (2021). Aportaciones sobre el autoconcepto y autoestima. Nunca es tarde para aceptarse. *Scielo*. <https://www.scielo.org.mx/pdf/dilemas/v8nspe4/2007-7890-dilemas-8-spe4-00068.pdf>
- Pérez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *alternativas psicología*. <https://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20personal.pdf>
- Pilco, G., Sarmiento, A., Estrada, M., Roque, Y., & Amanta, J. (2021). Dependencia afectiva y violencia intrafamiliar en una población de Chimborazo- Ecuador. *Revista Cambios*, 1-7. <https://revistahcam.iess.gob.ec/index.php/cambios/article/view/704/492>
- Quiroz, I. (2021). Autoestima y dependencia emocional en relaciones de pareja de estudiantes universitarios. *UAEH*, 92, 93. <https://doi.org/https://doi.org/10.29057/icsa.v9i18.6314>
- Ramos, C. (2020). LOS ALCANCES DE UNA INVESTIGACIÓN. *Ciencia América*, 9(3), 3. <https://doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>.
- Rodríguez, H., y Díaz, M. (2017). Variables socioemocionales y bienestar psicológico en personas mayores. *Redalyc*, 1(2), 21-36. <https://doi.org/https://doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n2.v1.552>

- Rojas, C., Zeger, B., y Förster, C. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Scielo*, 137(6), 791-800. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872009000600009>
- Romero, Á., & Ginebra, R. (2022). Funcionalidad familiar y autoestima en adolescentes durante la pandemia por COVID-19. *Psidial*, 1(1), 1-18. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.5852508>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Ruiz, M. (2020). *La autoestima* [Trabajo de investigación, Universidad Científica del Perú]. Repositorio Institucional Universidad Científica del Perú. <http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/1284/RUIZ%20AHUANARI%20MIGUEL%20%20TRABAJO%20DE%20INVESTIGACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Salan, J. (2021). dependencia emocional en relaciones de parejas adultas: aproximación a las investigaciones en el Ecuador. *Unie. Universidadnológica Indoamérica*, 2-9. <https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/2609/1/SALAN%20BARRERA%20JOHANNA%20LIZBETH.pdf>
- Santamaría, J., Merino, L., y Marga, C. (2015). Perfil psicopatológico de pacientes con Dependencia Emocional. *REVISTA IBEROAMERICANA DE PSICOSOMÁTICA*, 116(1), 36-46. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5288486.pdf>
- Sarria, V. (2022). Autoconocimiento como habilidad socioemocional Unico. <https://fundacionunico.org/autoconocimiento-como-habilidad-socioemocional%EF%BF%BC/>
- Tamyres, T., Lima, K., y Gomes, J. (2022). Abuso psicológico, autoestima e dependencia emocional de mujeres durante a pandemia de COVID-19. *Scielo*, 16(2), 1-16. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2257>
- Tomaz, T., Silva, K., & Gomes, J. (2022). Abuso psicológico, autoestima y dependencia emocional de las mujeres durante la pandemia de COVID-19. *Ciencias Psicológicas*, 1-16. <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v16n2/1688-4221-cp-16-02-e2257.pdf>
- Urbiola, I., Estévez Gutiérrez, A., Iruarrizaga, I., Momeñe López, J., Jáuregui Bilbao, P., Bilbao Nogueira, M. y Orbegozo Ramos, U. (2019). Dependencia emocional en el noviazgo:

papel mediador entre la autoestima y la violencia psicológica en jóvenes. *Revista española de drogodependencias*, 1(44), 13-27.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6877063&orden=0&info=link>

Valle, L. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana De Psicología Y Salud*, 9(1), 27-41. <https://doi.org/https://doi.org/10.23923/j.rips.2018.01.013>

Velarde, D. (2022). Violencia de género, dependencia emocional y su incidencia en la autoestima en madres de estudiantes. *RCS*, 322.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8526460>

Waigel, D., y Ayelén, R. (2024). "Dependencia emocional: un estudio comparativo según el género en adultos emergentes (18 a 25 años) que se encuentran en una relación de pareja de la ciudad de Crespo, entre ríos". *tesis de maestría*. universidad católica argentina, Paraná.
https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/18586/1/dependencia_emocional_%20estudio_comparativo.pdf

Yupanqui, M. (2022). Dependencia emocional y violencia en pareja: una revisión de la literatura en el periodo 2017 y 2021. *Resi*, 1,2.
<https://doi.org/https://doi.org/10.33996/repsi.v5i12.76>

Zárate, N., Flores, P., y Martínez, E. (2022). Dependencia emocional en estudiantes de Medicina. *Scielo*, 33 (2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20453/rmh.v33i2.4246>

Anexos**Anexo A. Ficha sociodemográfica**

La responsable de la investigación Karen Berrezueta, estudiante del último año de la Facultad de Psicología de la carrera de rediseño. El objetivo de la aplicación de estos reactivos es la recolección de información, la cual será útil para llevar a cabo la investigación sobre dependencia emocional y autoestima en adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la Ciudad de Cuenca en el periodo 2024-2025. Su participación en la realización de esta ficha es de gran importancia, ya que sin su ayuda no se podrán conseguir los objetivos propuestos. Por todo ello, le solicito su colaboración y le agradezco por adelantado. No olvide que sus respuestas serán totalmente anónimas y se mantendrán bajo estricta confidencialidad.

Sexo: Mujer Hombre

Edad:

Estado civil:

Soltero(a)..... Casado(a)..... Divorciado(a).....

Separado(a)..... Viudo(a).....

Nivel socioeconómico:

Alto.....

Medio.....

Bajo.....

Tiempo de asistencia al centro

Lugar de residencia:

Urbano.....

Rural.....

Nivel de Instrucción:

Primaria.....

Secundaria.....

Tercer nivel

Cuarto Nivel

Anexo B. Escala de Dependencia Emocional de la Pareja (SED)

Anexo 2. Escala de Dependencia Emocional de la Pareja (SED)

Instrucciones:

Lea las preguntas que se le formulan a continuación y responda marcando la respuesta que piense que mejor se ajusta a su modo de sentir y de comportarse. Tenga en cuenta que las opciones de respuesta son las siguientes:

0	1	2	3	4
Totalmente falso	Parcialmente falso	A medias	Parcialmente verdadero	Totalmente verdadero

1. ¿Está en general satisfecha/o consigo misma/o?	0	1	2	3	4
2. ¿Actúa con frecuencia como si el bienestar de su pareja estuviese por encima del suyo propio?	0	1	2	3	4
3. ¿Le produce a menudo angustia o una tristeza infinita la posibilidad de que se rompa la relación con su pareja?	0	1	2	3	4
4. ¿Suele pedirle perdón a su pareja cuando ella está enfadada aun sabiendo que no es usted el/la responsable del enfado?	0	1	2	3	4
5. ¿Necesita que su pareja le dé muestras de afecto continuamente?	0	1	2	3	4
6. ¿Lleva a cabo habitualmente conductas o actividades que no le gustan solo para agradar a su pareja o evitar la ruptura de la relación?	0	1	2	3	4
7. ¿Suele justificar los conflictos, críticas o infidelidades de su pareja como un mal menor dentro de la relación de pareja?	0	1	2	3	4
8. ¿Se suele sentir culpable de las discusiones de pareja?	0	1	2	3	4
9. ¿Se siente usted incapaz de dejar a su pareja a pesar del malestar y sufrimiento que esta relación le produce?	0	1	2	3	4
10. ¿Se ha puesto al límite y ha hecho cosas que incluso puede reconocer como inapropiadas para usted (conductas sexuales, conductas temerarias, uso de drogas, permitir abuso económico) solo por evitar el abandono?	0	1	2	3	4
11. ¿Cree que no está a la altura de su pareja actual y que, por ello, puede perderla?	0	1	2	3	4
12. ¿Tiene necesidad de controlar a su pareja (móvil, WhatsApp, etc.) para saber continuamente dónde o con quién está?	0	1	2	3	4
13. ¿Se ve a sí misma/o diferente en su forma de ser y de actuar desde que está con esta pareja?	0	1	2	3	4
14. ¿Organizan todos los planes conjuntos siempre según los gustos y apetencias de su pareja?	0	1	2	3	4
15. ¿Sufre de celos exagerados de forma constante?	0	1	2	3	4
16. ¿Ha dejado de lado sus obligaciones o ha dejado de atender a sus familiares o amigos por estar con su pareja?	0	1	2	3	4
17. ¿Piensa a menudo que las relaciones anteriores le resultaban a su pareja más satisfactorias que estar con usted?	0	1	2	3	4
18. ¿Le ha expresado su pareja el agobio que siente por la necesidad que tiene usted de estar constantemente con ella o de saber continuamente acerca de sus movimientos?	0	1	2	3	4
19. ¿Se siente desamparada/o y sola/o cuando no tiene pareja?	0	1	2	3	4
20. ¿Está convencida/o o tiene constantemente la sospecha de que su pareja está pensando en poner fin a la relación?	0	1	2	3	4

Anexo C. Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE)

Anexo 3. Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE)

Instrucciones:

Por favor, lea las frases que figuran a continuación y señale el nivel de acuerdo o desacuerdo que tiene con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida.

Nº	Pregunta	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	Me siento una persona tan valiosa como las otras.	1	2	3	4
2	Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso.	1	2	3	4
3	Creo que tengo algunas cualidades buenas.	1	2	3	4
4	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás.	1	2	3	4
5	Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso.	1	2	3	4
6	Tengo la actitud positiva hacia mí mismo.	1	2	3	4
7	En general me siento satisfecho conmigo mismo.	1	2	3	4
8	Me gustaría tener más respeto por mí mismo.	1	2	3	4
9	Realmente me siento inútil en algunas cosas.	1	2	3	4
10	A veces pienso que no sirvo para nada.	1	2	3	4

Anexo D. Consentimiento Informado

Título de la investigación: Dependencia emocional de la pareja y autoestima en adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca, en el periodo 2024-2025

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal			

¿De qué se trata este documento?

Con la mayor consideración y respeto, le invitamos a usted a participar de este estudio que se llevará a cabo en el Centro de Apoyo Psicológico para la dependencia emocional de la ciudad de Cuenca. En este documento llamado “consentimiento informado”, se detallan las razones que motivan la realización de este estudio, así como su participación prevista y la oportunidad de aceptar o no la invitación. En el documento adjunto también se explican los posibles riesgos y beneficios asociados con su participación, así como sus derechos en caso de decidir ser partícipe del estudio. Una vez que haya revisado la información de este Consentimiento informado y haya aclarado sus dudas, tiene la opción de tomar una decisión informada sobre su participación en el estudio. No se sienta presionado/a para tomar una decisión, pues si lo considera necesario, tiene la opción de llevar este documento a casa, leerlo con más detenimiento y discutirlo con sus seres queridos o personas de confianza.

Introducción

La dependencia emocional y la autoestima son dos temas de interés en las relaciones interpersonales de cada individuo, especialmente en el contexto de las relaciones de pareja, para lo cual es importante comprender cómo estas variables se interrelacionan y cómo afectan el bienestar psicológico de los individuos, para lo cual es crucial investigar a fondo estas temáticas en el área de la salud mental para el desarrollo de estrategias de prevención e intervención efectivas. Pues esta investigación se enfoca en explorar la relación entre la dependencia emocional en la pareja y los tipos de autoestima en adultos que reciben atención en el Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca durante el periodo 2024-2025, cuyas

edades comprendan la mayoría de edad, además de que hayan presentado antecedentes de dependencia emocional por sus parejas o exparejas, y que las mismas hayan sido de carácter heterosexual.

Objetivo del estudio

Este estudio tiene como objetivo principal “Determinar la relación entre la dependencia emocional a la pareja y la autoestima en adultos del Centro de Apoyo Psicológico para Dependencia Emocional de la ciudad de Cuenca.

Descripción de los procedimientos

Para la recolección de datos de este proyecto de investigación, se pretende inicialmente obtener una autorización previa por parte del Centro de Apoyo Psicológico para la Dependencia Emocional de Cuenca, asegurando el cumplimiento de los lineamientos legales y de participación voluntaria de la institución; posterior a ello, se coordinarán los horarios con la institución para la respectiva obtención de datos y el espacio en el que se va a desarrollar dicha actividad; luego se invitará a las personas que acuden al centro y que cumplen con ciertos requisitos y se les explicará en qué consiste este estudio y se les entregará el documento de consentimiento informado para que puedan decidir si aceptan o rechazan participar voluntariamente en la investigación; finalmente, una vez recopilados los consentimientos informados y seleccionados los participantes, se determinará el espacio y horario para la aplicación de los instrumentos psicométricos: primero la Escala de Dependencia Emocional de la Pareja (SED) y luego la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE).

Riesgos y beneficios

En cuanto a los riesgos de participar en este estudio, se aclara que existe el riesgo emocional y psicológico hacia el/la participante en el que la reflexión sobre experiencias personales pasadas o latentes relacionadas con la dependencia emocional a la pareja y la autoestima, pueda generar malestar emocional o psicológico a corto o largo plazo, por lo cual el investigador se compromete a proporcionar un entorno seguro y de apoyo durante la participación en esta investigación, garantizando que los/las participantes se tomen su tiempo para reflexionar sobre sus respuestas en cada cuestionario y se les ofrecerá la opción de recibir apoyo adicional de un profesional de la salud mental en caso de necesitarlo.

Por otra parte, se resalta que los/las participantes no recibirán beneficios directos inmediatos ni de índole económica durante su participación en el estudio. Sin embargo, se propone que los resultados que se obtengan en esta investigación contribuirán en el desarrollo de estrategias de prevención e intervención efectivas en el abordaje de casos de dependencia emocional a la pareja y problemas de autoestima, de esta manera promoviendo mejorar la salud mental en las relaciones de pareja y relaciones interpersonales en la sociedad en general.

Otras opciones si no participa en el estudio

En caso de que el/la participante desee no participar de la investigación, aún tendrá acceso a opciones de evaluación y apoyo emocional disponibles fuera del estudio, pues se puede proporcionar contacto con un profesional de la salud mental para que la persona pueda solicitar un tratamiento psicológico y un diagnóstico según sea el caso, por otra parte, también se le ofrece una charla psicoeducativa sobre la importancia de tratar los problemas de dependencia emocional por la pareja y cómo ello impacta en la autoestima de cada persona, y con ello ofrecer una orientación viable y apoyo emocional.

Derechos de los participantes		
<p>Usted tiene derecho a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recibir la información del estudio de forma clara; • Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas; • Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio; • Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted; • Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento; • Recibir cuidados necesarios si hay algún daño resultante del estudio, de forma gratuita, siempre que sea necesario; • Derecho a reclamar una indemnización, en caso de que ocurra algún daño debidamente comprobado por causa del estudio; • Tener acceso a los resultados de las pruebas realizadas durante el estudio, si procede; • El respeto de su anonimato (confidencialidad); • Que se respete su intimidad (privacidad); 		
<ul style="list-style-type: none"> • Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador; • Tener libertad para no responder preguntas que le molesten; • Estar libre de retirar su consentimiento para utilizar o mantener el material biológico que se haya obtenido de usted, si procede; • Contar con la asistencia necesaria para que el problema de salud o afectación de los derechos que sean detectados durante el estudio, sean manejados según normas y protocolos de atención establecidas por las instituciones correspondientes; • Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio. 		
Información de contacto		
<p>Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0994216022 que pertenece a Karen Berrezueta O envíe un correo electrónico a karen.berrezuetac@ucuenca.edu.ec</p>		
Consentimiento informado		
<p>Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.</p>		
<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> Nombres completos del/a participante	<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> Firma del/a participante	<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> Fecha
<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> Nombres completos del testigo <i>(si aplica)</i>	<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> Firma del testigo	<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> Fecha
<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> Nombres completos del/a investigador/a	<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> Firma del/a investigador/a	<hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin-bottom: 5px;"/> Fecha