

**Dependencia emocional en parejas universitarias: Una revisión del desarrollo
investigativo**

Uparela Diaz Liliana Margarita y Yopez Pertuz Yurany

Universidad Popular del César

Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales, Universidad Popular Del Cesar

Programa de Psicología

Valledupar, César

2025

**Dependencia emocional en parejas universitarias: Una revisión del desarrollo
investigativo**

Uparela Diaz Liliana Margarita y Yopez Pertuz Yurany

Monografía

Directora. Johanna Redondo Chamorro

Psicóloga

Universidad Popular del César

Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales, Universidad Popular Del Cesar

Programa de Psicología

Valledupar, César

2025

Dedicatorias

Por Liliana Uparela

A mi madre, que fue mi ancla siempre.

A mi amado esposo, por no soltar mi mano en este camino.

A mi hija Margaret, por impulsarme a seguir adelante.

Por Yurany Yopez

A mis padres por creer en mí desde el día uno que empecé la carrera

A mi pareja, por ser mi soporte e impulsarme a seguir aun en los días difíciles

A mi hijo Oliver quien es mi razón de lucha y constancia.

Agradecimientos

Por Liliana Uparela Díaz

A Dios primeramente por darme la oportunidad de poder culminar este proceso aun con sus complicaciones y situaciones.

A mis padres por brindarme su apoyo en los momentos más importantes de mi vida y con su amor me impulsaron a seguir mis metas y no abandonarlas frente a las situaciones, por no dudar de mí.

A mi esposo por ser mi sostén, apoyo incondicional y refugio en las largas subidas y bajadas de este proceso.

A mi amiga Majo por ser mi apoyo en este proceso, por poder tener la tranquilidad de confiarle mi máspreciado tesoro, mi hija, gracias por estar conmigo en este tiempo crucial.

A mí, porque a pesar de las pocas oportunidades no me rendí, pude ser fuerte y pude sobreponerme ante las adversidades.

A mi aliada en este proceso, mi compañera Yurany Yopez por tomarnos de la mano y no soltarnos, por no rendirnos aun cuando el viento no estaba a nuestro favor, por tener con quien contar en este camino, por ser un apoyo.

Por Yurany Yepes Pertuz

Agradezco a Dios por permitirme terminar mis estudios de Psicología con esfuerzo y entrega.

Gracias a mis padres por el apoyo y confianza que depositaron en mí desde el inicio de este sueño.

A mi pareja por ser ese compañero que me consoló cuando experimenté pruebas difíciles y me impulsó a continuar durante todos estos años de carrera.

A mi compañera Liliana Uparela por ser una excelente colega y entregar lo mejor de sí para que hoy sea posible este logro que emprendimos juntas un día.

Tabla de Contenido

Lista de tablas	7
Introducción	8
Desarrollo Teórico	14
Dependencia.....	14
Emociones.....	14
Dependencia emocional	15
Factores en la dependencia emocional.....	16
Causas de la dependencia emocional.....	18
Metodología	26
Discusión.....	38
Conclusiones	46
Referencias Bibliográficas	48

Lista de tablas

Tabla 1. Puntos de encuentro de principales referentes.....	19
Tabla 2. Modelo de tabla de referentes teóricos.....	27

Introducción

La dependencia emocional ha cobrado un lugar en las relaciones sentimentales, especialmente entre las parejas de los jóvenes, este hecho genera afectaciones tanto emocionales como psicológicas en las personas que lo experimentan, sin embargo, muchos no son conscientes o no reconocen que tienen una dependencia del otro. Por tal razón, se realizará una revisión para conocer la perspectiva de muchos referentes que han brindado aportes significativos sobre este tema permitiendo generar una visión desde distintos contextos y ámbitos de esta, entendiendo que esta puede presentarse por causas diversas según la realidad social que vive cada joven y el significado que estos le den a sus relaciones.

Ahora bien, dado que esta problemática se manifiesta por distintas causas, en el desarrollo de la presente revisión se podrán definir de qué manera se presentan cada una de ellas sobre la dependencia emocional, a partir de los factores que predisponen a que esta aparezca en una relación. Así como existen síntomas y características claras de este problema, también se presentan una serie de situaciones que hacen posible su aparición y, con ella, un sinfín de problemáticas para la vida de la persona.

Actualmente, la psicología ha mostrado un gran interés por el estudio de la dependencia emocional, que según Castelló (2019), afirma que es la profunda disminución afectiva, la cual lleva a los individuos que la padecen a satisfacerlas en sus relaciones de pareja. Por tanto, la mayor parte del tiempo de la existencia de estas personas se concentra en la esfera del amor. Es de suma importancia destacar que la dependencia no guarda relación con lo tangible, lo económico o lo soportado por una incapacitación personal; esto debe ser solamente emocional para poder vincular esta anomalía como psicopatológica.

De acuerdo con ello, este estudio tendrá como objetivo analizar la dependencia emocional en las relaciones de pareja de jóvenes universitarios, puesto que será útil como referencia para investigaciones futuras. Así, se buscará un análisis riguroso de las investigaciones existentes sobre el tema abordado y sus implicaciones en las relaciones de los jóvenes, teniendo en cuenta que la recopilación alcanzada podrá dar a conocer mejor los aspectos que este fenómeno abarca.

En cuanto a la viabilidad de esta revisión y correspondiente ejercicio analítico, se pretende llevar a cabo con éxito, puesto que se tiene acceso al banco de datos de la Universidad Popular del Cesar para encontrar el suficiente recurso teórico, teniendo en cuenta que es un tema muy amplio. Esto permitirá obtener contenido bibliográfico en artículos, revistas y tesis que han tomado el tema como problemática principal. Además, se cuenta con el tiempo adecuado para realizarla con detenimiento y minuciosidad. Asimismo, el acompañamiento del cuerpo docente asignado permitirá que la investigación sea revisada para las debidas correcciones, logrando que el producto final sea el resultado de un trabajo acorde a los lineamientos.

Para comprender mejor la dependencia emocional, conviene revisar la postura de, Castelló (2019) y Camarillo (2020), quienes hacen referencia a que los vínculos afectivos que se establecen en la niñez de manera inadecuada pueden generar, con el paso del tiempo, deseos insatisfechos que se buscan llenar en las relaciones de pareja a raíz de los vacíos afectivos que se dejaron en un primer momento, como lo es la niñez. Es por eso por lo que se crea un apego excesivo hacia la otra persona, ocasionando una disfuncionalidad que lleva a manejar una baja autoestima y, de esta manera, se manifiestan en las carencias afectivas que se tuvieron en todo el proceso de desarrollo de la persona.

También es conveniente tomar en cuenta el aporte de Lemos y Londoño (2020), quienes encontraron que una persona dependiente de otra necesita a su pareja, y esta se transforma en la solución al sentimiento de abandono. Es decir, que la relación con su pareja se vuelve necesaria, teniendo al otro como el centro de su vida, lo que ocasiona que esto genere en su pareja la sensación de soledad si no está a su lado. Es ahí donde se comienza a ejercer control sobre el otro en todos los campos de su vida, ya sea en lo emocional, profesional, social o familiar, llevando a que la persona se encuentre en un estado de esclavitud dentro de la relación.

Si bien es cierto, se considera importante lo que menciona Galicia (2020): que depender emocionalmente de otro se da debido a prácticas permanentes de necesidades excesivas de amor, sumisión y aprobación hacia el otro. Se debe tener en cuenta que el amor todo lo puede, y que los celos que se manifiestan hacia la pareja son una forma de demostrar que la ama. Así mismo, si son diferentes, los polos opuestos se atraen. Es así que las relaciones emocionalmente dependientes necesitan herramientas para un manejo saludable de las emociones (Castelló, 2022). La dependencia emocional produce una entrega mutua de sentimientos, poniendo al otro como el núcleo central de su existencia, lo cual conlleva al riesgo de mantener una relación no saludable.

A partir de lo que menciona Cuetos (2022), se entiende que algunas mujeres no abandonan una relación con la pareja, por más desfavorable que esta sea, debido a la presencia de hijos dentro de la unión y a la falta de recursos económicos propios, lo que lleva a una dependencia económica que puede dificultar el hecho de salir de una relación. En este sentido, lo mencionado por Álvarez y Montoya (2021) busca comprender que las personas universitarias inmersas en una relación de pareja pueden tener la probabilidad de padecer una dependencia emocional, así como es el caso de la mujer, puesto que se considera que, para mantener la

relación, evitan tener en cuenta la parte negativa y buscan quedarse con las pocas migajas de amor que se les ofrece.

Otra manera de entender aspectos importantes del problema de la dependencia emocional es a partir del estudio de Pradas y Perles (2022), Rodríguez et al. (2019), quienes afirman que depender emocionalmente muchas veces se basa en las experiencias tempranas del individuo, entre las cuales se encuentra el maltrato en la infancia, el desamparo por parte de los padres y la escasez de recursos económicos, puesto que pueden ser consideradas como las causas que llevan a que la dependencia emocional se refleja en sus vidas. Por su parte, Sirvent (2020) sostiene que las vivencias tempranas predisponen la dependencia emocional; asimismo, esto se convierte en una condición que sólo se producirá con el sujeto del que se genera una dependencia en el momento actual de su vida.

Cabe destacar que lo dicho por el autor (Aiquipa, 2022) permite interpretar que, en ocasiones, la dependencia emocional lleva a que la pareja se torne violenta a través de la tolerancia de las actitudes que se presentan en la relación, lo que lleva a justificar ese comportamiento y a definirlo como amor incondicional. Sobre todo, lo que mencionan Andrade y García (2021) y Araújo (2021), quienes señalan que los conflictos y la violencia física y/o psicológica en una relación, llevan a reforzar la creencia de que la pareja va a cambiar. Por esto, es fundamental tener claro los límites que debe tener una relación y cuándo se está sobrepasando, debido a que, si se está afectando significativamente, emocionalmente e incluso económicamente, es causa suficiente para poner fin a esa relación, aunque resulte difícil.

Sobre la base de Verdú (2021), se comprende que la presencia de componentes claves de descontrol afectivo, comportamientos de subordinación y/o sumisión, ejercer poder en el otro y otros aspectos que los caracterizan, en casos de dependencia emocional, lleva a que la persona se

encuentre en un ciclo de violencia que permite que la pareja tenga el control total de todo lo que ella es. De esta manera, aunque los demás le mencionen que no está en una relación sana, la persona justifica ese comportamiento, lo que da lugar a momentos instantáneos de amor, lo cual hace que la manipulación aumente por el poder que tiene sobre su vida.

Con el fin de profundizar más sobre la dependencia emocional, se considera que Orozco y Vitola (2021), en su aporte, refieren que la situación sentimental que conlleva la dependencia emocional genera algunos factores, como lo son las amenazas tanto recibidas como ejercidas. Por lo tanto, dichas relaciones sugieren que la dependencia se manifiesta en su mayoría en las mujeres que, al estar en una relación, experimentan intimidación y comportamientos descontrolados. De hecho, Armas (2022), gracias a estudios que ha realizado, encontró que la permanencia de la dependencia emocional es mayor en la mujer, lo cual indica que son más proclives a padecer esta condición debido a componentes tanto biológicos como socioculturales.

Cabe considerar que, para precisar la dependencia emocional, se tomó en consideración el aporte de Gonzales, Echeburúa y Paz (2019), quienes definen la dependencia emocional como uno de los problemas latentes a nivel social, debido a que los seres humanos establecen relaciones inapropiadas en la juventud. Esto ocurre porque es la etapa del ciclo vital en la que se comienza a experimentar en los vínculos de pareja, Es una etapa importante y se debe tener cuidado en cómo las formas de interacción en relaciones a largo plazo pueden llevarse a la adultez.

Fundamentando lo anterior, el presente trabajo investigativo corresponde a una revisión documental que buscará analizar el estado de desarrollo investigativo relacionado con la dependencia emocional en las relaciones de pareja de jóvenes universitarios. De esta manera, para encaminar el estudio se plantea la pregunta orientadora: **¿Cuál es el estado de desarrollo**

investigativo relacionado con la dependencia emocional en las relaciones de pareja de jóvenes universitarios?

Por otro lado, la dependencia emocional es una muestra de vínculos afectivos no resueltos en la infancia que buscan resolverse en los vínculos futuros. Esta problemática ha cobrado un lugar en las relaciones sentimentales, especialmente en las parejas jóvenes, lo cual está generando afectaciones tanto emocionales como psicológicas en las personas que la experimentan. Por esto, es importante hablar de este fenómeno debido a su influencia en las decisiones de los jóvenes al normalizar ese tipo de comportamiento.

En función de lo planteado, el estudio tendrá relevancia en los jóvenes universitarios del programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar, porque cumple un papel de insumo teórico además de su utilidad como referencia para investigaciones futuras, y de esa manera exista una ampliación en la temática abordada, como la dependencia emocional y sus implicaciones en las relaciones de pareja. En cuanto a las limitaciones esta monografía cuenta con pocas investigaciones enfocadas en este tema que sean recientes o de los últimos años.

Igualmente, se realizó una revisión bibliográfica sobre la dependencia emocional, donde se identifican artículos focalizados en las bases de datos reconocidas de Web of Science (Wos), SCOPUS, las cuales facilitan una amplia colección de búsquedas avanzadas en las diferentes especialidades. Además, los términos de búsqueda en inglés y español son los siguientes: “Dependencia emocional”, “Relaciones de pareja” y “Factores de la dependencia emocional”. Finalmente, se detallan los criterios de inclusión y exclusión. En consecuencia, se presenta el desarrollo teórico que abarca el tema con diferentes autores, donde se establecen relaciones entre ellos, teniendo en cuenta sus posturas teóricas. Posteriormente se dará paso a las conclusiones, donde se dará cumplimiento a la pregunta, referencias y anexos utilizados en la monografía.

Desarrollo Teórico

Dependencia

El Consejo de Europa (2019) precisa que en la dependencia “se hace necesaria la cooperación o protección hacia el otro en cuanto a las ocupaciones diarias de la vida”, o, de forma más clara, es “una etapa en la que los individuos se encuentran debido a la escasez o detrimento de la dependencia del estado físico, psicológico o cognitivo, en el cual se posee la urgencia de asistir o cuidar de manera significativa las acciones cotidianas preocupantes a la atención propia de las personas”.

Antiguamente, se ha considerado la dependencia desde dos instancias: la instrumental y la emocional. Una está determinada por la carencia de libertad que debe poseer la persona en sus actividades diarias, las cuales están relacionadas con la duda, poco dinamismo, la exploración de redes de cuidado, la indefensión, los inconvenientes al tomar decisiones, aceptar la responsabilidad y desenvolverse con eficiencia. En cuanto a la otra, que se trata de las emociones, es interpretada por el aumento de expresiones emotivas, vínculos cercanos y desajustes en las relaciones, en las que predomina el acatamiento y las altas expectativas hacia el otro, ejercer poder sobre la persona y la autodevaluación, lo cual lleva a conductas extremas que hacen que la pareja se aferre y tenga miedo de estar sola. (Castelló, 2019).

Emociones

En primera instancia, el autor Denzin (2019) precisa la emoción como ‘aquella experiencia corporal viva, veraz, ubicada y pasajera, inmersa en el flujo de conciencia de la persona, que es apreciada en el interior y recorre el cuerpo, y que, en el transcurso de su vivencia, sumerge al individuo y a sus acompañantes en una verdad nueva y transformada’. Así

mismo, el autor Lawler (2022) define las emociones como estados valorados, sean positivos o negativos, relativamente concisos, que incluyen aspectos fisiológicos, neurológicos y cognitivos.

Por otro lado, el autor Brody (2022) visualiza las emociones como estructuras motivacionales con elementos fisiológicos, conductuales, experienciales y cognitivos, que poseen una valencia positiva o negativa (sentirse bien o mal), la cual va cambiando de intensidad, y suele estar desencadenada por situaciones interpersonales o sucesos que captan nuestra atención debido a que generan afectaciones a nuestro bienestar.

Dependencia emocional

Actualmente, el depender emocionalmente de otro se convierte en una problemática que impacta de manera negativa al individuo, entre ellos, los jóvenes que se encuentran estudiando. Según (Castelló 2022), es la urgencia de recibir afecto proveniente de una insatisfacción producida en la infancia que se desea llenar con el compañero (a); Así mismo, Camarillo et al. (2020) afirman que depender de otro conlleva a una conexión de afecto desmedida hacia la pareja, lo que produce un desequilibrio en la relación, el cual se asemeja al poco amor propio que tiene la persona, ocultando la escasez afectiva.

Es por eso por lo que la codependencia cumple con unas pautas que se encuentran relacionadas con el desarrollo psicológico, cognitivo, emocional, motivacional y comportamental, donde se permite la aceptación de una vinculación desigual, dirigida en exceso hacia la otra persona, aceptando una postura de obediencia ante un convencimiento erróneo de lo que es el amor (Cuetos, 2022).

Son representaciones fundamentales de la dependencia emocional: el miedo e intransigencia a estar solo, el desequilibrio en las relaciones de pareja o una exclusividad en el vínculo relacional que, por su tiempo, ha abarcado la más importante integración en la existencia

del individuo y presenta una carencia en su autoestima. Pradas y Perles (2022). Según Rodríguez et al. (2019), las experiencias en la infancia de la persona, como el maltrato infantil, el desinterés de los padres y la falta de recursos económicos, son **causas** de la dependencia emocional. Además, el aprendizaje educativo y las creencias en el entorno familiar generan carencias en la valoración positiva de sí mismos, pánico al abandono y actitudes negativas que inducen a depender emocionalmente del sujeto.

Por tal razón, depender emocionalmente produce algunas **afectaciones** en las emociones desfavorables: signos depresivos en las personas, racionamiento obsesivo, cambios en el sueño, aislamiento en los lazos afectivos, ociosidad, incomunicación con el entorno familiar (Camarillo et al.,2020), tolerancia a las acciones, comportamientos violentos y justificación en el apego total hacia la otra persona, Aiquipa (2022).

Es así como los sujetos que dependen emocionalmente necesitan herramientas que ayuden a direccionar las emociones, (Castelló, 2022). Al depender emocionalmente de una persona, se produce un cambio en la parte afectiva, lo que sitúa al sujeto como un todo, acelerando la amenaza de continuar con un vínculo poco saludable, maltratos, perjuicios y humillaciones, (Sophia et al.,2022).

Factores en la dependencia emocional

Lemos y Londoño (2020) elaboran un constructo para definirla e identifican seis factores:

Factor 1. La ansiedad al separarse radica en manifestaciones emocionales relacionadas con el miedo al distanciamiento y al abandono, así, como en el aferrarse a la otra persona como si fuera todo (Castelló, 2019). De esta manera, se tiene un interés exagerado y duradero ante la posibilidad de ruptura, creando y aumentando patrones que llevan a depender de otros; el sujeto

que depende considera a su compañero como indispensable, y este se transforma en la salvación frente al sentimiento de soledad (Lemos y Londoño, 2020).

Factor 2. La muestra efectiva se limita al impulso del individuo por obtener manifestaciones afectivas y confirmar el amor que el otro posee hacia él o ella, lo que posibilita la disminución de la inseguridad en la relación. Estos requerimientos afectivos están fundamentados en la sospecha del cónyuge y en la búsqueda de amor incondicional (Lemos y Londoño, 2020).

Factor 3. Al modificar los planes, el individuo se concentra en los deseos y anhelos del otro para generar satisfacción, Castelló (2019). Es por esto, que se presentan cambios en las ocupaciones y conductas para satisfacer las demandas claras o sobreentendidas hacia el otro, puesto que no existe nada más relevante, Lemos y Londoño (2020).

Factor 4. El miedo a estar solo integra la respuesta de sentir pánico ante la falta de una relación de pareja o el sentimiento de no ser amado. Este punto reafirma la convicción de necesitar estar con alguien para obtener estabilidad, sentirse seguro y equilibrado, (Castelló, 2019; Lemos y Londoño, 2020).

Factor 5. La expresión límite en la persona se evidencia ante la posibilidad de una separación en la relación. Esta problemática es considerada por la persona dependiente como un suceso trágico, fundamentando la idea de la pérdida del sentido de la existencia (Lemos y Londoño, 2020). El individuo puede manifestar comportamientos impulsivos o agresivos como táctica para no desligarse de la otra persona. (Castelló, 2019).

Factor 6. En la búsqueda de atención, se asegura la durabilidad de la relación y el lazo afectivo que pueda tener la pareja durante ese tiempo; es así como el individuo que depende de la

otra procura ser el centro de atención de su compañero, optando por tener comportamientos pasivos y sumisos para que de esta manera se sienta amado, seguro y tranquilo (Castelló, 2019).

Causas de la dependencia emocional

(Castelló 2019) reúne las causas del dependiente emocional en tres grandes componentes:

Carencias afectivas y relaciones insatisfactorias tempranas. Este factor es muy importante, puesto que Castelló (2019) menciona que las personas que dependen emocionalmente de otros, han tenido diversas situaciones en su niñez, las cuales se encuentran relacionadas con el poco afecto mostrado por las personas relevantes en su vida, generando estructuras desequilibradas sobre lo que cada uno es (cómo se sienten, desconociendo sus propios sentimientos, etc.) o patrones interaccionales con las personas (comportamientos y expresiones sentimentales hacia las relaciones interpersonales).

Sobreprotección devaluadora. Este patrón que se encuentra en el hogar no se refiere a la familia sobreprotectora que hace todo para la atención del niño o que elimina escenarios que ponen en peligro la vida del infante. Más bien, hace referencia a la sobreprotección del niño, pero comunicando la idea de que lo hacen porque él es inútil. El mensaje que se le transmite al niño es el de “tú no sumas lo suficiente y por eso nosotros debemos hacer todo por ti, ya que no eres capaz de hacer las cosas”. De igual forma, se le adoctrina para que crea que no es competente y que está muy lejos de ser una persona perfecta como ellos. También se le menciona que es el inferior y que solo será amado por lo que logre, y no por lo que él realmente es.

Factores biológicos. Los componentes biológicos, se relacionan con la manera en la que se pertenece a un género y la tendencia en la genética, para demostrar que son estables. Por lo tanto, evidentemente esto va a contribuir al mantenimiento de la dependencia emocional.

Tabla 1. *Puntos de encuentro de principales referentes.*

Autores	Puntos de encuentro
<p data-bbox="443 558 630 590">Galicia (2020)</p> <p data-bbox="443 705 638 737">Castelló (2019)</p> <p data-bbox="443 890 638 921">Aiquipa (2022)</p>	<p data-bbox="802 342 1360 1178">Coinciden en que la problemática de la dependencia emocional trae consigo unas consecuencias que pueden considerarse como una recurrente carencia exagerada de cariño, sometimiento, aprobación y temor a estar solo, que se intentan subsanar desadaptativamente con los demás. De tal manera, en los vínculos de pareja inestables, prevalece la veneración y el sometimiento hacia la pareja, lo que puede generar conductas exageradas de sujeción y un elevado miedo a estar solo.</p>
<p data-bbox="443 1612 638 1644">Castelló (2022)</p>	<p data-bbox="802 1251 1370 1793">Los autores concuerdan en que las parejas con dependencia emocional tienen poca capacidad para gestionar sus emociones de manera adecuada, lo que ocasiona una necesidad extrema hacia el otro, lo cual produce inestabilidad en todos los aspectos de su vida, así como ansiedad, miedo, angustia, sometimiento, sumisión y patrones</p>

Galicia (2020)	de vinculación desequilibrada en la relación de pareja, en la que su pensamiento está direccionado únicamente hacia el otro, a tal punto de dejar de lado sus intereses propios y necesidades.
Aiquipa (2022)	Igualmente, se genera un patrón de perdurabilidad que puede llevar a que las acciones que la pareja comete hacia el otro sean justificadas al punto de no tener el control dentro de los límites en la relación.
Camarillo (2020)	Simultáneamente, los autores hablan sobre el dependiente emocional, el cual desarrolla lazos afectivos exorbitantes hacia la otra persona, lo que puede resultar en un
Pradas y Perles (2022)	disfuncionamiento, asociado a actitudes de inseguridad y que guarda relación con la
Rodríguez (2019)	poca afectividad hacia el otro, junto con las vivencias que tiene una persona a temprana edad, puesto que estas también pueden ser causas de una baja autoestima, ocasionando un desequilibrio en el otro, en el que juega

un papel fundamental el tiempo de duración
que ha mantenido a la pareja.

Nota: Elaboración propia, datos tomados de las referencias bibliográficas consultadas.

Entre Denzin y Lawler (2022), se observa una concordancia respecto a que la emoción puede definirse como una experiencia corporal viva, debido a que muchas veces se impregna en el flujo de la conciencia de una persona al punto de que comienza a sentir reacciones en el cuerpo, y que durante el transcurso de su vivencia tanto la persona, como sus acompañantes suelen encontrarse en una realidad distinta, porque la emoción representa estados evaluativos que pueden ser positivos o negativos y que poseen elementos fisiológicos, neurológicos y cognitivos.

Por otra parte, entre los autores Castelló (2019) y Camarillo (2020) existe un contraste en sus conceptos acerca de la dependencia emocional dado que hacen referencia a que los vínculos afectivos que se forman en la niñez de manera inadecuada pueden generar, con el paso del tiempo, deseos insatisfechos que se buscan llenar en las relaciones de pareja a raíz de los vacíos afectivos que se dejaron en un primer momento, como lo es la niñez. Es por eso por lo que se crea un apego excesivo hacia la otra persona, lo que ocasiona una disfuncionalidad que lleva a una baja autoestima y, de esta manera, se ponen de manifiesto las carencias afectivas que se tuvieron en todo el proceso de desarrollo de la persona.

Ahora bien, los autores Pradas y Perles (2022) y Rodríguez et al. (2019) mencionan que la dependencia emocional muchas veces depende de los sucesos anticipados de la persona, los cuales están relacionados con la agresión en la infancia, negligencia parental y escasez de recursos monetarios, puesto que también pueden considerarse como las causas que llevan a que la dependencia emocional se refleje en sus vidas. En contradicción a esto, Sirvent (2020)

menciona que no son las vivencias tempranas las que predisponen la dependencia emocional, sino que esto se convierte en una etapa que se desarrolla en el individuo de quien se es dependiente.

De esta manera, Lemos y Londoño (2020) hablan de que depender del otro conlleva tomar como imprescindible a su pareja, y esta termina siendo el refugio a su soledad. Es decir, que la relación con su pareja se hace necesaria al tener al otro como el centro de su todo, ocasionando que esto genere en su pareja la sensación de soledad si no está a su lado. Es ahí donde se comienza a ejercer control sobre el otro en todas las áreas de su vida: emocional, laboral, social y familiar, llevando a que la persona se encuentre en un estado de esclavitud dentro de la relación.

Ahora bien, el autor (Aiquipa, 2022), por otra parte, menciona que depender emocionalmente lleva a que la pareja se torne violenta a través de la tolerancia de las actitudes que se están teniendo en la relación, lo que lleva a que se justifique ese comportamiento y se define como amor incondicional. No obstante, el autor Castelló (2022) menciona que cuando existe dependencia emocional no hay espacio para tolerar, entendiendo que hay un gran anhelo de estar con el otro, porque para el dependiente, lo mejor será estar con su pareja.

Concerniente al interés que se tiene sobre los mitos del amor y la dependencia emocional, Galicia (2020) mencionan que esto ocurre a causa de una tendencia duradera de carencias afectivas, sometimiento y búsqueda de aprobación hacia el otro. Se tiene en cuenta que el amor lo puede todo, que los celos que se presentan en las relaciones son porque la pareja ama, que, si es diferente a mí, los polos opuestos se atraen y es el destino quien lo puso en mi camino. Sin embargo, Cuetos (2022) comenta que las mujeres buscan justificaciones para no dejar una relación problemática con su pareja debido a la presencia de hijos en el hogar; así mismo, el no

tener recursos económicos propios, donde se da una dependencia económica, y las constantes amenazas pueden dificultar el hecho de salir de una relación. Asimismo, lo mencionado por Puentes y Huertas (2022) busca comprender que las personas inmersas en una relación de pareja pueden tener la probabilidad de padecer una dependencia emocional, así como es el caso de la mujer, puesto que se considera que el vínculo afectivo predominante es el ansioso y de esa manera mantener la relación, evitando tener en cuenta la parte negativa y buscando quedarse con las migajas de amor que se les ofrece.

Con respecto a las relaciones de pareja, los autores Andrade y García (2021) y Araújo (2021) hablan acerca de los problemas de maltrato físico y/o psicológico que se presentan en una relación, afianzando la idea de un cambio en la pareja y justificando el mantenimiento de una relación conflictual. Es por esto por lo que se deben tener claros los límites que debe tener una relación y cuando se está sobrepasando, porque si se está afectando significativamente, emocionalmente e incluso económicamente, es causa suficiente para poner fin a esa relación, aunque se torne difícil.

Es así, que Verdú (2021), a partir de lo mencionado anteriormente, se basa en los procesos desiguales de la parte emocional, teniendo en cuenta la existencia de factores clave descontrolados a nivel afectivo, con comportamientos de sumisión y dominio. Es decir, que la persona se encuentra en un ciclo de violencia que permite que la pareja tenga el control total de todo lo que ella es. De esta manera, aunque los demás le mencionen que no está en una relación sana, la persona justifica ese comportamiento, dando lugar a los momentos de amor instantáneos, lo cual hace que el manipule por el poder que tiene sobre su vida.

Por su parte, Orozco y Vitola (2021), en su aporte, refieren que la situación sentimental que conlleva la dependencia emocional genera algunos factores como las amenazas, tanto

recibidas como ejercidas. Por lo tanto, dichas relaciones sugieren que la dependencia suele estar presente en mujeres, a diferencia de los hombres, debido a que, al ser parte de una relación formal, experimentan amenazas y comportamientos de control. Coincidiendo con lo anterior, Armas (2022), gracias a estudios que ha realizado, encontró que la prevalencia de la dependencia emocional es mayor en mujeres, lo que indica que son más propensas a sufrir dicha condición debido a la predisposición de factores tanto biológicos como socioculturales.

También, González y Leal (2021), en su aporte, definen la dependencia emocional como una variable independiente vinculada a diferentes factores, tales como la agresión en la relación, actitudes desajustadas, pensamientos negativos, formas de crianza y tipos de apego. Por el contrario, Gonzales, Echeburúa y Paz (2019) definen la dependencia como uno de los problemas latentes a nivel social, debido a que las personas crean relaciones desfavorables. Tal preocupación gira alrededor de la juventud, puesto que es la edad en la que se inicia la búsqueda de pareja; por lo tanto, esta etapa es crucial y se debe prestar especial atención a la manera en que se relacionan, pues se marcan pautas de interacción en relaciones futuras que pueden extenderse hacia su vida adulta.

Por otro lado, se encontraron vacíos entre teorías, donde el autor Armas (2022) menciona que la prevalencia de la dependencia emocional es mayor en mujeres, lo que indica que son más propensas a sufrir dicha condición debido a la predisposición de factores tanto biológicos como socioculturales. Sin embargo, se evidencia que existen otros factores que pueden incidir en la dependencia emocional, y estos están relacionados con las carencias afectivas, puesto que se mantienen a lo largo de la vida en las personas que padecen de dependencia emocional.

(Castelló, (2019).

Por el contrario, los autores Ramos, Recio y de la Peña (2019) refieren que el amor lo hace todo posible dentro de una unión de pareja, de manera que, para superar la dependencia emocional, solo se necesita amarse de verdad. No obstante, el autor Walter Riso (2020) sostiene que el amor verdadero se basa en el respeto mutuo, la libertad individual y el crecimiento personal de ambos, afirmando que amar no significa anularse ni depender del otro para ser feliz. De lo contrario, se pueden adoptar conductas de apego e inseguridad en las personas; efectivamente, al construir una relación amorosa, es posible que se desarrolle una dependencia emocional.

Finalmente, de acuerdo con cada aporte mencionado por los autores, se entiende la dependencia emocional como una problemática no solo patológica, sino también social, teniendo en cuenta que las relaciones y los vínculos en el entorno de cada persona pueden influir en las decisiones y elecciones que haga acerca de su pareja. De igual manera, las relaciones interpersonales que establecen con sus amistades y demás. Por tal razón, la dependencia emocional es ocasionada por unas causas que pueden estar relacionadas con factores biológicos o culturales, vistos durante el desarrollo de la persona, envolviéndola en un desequilibrio total. Esto lleva a que, al encontrarse en una relación, se vea inmersa en un ambiente bastante hostil debido al control ejercido por parte de su pareja.

Metodología

El presente trabajo monográfico corresponde a una revisión de la literatura que brinda una visión del estado del arte investigativo relacionado con la dependencia emocional en las relaciones de pareja de jóvenes universitarios. En ese sentido, conviene definir las revisiones documentales, entendidas por Hurtado (2022) como un método en el que se recopila información escrita sobre un tema en específico, el cual tiene como finalidad suministrar variables que se relacionan directa o indirectamente con el tema establecido.

Por otra parte, se identifican 30 artículos focalizados en las bases de datos reconocidas de Web of Science (Wos), SCOPUS, las cuales facilitan una amplia colección de búsquedas avanzadas en las diferentes especialidades. La información de los artículos seleccionados se administra en un modelo de matriz que se elaborará en el programa Microsoft Excel donde se especifican lugar, año, autores, objetivos, orientación teórica/disciplinar, metodología, resultados, observación/análisis, para su organización y sistematización. Además, para la búsqueda de investigaciones locales se hizo uso Google Académico, teniendo en cuenta que las investigaciones locales son menos numerosas y no es frecuente encontrarlas en revistas indexadas. Los términos de búsqueda en inglés y español son los mencionados a continuación: “Dependencia emocional”, “Relaciones de pareja”, “Factores de la dependencia emocional”.

Criterios de inclusión y exclusión

Guardando relación con los criterios de inclusión, se detallan 1) el periodo comprendido entre 2019 a 2024, 2) artículos de investigaciones aplicadas, 3) jóvenes universitarios, 4) Personas con indicios de dependencia emocional. En cuanto a los criterios de exclusión, se

encuentran: 1) artículos de reflexión, 2) artículos de investigación teórica, 3) artículos escritos antes del 2019, 4) Adolescencia, 5) Editoriales.

Finalmente, el análisis realizado en la investigación documental revela la filosofía hermenéutica del autor Gadamer puesto que propone una reflexión sobre el fenómeno de la comprensión humana en su dimensión histórica y lingüística (Gadamer, 2022). Para este autor, la comprensión no es un acto peculiar que se aplica a un objeto dado, sino una forma de participar en el ser de lo que se comprende.

Tabla 2. *Modelo de tabla de referentes teóricos.*

Autor	Año	Título de la investigación	Principal hallazgo o conclusión principal
Aiquipa, J.	2022	Análisis psicométrico del Inventario de dependencia emocional (IDE) en jóvenes de la ciudad de Piura. Universidad Cesar Vallejo	Hablar de la dependencia emocional es hablar sobre la forma inapropiada de amar y se pierde el respeto por sí mismo, de esta manera, se puede generar la manipulación y la violencia ejercida por el otro para así evitar sufrir.
Andrade, J y García, A.	2021	Apego y dependencia emocional en población joven, Colombia	Se encuentra que algunos rasgos de dependencia emocional tienen una alta similitud a la adicción física o psicológica hacia la pareja y esta es aliviada al tener a la persona cerca.

Armas, A.	2022	Análisis de los aspectos metodológicos de la dependencia emocional en jóvenes y estudiantes universitarios. Universidad Continental, Perú	Hablar de la dependencia emocional es hablar sobre la forma inapropiada de amar y se pierde el respeto por sí mismo, de esta manera, se puede generar la manipulación y la violencia ejercida por el otro para así evitar sufrir.
Rojas, J.	2021	Concepciones sobre la dependencia emocional hacia la pareja en jóvenes	Las emociones que tuvieron un mayor peso semántico en el discurso de los respondientes pueden dividirse en dos vías; la primera de ellas, haciendo evidente un estado emocional actitudinal negativo al referirse a la dependencia emocional hacia la pareja, las definidoras negativas que tuvieron mayor peso semántico fueron: triste, solitario, enojo, tóxicas, gritos, celos. otro aspecto fue la violencia de pareja puesto que se ve inmersa en el discurso de los jóvenes en un inicio con actitudes menos visibles hasta llegar a la violencia física, las definidoras con mayor peso semántico fueron; gritos.

Camarillo, L., Ferre, F., Echeburúa y E.	2020	Escala de Dependencia Emocional de la Pareja: propiedades psicométricas	Se halla que no existe distinción relevante en la dependencia emocional hacia la pareja entre los hombres y las mujeres universitarios, por tal razón, se deben afinar las aptitudes para desenvolverse socialmente y tomar en cuenta los acontecimientos vividos, también, la asistencia especializada en salud mental.
Castello, J.	2019	Dependencia afectivo emocional y dimensiones de personalidad en estudiantes universitarios, Perú	Existe una relación entre la dependencia emocional y las dimensiones de la personalidad, ya sea psicoticismo, neuroticismo y altas probabilidades de padecer ansiedad a raíz de una separación.
Castelló, J y Aiquipa, J.	2023	La dependencia emocional a la pareja y su relación con la violencia a la mujer. Universidad Ean.	Se hace posible identificar la influencia que puede tener consigo los antecedentes de maltrato físico, verbal o psicológico que enfrentan diferentes las mujeres con la dependencia emocional que puede generar a la pareja, de acuerdo con las vivencias propias que experimentan en su cotidianidad.

Cuetos, G.	2022	Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19, Perú	La búsqueda de atención dentro de las relaciones de pareja puede llevar a que estas estén dispuestas a soportar malos tratos, sumisión, empeño para que su pareja se sienta bien y de esta manera creer que es amada.
Castello, J.	2019	Dependencia afectivo emocional y dimensiones de personalidad en estudiantes universitarios, Perú	Incrementar e impulsar el crecimiento propio e independizarse permitirá renovar la personalidad, autoestima, la autovaloración por sí mismos llevando a la persona dependiente a reconocer la importancia de aprender a estar bien consigo mismo para después estarlo con los demás.
Allen, B.	2022	Dependencia emocional en las relaciones de pareja de los jóvenes del municipio de San Salvador Hidalgo	Se encuentra que los conflictos con sus parejas afectan emocionalmente a estas personas, porque los deja con la preocupación de ya no tener el cariño y afecto de su pareja, lo que refleja que tienen una necesidad emocional de ser amados y tener de cerca a alguien que se lo exprese, ya que estos mismos no pueden proporcionarse ese afecto.

Castelló, J.	2022	Dependencia Emocional según la Teoría de Jorge Castelló	Aquel que depende emocionalmente tiende a desarrollar adicción de alguien en especial, aunque al romper el vínculo y quedar solo esa adicción se va desapareciendo, sin embargo, sigue siendo dependiente puesto que encontrará otra pareja a la cual se volverá adicta.
Denzin, N y Lawler, E.	2019	Conciencia emocional y participación en los estudiantes del primer curso de español en la Universidad Amar Télidji de Laghouat.	Las personas se enfrentan a diferentes situaciones donde deben poner en práctica la educación emocional y muchas de esas situaciones son vitales para su crecimiento personal, por tal razón es importante reconocer y validar las emociones para poder tener un buen control sobre ellas.
Galicia, I., Robles, F., Sánchez, A. y Núñez, E.	2020	Dependencia Emocional y Mitos Del Amor En Estudiantes de Dos Niveles Educativos	El miedo a la soledad no se asocia a ningún mito, es más un factor de la dependencia emocional que los jóvenes reflejan cuando son dependientes de sus parejas.

González, I., Echeburúa, E y Paz, O.	2020	Dependencia emocional y distorsiones cognitivas relacionadas con la violencia de pareja en jóvenes universitarios de la ciudad de Barranquilla.	Se encontró que la presencia de la dependencia emocional es considerable, por lo que se evidenció correlación significativamente moderada entre la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas que llevan a que se presenten conductas desadaptativas por parte de la persona dependiente.
González, H y Leal, R.	2021	González, H y Leal, R. La dependencia emocional en las relaciones de pareja. Universidad Cooperativa de Colombia	La dependencia emocional es una variante que se presenta a partir de factores como la discriminación sexual, formas de crianza, tipos de apego, violencia física y psicológica y alteraciones cognitivas que conlleva a que la persona presente niveles de vulnerabilidad negativos.
Castello, J y Maldonado.	2020	Dependencia Emocional en las relaciones de pareja adolescentes	El nivel de dependencia emocional en parejas adolescentes dentro de la población seleccionada, recolectando una información con los factores del cuestionario de dependencia emocional generando una relación en los resultados obtenidos.

Fernández, M.	2020	Dependencia Emocional en las relaciones de pareja adolescentes	El grado de dependencia en parejas adolescentes siendo la población seleccionada, recolectando la información con los factores del cuestionario de dependencia emocional generando una relación en los resultados obtenidos.
Lemos, M. y Londoño, N.	2020	Dependencia emocional en relación de pareja en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, Ecuador	En cuanto al análisis de variables de esta investigación, la evidencia que se encuentra, teniendo en cuenta el género es que los caballeros marcaron menor grado de dependencia emocional a diferencia de las mujeres, de igual manera, los universitarios más jóvenes, alcanzaron mayor incidencia.
Lemos, M.	2019	Dependencia afectivo emocional y dimensiones de personalidad en estudiantes universitarios, Perú	Los universitarios mantienen un imperativo de tipo afectivo que un sujeto experimenta hacia su pareja a través de sus distintos vínculos.
Martínez, G.	2021	Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social	Una de cada tres femeninas y uno de cada dos masculinos pertenecientes a la Universidad Nacional de Huancavelica se ubica en la categoría moderado o severo

			<p>de dependencia emocional. Además, no se haya diferencia relevante de dependencia hacia el compañero (a) sentimental entre hombres y mujeres dentro del tiempo de aislamiento social obligatorio por Covid-19.</p>
Obando, A.	2022	Dependencia emocional en estudiantes de la facultad de Derecho de la Universidad	<p>Los jóvenes de la facultad de derecho de la Universidad Cooperativa de Colombia de la sede de Villavicencio poseen un nivel bajo de dependencia emocional, teniendo estos universitarios tendencias adictivas hacia la pareja, sintiendo estos la necesidad de estar con el conyugue, la atención de este hacia ellos, generando que ellos puedan llevar su relación hasta un punto de destructibilidad e inestabilidad, del mismo modo, llegando a que idealicen de manera excesiva la pareja con el fin de que la relación no llegue a su fin.</p>
Pérez, Y.	2019	Dependencia afectivo emocional y dimensiones de	<p>Se encuentra que existe una relación altamente significativa entre la dependencia emocional y las</p>

		personalidad en estudiantes universitarios, Perú	dimensiones de la personalidad, debido a que los estudiantes universitarios al establecer relaciones no lo hacen de manera efectiva ni equilibrada evitando un adecuado desarrollo personal, social y profesional.
Pradas, E y Perles, F.	2022	Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19. Perú	Los universitarios dependientes emocionalmente, obedecen a cantidades de experiencias a las que están exhibidos, tales como exageradas cargas académicas, imposición de los padres e influencia de la pareja.
Puente, S., y Huertas, J.	2022	Relación existente entre la dependencia emocional y los vínculos de pareja contemporáneos en el discurso capitalista. Una revisión documental, Colombia.	La dependencia emocional es encontrada como un patrón persistente de necesidades insatisfechas que lleva a que las parejas establezcan relaciones inadecuadas con otros.
Ramos, E., Recio, P y De la Peña, E.	2019	Dependencia emocional y Mitos del amor en estudiantes de dos niveles educativos, México	La población de bachillerato es más susceptible de presentar aspectos de dependencia emocional en sus relaciones de pareja.

Rodríguez, J.	2019	Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19. Perú	Unas causas que conllevan a la dependencia emocional están orientadas a las vivencias tempranas que tienen las personas, puesto que las carencias afectivas generan dependencia hacia el otro.
Riso, W.	2020	Autoestima y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja, Ecuador	La dependencia hacia la persona que se ama puede ser un acto autodestructivo, es por esto por lo que el apego juega un papel fundamental debido a que este en muchas ocasiones se disfraza de amor, generando más dependencia.
Sirvent, C y Moral, M.	2020	Propuesta de intervención para la dependencia emocional. Superación de la dependencia tras la ruptura de la pareja, España	Las personas demuestran la inmadurez afectiva de quien sufre dependencia de otro, lo que conduce al sujeto a ser víctima de su pasión y de un vacío interior que nunca llena, asimismo, a la insatisfacción ante el desasosiego provocado por la sensación de que nunca nada los hace sentir plenos.
Sophia, E.	2022	Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social	La dependencia emocional puede generar sentimientos irregulares en el que muchas veces la pareja es el centro de todo,

		obligatorio por Covid-19, Perú	llevando así a que se mantenga una relación poco sana.
Verdú, A.	2021	Apego y dependencia emocional en población joven, Colombia	La dependencia emocional es un trastorno emocional de los individuos que afecta, en especial, a uno mismo y estima en las diferentes relaciones personales. La mayoría de los estudios evidencian que las relaciones generan futuros comportamientos interpersonales.

Nota: Elaboración propia, datos tomados de las referencias bibliográficas consultadas.

Discusión

La dependencia emocional en las relaciones interpersonales es un tema que requiere atención, especialmente en el contexto de las relaciones de pareja. Esta revisión investigativa de corte analítico profundiza en el estado actual de la dependencia emocional, y su manifestación en parejas de jóvenes universitarios. Por ello este trabajo monográfico analiza las investigaciones que abordan la complejidad de la dependencia emocional, identificando las tendencias metodológicas, teóricas, disciplinares y contrastando entre los distintos autores y posturas teóricas.

De esta manera, el hallazgo de Riso (2020) respalda la teoría sobre la dependencia emocional en cuanto a la relevancia que tiene, dado que el apego inseguro, ya sea evitativo o ansioso, puede predisponer a las personas a desarrollar relaciones interpersonales insanas. Esto plantea la necesidad de que las intervenciones en salud mental consideren el modelo de apego como parte integral de la terapia para individuos en situaciones de dependencia emocional. Además, el análisis en su investigación determinó que el apego inseguro en las relaciones debe ser abordado con precaución, ya que su normalización puede influir en la percepción de lo que es una relación saludable.

Al mismo tiempo, los resultados obtenidos muestran que al permanecer en un vínculo de pareja y que esta no se lleve de manera sana desde muchos aspectos, puede generar un apego inseguro coincidiendo con lo investigado por Castelló (2022), sobre el estado de la dependencia emocional en los jóvenes universitarios puesto que esta es una comunidad que ha presentado esta problemática, no obstante, este fenómeno también puede presentarse en muchas personas de distintas poblaciones y edades.

Otro de los hallazgos evidenciados acerca de la dependencia emocional es que en todas las investigaciones se hace énfasis en los hombres y mujeres como parte fundamental de este fenómeno. Si bien es cierto que estar en una relación de pareja (haciendo alusión a ser hombre y mujer) en muchos casos conlleva en algún momento a sufrir de dependencia emocional, de hecho, existen pocas investigaciones que mencionan las relaciones de pareja del mismo sexo y cómo estas conducen a la dependencia emocional. Estos hallazgos respaldan la teoría de Rodríguez, Momeñe, Olave, Estévez e Irruarrizaga (2019), quienes mencionan que es natural estudiar la dependencia emocional en parejas heterosexuales. Por otra parte, el estudio de esta magnitud en parejas homosexuales y bisexuales no es frecuente, por lo que se recomienda considerar este tipo de población como objeto de estudio, ya que permitirá obtener una perspectiva desde un grupo poblacional al que históricamente se le ha discriminado.

Ahora bien, se evidenció que dentro de las investigaciones revisadas se apunta a que la mujer es la más propensa a sufrir de dependencia emocional. Esto se basa en que Armas (2022) considera que entregan más emocionalmente dentro de sus relaciones de pareja. En este orden de ideas los autores Puentes y Huertas (2022), respaldan que los jóvenes universitarios que se ven inmersos en una relación de pareja pueden tener la probabilidad de padecer una dependencia emocional y más en el caso de la mujer, puesto que se considera que para mantener una relación evitan tener en cuenta la parte negativa y buscan quedarse con las pocas migajas de amor que se le ofrece.

Posteriormente, otro descubrimiento es que la interdisciplinariedad es cada vez más importante en la investigación científica, tal como sucede en los estudios de Álvarez, C y Montoya, Y. (2021), Armas, A. (2022), Camarillo, L., Ferre, F., Echeburúa y E. (2020), Gonzáles, I., Echeburúa, E y Paz, O. (2020), quienes desde la sociología, la psicología y la

biología se entrelazan en diversas áreas, generando tendencias particulares que reflejan los avances teóricos, metodológicos y las demandas sociales, en las cuales se refleja la exploración de las bases biológicas del comportamiento social, la conducta del ser humano, así como la transformación social. Es por esto que la tendencia hacia la interdisciplinariedad refleja la creciente complejidad de los problemas sociales y científicos.

Con relación a lo anterior, desde la disciplina de la psicología se encontraron en total 17 estudios de referentes tales como Puente, S., y Huertas, J. (2022) Armas, A. (2022) Camarillo, L., Ferre, F., Echeburúa y E. (2020) Gonzáles, I., Echeburúa, E y Paz, O. (2020) que permitieron la obtención de resultados completos acerca de la identificación de factores que predisponen a que las personas sufran de dependencia emocional. Asimismo, se analizaron los antecedentes psicológicos que influyen para que esto se mantenga, así como los desequilibrios y afectaciones que presenta una persona dependiente de otros como lo es el caso de las inseguridades, la poca confianza en sí mismo y la baja autoestima, entre otros aspectos que permiten la aparición y mantenimiento de la dependencia emocional, especialmente cuando este problema no se trata ni se buscan estrategias o herramientas para abordarlo.

Simultáneamente, desde la disciplina de la sociología se encontraron siete investigaciones realizadas por González, H y Leal, R Fernández, M. (2020); Lemos, M. y Londoño, N. (2020); Martínez, G. (2021) Pérez, Y. (2019), que permitieron obtener aportes significativos dentro de la revisión teórica, puesto que desde este ámbito se puede tener una visión detallada de cómo se da la dinámica de las personas con dependencia emocional en su entorno o grupos poblacionales con los cuales acostumbran relacionarse y cuáles son algunos de los determinantes que pueden estar contribuyendo a que esto ocurra, así como también se encuentran a su alrededor, como pueden ser, familiares o amistades cercanas que pueden estar

teniendo el mismo problema de dependencia emocional y lo consideren normal o desconozcan las consecuencias que esto pueda traerles; por tal razón, continúa en una relación de esta índole. Esto se convierte para la otra persona en un modelo de influencia a seguir; así es como de alguna manera, se ven influenciadas por su entorno y las dinámicas que se manejan dentro de este, lo que lleva a que la dependencia sea constante y perdurable en sus relaciones.

Además, se obtuvieron un total de 6 estudios que fueron realizados desde la disciplina de la Biología por Pradas, E y Perles, F. (2022) Ramos, E., Recio, P y De la Peña, E. (2019) Sophia, E. (2022) Riso, W. (2020) Sirvent, C y Moral, M. (2020). Gracias a ello, se pudo revisar la relación existente entre la dependencia emocional y los factores biológicos del desarrollo de las personas para así, determinar la influencia que esto puede tener en la presentación de una dependencia. De la misma manera, se revisó porque ciertos individuos pueden llegar a tener mayor predisposición a presentar dependencia aun cuando sus vivencias y su desarrollo biológico han sido favorables. Además, el género tiene una gran influencia en que este problema se presente debido a que en las investigaciones realizadas por estos autores se evidenció que las mujeres suelen ser más dependientes al ser mayoritariamente sentimentales dentro de sus vínculos afectivos establecidos.

Por otro lado, Pradas y Perles (2022) afirman que las vivencias tempranas pueden ser un factor que conlleva la dependencia emocional. Sin embargo, estos autores consideran que no todas las personas han sufrido de carencias afectivas, a diferencia de lo reportado por Sirvent (2020), quien sostiene que no todas las personas que han padecido carencias afectivas durante la niñez van a estar propensas a tener dependencia de otros. Esto se debe a que dependerá del manejo y permanencia que cada uno le dé a ese tipo de situaciones en su vida. Hay personas que no permiten que estas experiencias afecten y pongan en riesgo su salud mental y emocional, sino

que, más bien, buscan la ayuda necesaria para sobrellevar este tipo de vivencias el resto de su vida sin verse afectados.

Así mismo, los autores Castelló, (2019) y Camarillo, (2020) destacan la influencia significativa del entorno familiar en la formación de la dependencia emocional, puesto que los antecedentes familiares pueden establecer patrones que se reproducen en las relaciones de pareja. Es así, que desde un ambiente familiar caracterizado por la falta de apoyo o por dinámicas disfuncionales se contribuye a que los jóvenes desarrollen vínculos emocionales poco saludables.

En concordancia con la postura teórica anterior Camarillo et al. (2022) habla sobre la dependencia emocional de la pareja como un vínculo afectivo permanente excesivo de la otra persona, el cual resulta desequilibrado y está asociado con una escasa autoestima que oculta la carencia afectiva, es por esto que, la juventud puede llevar a que los jóvenes se aferren a relaciones que no son saludables influyendo en su autoestima de acuerdo a los lazos afectivos que hayan desarrollado según los diversos factores sociales que mencionan los autores. Al analizar este fenómeno social se pueden identificar elementos que contribuyen a su desarrollo como lo es, la idealización de las parejas promovidas por los medios de comunicación, que lleva a la creación de una pareja ideal presentada como el centro de felicidad. Así mismo se considera la presión ejercida por los grupos debido a la necesidad de pertenecer. Otro punto crucial son los modelos familiares derivados de familias disfuncionales o de la ausencia de figuras parentales.

Otro hallazgo de la revisión está enfocado en lo mencionado por los autores Gonzales, Echeburúa y Paz, (2019), puesto que ellos definen la dependencia como uno de los problemas latentes a nivel social, debido a que los individuos entablan vínculos afectivos inapropiados, y la preocupación gira en torno a la juventud. Si bien es cierto esta etapa trae consigo el inicio de

nuevas experiencias, también se evidencia la escasa experiencia en establecer relaciones personales y amorosas, debido a la búsqueda de identidad. Para ellos, la dependencia emocional puede ser una forma de sentirse conectados y queridos. Lo anterior muestra, lo crucial que es prestar atención a las interacciones relacionales que tienen los jóvenes con otros y cómo esto puede influir en su futuro por lo que se requiere incluir estrategias que ayuden a la concientización sobre el tema de dependencia emocional y sus implicaciones.

Simultáneamente, los autores Ramos, Recio y de la Peña (2019) mencionan que el amor es fundamental para construir relaciones, aunque no es una solución que, por sí sola elimine patrones de comportamientos arraigados en las personas. De esta manera, el dependiente emocional mantiene un deseo constante de su pareja, lo que conlleva un sin fin de acciones que pueden generar malestar. Esto involucra dinámicas complejas que requieren un trabajo más profundo. Es por esto por lo que, si el amor lo fuese todo, no habría la necesidad de mejorar, trabajar o buscar ayuda.

No obstante, el autor Walter Riso (2020) sostiene que el amor de verdad se basa en el respeto mutuo, la libertad individual y el crecimiento personal de ambos. Esta afirmación refleja una comprensión profunda y evolucionada de las relaciones. Esta visión del amor se aleja de idealizaciones románticas y se centra en la construcción de relaciones sólidas, lo que conlleva a hablar del amor sin anular al otro ni depender de éste para ser feliz. Puesto que el respeto mutuo reconoce a la otra persona como un individuo con sus propias necesidades, implica valorar y entender esas diferencias. Asimismo, al hablar de la libertad, se permite que las personas en una relación mantengan su identidad y autonomía en sus decisiones y acciones, lo que genera un crecimiento en ambos.

En otro orden de ideas, los resultados obtenidos muestran que una tendencia investigativa identificada y que se evidencia en los trabajos previamente citados, es la escasa atención concedida al análisis de ambos miembros de la pareja y la dinámica familiar en la que estos se han venido desarrollando. Esto, resalta una brecha en la investigación, ya que muchas veces, los estudios enfocados en la dependencia emocional se centran únicamente en un miembro de la pareja, desestimando cómo la dinámica relacional se compone de interacciones constantes y recíprocas. De cualquier manera, para entender completamente la dependencia emocional, es vital adoptar un enfoque que incluya a todas las partes implicadas. Esto enfatiza la necesidad de desarrollar metodologías que permitan un análisis profundo donde se consideren las experiencias de ambos integrantes en las distintas fases de su vida. Dado que estos resultados sugieren que incluir la población masculina puede mejorar el abordaje, es preciso ampliar la investigación sobre este género precisamente porque se tiende a enfocar más en las mujeres.

Por otra parte, existe un menor número de estudios de investigación experimental lo que resulta comprensible porque requieren mayores recursos económicos y logísticos lo que los hace poco habituales. En cuanto a la investigación no experimental, especialmente con la disponibilidad de grandes conjuntos de datos, ofrece una alternativa más asequible y con menor demanda de recursos. Además, los resultados en las investigaciones no experimentales son más generalizables a situaciones del mundo real lo cual permite explorar una amplia gama de preguntas de investigación y minimiza el riesgo de daño a los participantes.

Otra tendencia identificada en el análisis fue la falta de un abordaje de investigaciones con participantes indígenas y afrodescendientes. Esta ausencia da cuenta de una tendencia excluyente en los muestreos investigativos, por lo que es importante considerar que la forma en que abordan el problema de la dependencia emocional, dentro de lo que implican sus costumbres

y creencias da un significado distinto. Se entiende que la manera de manejar e identificar los impedimentos físicos y mentales de estas poblaciones es diferente a como se maneja por las personas en general, por lo que se considera relevante profundizar en estos grupos poblaciones y contextos.

Finalmente, los contextos investigativos suelen realizarse mayormente en Latinoamérica, específicamente en Perú, así como en Colombia y México; en cuanto a países como España y Ecuador, son escasos. De esta manera, es necesario precisar que en el contexto local no se encontró ninguna investigación; esto indica una necesidad importante de comprender esta problemática según como se manifiesta en las características y circunstancias de nuestro territorio.

Conclusiones

En síntesis, la ausencia de estudios experimentales revela la importancia de una mirada complementaria hacia el tema dependencia emocional. Además, los vacíos en los estudios locales también requieren ser atendidos, sin olvidar que en la región la investigación científica no suele estar potencializada. Así mismo, se verificó en las investigaciones encontradas, de acuerdo con la revisión documental, que de todas las poblaciones en las que se realizaron estudios, el mayor impacto se enfocó en el género femenino, puesto que existe una tendencia a que las mujeres desarrollen apegos inseguros provenientes de factores vivenciales durante el desarrollo de sus vidas.

Por otra parte, los hallazgos encontrados destacan la importancia de estudiar la dependencia emocional en las poblaciones diferenciadas, como lo es el caso de las comunidades indígenas, afrodescendientes, personas con discapacidad y comunidades de diversidad sexual y de género, así como otros grupos poblacionales existentes que forman parte de todo un sistema social; Por lo tanto, es elemental que no se dejen a un lado y se aborde la cuestión, ya que no están exentos de padecer dependencia emocional.

A pesar de la interdisciplinariedad desde la que se ha estudiado la dependencia emocional, se evidencia la ausencia de otras disciplinas fundamentales que brinden aportes significativos sobre el tema, como por ejemplo la economía en la relación de pareja, la cual, al ser manejada por un solo miembro, puede generar que el otro se mantenga constantemente a su lado, lo que conlleva a que se ejerza control y poder. Al mismo tiempo, indagar acerca de las creencias políticas que se manejan alrededor de la dependencia emocional en la sociedad y el impacto que se puede tener en las relaciones sentimentales.

Como se ha precisado, la dependencia emocional es un fenómeno que ha ido en crecimiento dentro de la sociedad, el cual puede generar afectaciones psicológicas, familiares y sociales. Se considera necesario, que en futuras investigaciones se profundicen sobre el tema desde otros ámbitos, como lo es el caso del género masculino, del cual se ha revisado poco acerca de cómo se da la dependencia en los hombres. Igualmente, es conveniente que se conozca más sobre cómo abordar este problema y evitar que se desarrollen afectaciones severas en la salud mental; inclusive, es importante estudiar la presencia de la dependencia en otras etapas del ciclo vital, como la adolescencia, adultez y la adultez mayor.

Recapitulando, el estudio en cuestión permitió analizar el estado del desarrollo investigativo relacionado con la dependencia emocional en las relaciones de pareja de los jóvenes universitarios, puesto que se profundizaron las causas y factores que conducen a una dependencia emocional. En tal sentido, se verificó que son los jóvenes los más propensos a padecerla, teniendo en cuenta que influyen en ello la etapa del ciclo vital, el contexto, sus experiencias amorosas anteriores, entre otros aspectos que permitieron conocer el desarrollo investigativo que se le ha otorgado al tema en los últimos años. Sin contar que quedan muchos más criterios por abordar para que se pueda mirar desde amplias perspectivas y, así, no solo se puedan ir llenando vacíos encontrados en el camino de la investigación, sino también resolver interrogantes aún no respondidos y abarcar escenarios en donde aún no se ha puesto la mirada para estudiar el tema.

Referencias Bibliográficas

- Aiquipa, J. (2022). *Análisis psicométrico del inventario de dependencia emocional (IDE) en jóvenes de la ciudad de Piura* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. URL: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/116467/Atoche_MYS-Cavero_MYI-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Andrade, J, & García, A. (2021). Apego y dependencia emocional en población joven, Colombia. URL: <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/808b68ad-4deb-4f47-b48b-9e4b06f2a1e6/content>
- Armas, A. (2022). Análisis de los aspectos metodológicos de la dependencia emocional en jóvenes y estudiantes universitarios. Universidad Continental, Perú. *Revista alternativas en psicología*. URL: <https://alternativas.me/attachments/article/275/2-%20An%C3%A1lisis%20de%20los%20aspectos%20metodol%C3%B3gicos%20de%20la%20dependencia%20emocional.pdf>
- Brody, L. (2022). El papel de las emociones en la educación primaria, España. URL: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/57519/TFG-L3406.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Camarillo, L., Ferre, F, & Echeburúa E. (2020). Escala de dependencia emocional de la pareja: propiedades psicométricas. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 48(4), 145–153. URL: <https://actaspsiquiatria.es/index.php/actas/article/download/308/441/453>
- Castello, J. (2023). *Dependencia emocional en las relaciones de pareja en jóvenes de la facultad de ciencias jurídicas y sociales en la Universidad Simón Bolívar* [Tesis de licenciatura,

- Universidad Simón Bolívar]. Repositorio Institucional USB. URL:
<https://hdl.handle.net/20.500.12442/12629>
- Castelló, J, & Aiquipa, J. (2023). La dependencia emocional a la pareja y su relación con la violencia a la mujer. Universidad Ean. URL:
<https://repository.universidadean.edu.co/server/api/core/bitstreams/1a42b02e-092c-4586-8483-6917a58a216c/content>
- Castelló, J. (2022). *Dependencia emocional según la teoría de Jorge Castelló*. DOI:
<http://doi.org/10.26439/ulima.tesis/1881>
- Consejo de Europa. (2019). Dejar de ser o hacer: significado de dependencia funcional. México. DOI: <https://doi.org/10.15174/au.2018.1614>
- Cuetos, G. (2022). Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19, Perú. URL:
http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072022000400115
- Denzin, N. (2019). Conciencia emocional y participación en los estudiantes del primer curso de español en la Universidad Amar Téliidji de Laghouat, Argelia. DOI: <https://doi.org/10.7203/foroele.18.22019>
- Gadamer (2022). El método fenomenológico-hermenéutico de Gadamer. Algunos aportes para el abordaje del círculo de la comprensión, Perú. DOI:
<http://dx.doi.org/10.18566/escr.v29n62.a02>
- Galicia, I., Robles, F., Sánchez, A., & Núñez, E. (2020). Dependencia emocional y mitos del amor en estudiantes de dos niveles educativos. *Revista Iberoamericana de Psicología* 12(3):21–32. URL: <https://reviberopsicologia.iberro.edu.co/article/view/rip.12303/1533>

González, I., Echeburúa, E, & Paz, O. (2019). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas relacionadas con la violencia de pareja en jóvenes universitarios de la ciudad de Barranquilla, Colombia. URL:<https://hdl.handle.net/20.500.12442/4266>

González, H., & Leal, R. (2021). *La dependencia emocional en las relaciones de pareja* [Trabajo de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional UCC. URL:<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/41c7e03a-498f-40e0-b856-046a12b3ba7d/content>

Hurtado. (2022). Debates por la historia, México. DOI: <https://doi.org/10.54167/debates-por-la-historia.v9i2.792>

Lawler, E. (2022). *El papel de las emociones en la educación primaria*, España. URL:<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/57519/TFG-L3406.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lemos, M, & Londoño, N. (2020). *Dependencia emocional en relación de pareja en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, Ecuador* [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca]. URL:<https://restdspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/e718491e-7c60-44ed-8cb6-fe481bf85cc8/content>

Lemos, M. (2019). Dependencia afectivo emocional y dimensiones de personalidad en estudiantes universitarios, Perú. URL:<https://hdl.handle.net/20.500.12802/10550>

Orozco, D, & Vitola, F. (2021). Dependencia emocional en estudiantes de sociología de primer a tercer semestre de la universidad popular del cesar, Valledupar. URL: <http://repositorio.unicesar.edu.co/handle/123456789/538>

- Pérez, Y. (2019). *Dependencia afectivo emocional y dimensiones de personalidad en estudiantes universitarios*, Perú [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS.
URL:<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5837/Nu%C3%B1ez%20Gines%20Manuel%20Alejandro.pdf?sequence=1>
- Pradas, E., & Perles, F. (2022) Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19, Perú. URL:
http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072022000400115
- Puente, S., & Huertas, J. (2022). Relación existente entre la dependencia emocional y los vínculos de pareja contemporáneos en el discurso capitalista. Una revisión documental, Colombia. <https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/75389477-495b-4dc8-9f0b-f0ce0b3b8b70/content>
- Ramos, E., Recio, P., & De la Peña, E. (2019). Dependencia emocional y mitos del amor en estudiantes de dos niveles educativos, México. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 12(3), 21–32. DOI: <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.12303>
- Rodríguez, J. (2019) Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19, Perú. URL:
http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072022000400115
- Rodríguez, M., Momeñe, A., Olave, G., Estévez, J., & Irruarrizaga, M. (2019). *Dependencia emocional en parejas homosexuales de una universidad privada de Lima Metropolitana*, Perú [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio

Institucional USIL. URL:

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/697544d2-7b79-4886-8f6d-6de684cc5ed2/content>

Riso, W. (2020). Autoestima y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja, Ecuador. URL: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/29398>

Sirvent, C, & Moral, M. (2020). Propuesta de intervención para la dependencia emocional. Superación de la dependencia tras la ruptura de la pareja, España.

URL: https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/680162/anguita_corbo_alba_tfm.pdf?sequence=1

Sophia, E. (2022). Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19, Perú. URL:

http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072022000400115

Verdú, A. (2021). *Apego y dependencia emocional en población joven, Colombia* [Tesis de licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional UCC.

URL: <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/808b68ad-4deb-4f47-b48b-9e4b06f2a1e6/content>