



Pontificia Universidad Católica Argentina

“Santa María de los Buenos Aires”

Facultad de Psicología y Psicopedagogía

Licenciatura en Psicología

Trabajo de Integración Final

La dependencia emocional y su relación con los estilos de apego en jóvenes del
AMBA.

Alumno: Catalina Picardi

Número de registro: 121900177

Director: Lic. Francisco Lafferriere

Tutor: Lic. Javiera Ortega

Catalina Picardi

Buenos Aires, 2023

ÍNDICE

RESUMEN	2
I. INTRODUCCIÓN	4
II. MARCO TEÓRICO	5
2.1. Dependencia emocional	5
2.4. Estilos de apego	8
2.5 Dependencia emocional y Estilos de apego	10
III. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, OBJETIVOS E HIPÓTESIS	18
3.1. Definición del Problema	18
3.2. Objetivos	18
3.2.1. <i>Objetivo general</i>	18
3.2.2. <i>Objetivos específicos</i>	19
3.3. Hipótesis	19
IV. MÉTODO	19
4.1. Diseño de la investigación	19
4.2. Participantes	19
4.3. Instrumentos de recolección de datos	20
4.3.1 <i>Cuestionario sociodemográfico</i> :	20
4.3.2 <i>Escala de Codependencia de Faur</i>	20
4.3.3 <i>Escala de apego para relaciones románticas y no románticas</i>	21
4.4. Procedimiento	22
4.5. Análisis de Datos	22
V. RESULTADOS	23
VI. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	32
6.1 Discusión	32
6.2 Conclusiones	35
6.3 Limitaciones y futuras líneas de investigación	35
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	36
VIII. APÉNDICE	40
8.1 Consentimiento informado	40
8.2 Datos sociodemográficos	41
8.3 Escala de codependencia de Faur (Faur, 2021)	43
8.4 Evaluación de los estilos de apego en adultos (Liporace y Casullo, 2005)	48

RESUMEN

La Dependencia Emocional es un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas. Los estilos de apego describen cómo una persona se relaciona emocionalmente con otros, especialmente en situaciones de intimidad y cercanía. Estos influyen directamente en cómo las personas se sienten con respecto a sí mismas, en las expectativas vinculares y cómo tratarán a los demás. El propósito de la presente investigación fue analizar la relación entre los estilos de apego y la dependencia emocional en jóvenes. La muestra se compuso por 131 jóvenes de ambos sexos residentes en el AMBA, de entre 18 y 29 años. Se adoptó un diseño cuantitativo, transversal, con un alcance descriptivo y correlacional. Se recabaron los datos utilizando un cuestionario Ad-Hoc, la Escala de Codependencia de Faur y la Escala de apego para relaciones románticas y no románticas. Los resultados mostraron una relación positiva y estadísticamente significativa entre la Dependencia Emocional y los estilos de apego inseguros. También se encontraron mayores niveles de Dependencia Emocional en aquellos participantes que no estaban en pareja. Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas en la Dependencia Emocional basadas en sexo ni la duración de los vínculos románticos. Por tanto, la dependencia emocional se relacionaría con modalidades vinculares propias de las personas expresadas en cualquier relación, ya que se adquieren en las primeras experiencias afectivas con las figuras de apego, que originan esquemas de sí mismos, de los demás y las expectativas vinculares que tendrán a lo largo de su vida.

Palabras claves: Dependencia Emocional, Apego, Jóvenes

ABSTRACT

Emotional dependency consists in a pattern of unsatisfied emotional needs that are maladaptively fulfilled with other people. Attachment styles refer to the way a person emotionally relates to others, especially in situations of intimacy and closeness. These directly influence how a human being feels about themselves, how they expect to be treated, and how they will treat others. The purpose of this study was to analyze the relationship between attachment styles and emotional dependency in young people. The sample consisted of 131 young adults of both genders residing in the Metropolitan Area of Buenos Aires, aged between 18 and 29 years. To study this relationship, a quantitative, cross-sectional design with a descriptive and correlational scope was adopted. Data were collected using an Ad-Hoc questionnaire, the Faur Codependency Scale (Faur,

2022), and the Attachment Scale for romantic and non-romantic relationships (Liporace & Casullo, 2005). The results showed that there is a positive and statistically significant relationship between Emotional Dependency and insecure attachment styles, both for romantic and non-romantic relationships. Higher levels of Emotional Dependency were also found in participants who were not in a relationship. However, no significant differences in Emotional Dependency were found based on gender or the duration of romantic relationships. Therefore, Emotional Dependency would be related to particular bonding patterns of each person, due to their acquisition in the early emotional experiences with attachment figures, which form self-schemas and schemas about others, as well as the relational expectations they will have throughout their life.

Keywords: Emotional Dependency, Attachment, Young Adults

I. INTRODUCCIÓN

En los últimos años, la comunidad científica concluyó que las adicciones no tratan únicamente sobre las conductas originadas por el consumo problemático de sustancias, sino que existen otros patrones de conducta, los cuales en numerosas ocasiones pasan desapercibidos, que pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas. Por lo tanto, una adicción sin droga es toda aquella conducta repetitiva que produce placer y alivio tensional, sobre todo en sus primeras etapas, y que lleva a una pérdida de control de la misma, perturbando severamente la vida cotidiana, a nivel familiar, laboral o social, a medida que transcurre el tiempo (Cía, 2013; Santamaría et al., 2015).

En el caso de la dependencia emocional (DE), la noción de dependencia se sustenta en la necesidad de otra persona, tal como sucede en las adicciones a sustancias químicas. El dependiente emocional precisa continuamente de la otra persona, requiriendo del contacto y la aprobación constante de aquella. Si se comparan los criterios de dependencia química con características que suelen presentar las personas con DE, al menos seis criterios son comunes a las dos condiciones: dificultad de control, tolerancia, abstinencia, gasto excesivo de tiempo, reducción de actividades sociales, laborales o recreativas y un contacto constante con la pareja a pesar de tener conciencia de las consecuencias y problemas subsecuentes (Izquierdo Martínez & Gómez-Acosta, 2013; Llano & López-Rodríguez, 2017).

Se define la DE como un tipo de dependencia sentimental que se da entre dos sujetos no adictos y que se describe como un patrón crónico de demandas afectivas frustradas sobre una persona que intentan satisfacerse mediante relaciones interpersonales de apego patológico. Por ende, se comenzó a estudiar si los antecedentes personales de carencias afectivas infantiles y el apego inseguro podrían ser indicadores de este fenómeno en jóvenes (Valle & Moral, 2018).

Desde la Teoría del Apego, se abordan las relaciones afectivas según el grado de seguridad con el que los individuos exploran y se adaptan a su entorno. A su vez, las interacciones con las primeras figuras de apego determinarán el estilo de apego adulto, mediante la organización de un conjunto de conductas, emociones, sentimientos y respuestas al ambiente que enmarcarán sus relaciones con los otros y moldearán el comportamiento adulto en las relaciones de pareja. Quienes poseen estilos de apego seguros tendrían menores dificultades para regular afectos negativos, mayor facilidad para expresar las emociones y mayor variedad de recursos para desenvolverse asertivamente en sus vínculos (Figuroa et al., 2016; Liporace & Casullo, 2005; Rocha Narvaez et

al., 2019; Valle & Moral, 2018). Por esta razón se estudió la relación entre la DE y los estilos de apego.

Resultó pertinente la realización de este estudio en la población de jóvenes, puesto que se trata de una etapa del ciclo vital de gran vulnerabilidad, en la cual las modalidades vinculares internalizadas pueden afectar las relaciones futuras y la aparición de patologías tanto físicas como psicológicas (Urbiola et al., 2017). Por otro lado, la prolongación de la adolescencia en las sociedades actuales ha dado lugar a un descenso de la competencia emocional, provocando en los jóvenes actuales cada vez más problemas emocionales, de ansiedad y de depresión (Moral-Jiménez & González-Sáez, 2020; Valle & Moral, 2018). Asimismo, en la población de jóvenes, la dependencia emocional representa una problemática vinculada a la violencia en el noviazgo (Rocha Narváez et al., 2019).

La información recabada permitirá otorgar a los profesionales de la salud mayor claridad y orientación frente a una temática tan amplia y poco estudiada. Urbiola y cols. (2017) indican que, debido a la escasez de estudios en relación con la dependencia emocional y su relación con la sintomatología disfuncional psicológica, así como su influencia en función del género y de tener o no pareja, es importante realizar investigaciones que ayuden a determinar qué factores inciden en la manifestación de la misma. Por lo tanto, la realización de este proyecto fue relevante no solo para ahondar en los conocimientos sobre la relación entre la DE y el estilo de apego internalizado, sino también para estudiar las diferencias en función del sexo, el factor de tener o no pareja, la cantidad y duración de los vínculos románticos. Por último, constituye un aporte debido a la ausencia de investigación en población argentina.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Dependencia emocional

La DE se define como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas (Castelló Blasco, 2005). A pesar de que es más frecuente observar la DE en personas que buscan el establecimiento de relaciones amorosas, las conductas típicas de un patrón de DE también se pueden ver en personas sin pareja. Estos patrones se componen de comportamientos que afectan directamente las relaciones interpersonales, cuya funcionalidad puede derivar en la obtención de atención, el mantenimiento de la cercanía o la evitación de ciertos eventos amenazantes, tales como una discusión o la pérdida del vínculo afectivo (Izquierdo Martínez & Gómez-Acosta, 2013; Moral-Jiménez & González-Sáez, 2020).

Skvortsova & Shumskiy (2014) explican en qué consistiría una dependencia sana, teniendo en cuenta que cualquier relación interpersonal íntima implica cierta dependencia. Si se percibe a otro como cercano, es indispensable ajustarse en cierta medida a su carácter, estilo de vida y hábitos. Sin embargo, el ajuste será saludable en tanto permita conservar la personalidad de las partes sin perturbar los límites del otro, dejando espacio para que ambas partes puedan crecer y dialogar. En una relación madura no se pierde la autenticidad en presencia del otro, sino que se potencia.

Si bien la DE no forma parte de ningún manual de psicopatología, algunos autores lo describen como un trastorno e incluso proponen un perfil psicopatológico asociado a este tipo de pacientes que incluye: miedo a la soledad, baja tolerancia a la frustración y al aburrimiento, pérdida de su propia identidad, escasas habilidades sociales, vacío emocional junto a deseos de autodestrucción e ideación o intentos de suicidio. Además, se destaca la baja autoestima y el autoconcepto negativo como unos de los aspectos claves en este cuadro, puesto que cuanto más baja sea la autoestima mayor será la necesidad de buscar soporte en el otro (Santamaría et al., 2015). Estudios previos han señalado que un exceso de dependencia podría ser un factor desencadenante en el desarrollo de un estado depresivo ya que la sintomatología descrita por los pacientes deprimidos frecuentemente se compone por sensación de soledad elevada (Urbiola et al., 2017).

La DE se manifiesta en múltiples áreas de la vida de la persona, generando un malestar clínicamente significativo que actúa como factor de riesgo tanto para otros trastornos psicológicos como para trastornos orgánicos. En el área de la cognición, se caracteriza por un estilo mediante el cual se atribuyen características sobrevaloradas a la pareja y una preocupación excesiva por agradar, complacer a la otra persona, pensamientos de no valer nada y de que la pareja es infiel, entre otros. Estos pensamientos recurrentes y rumiaciones sobre posibles abandonos conducen al desarrollo de estrategias interpersonales de control para mantener a la persona al lado, dando cuenta de las manifestaciones en la dimensión conductual, tales como la expresión afectiva inadecuada, búsqueda de atención, expresar emociones intensas o modificación de planes de manera obsesiva. De igual manera que como podría presentarse en un trastorno obsesivo compulsivo, los pacientes suelen llevar a cabo conductas de reparación y comprobación (llamadas o mensajes continuos, revisión de redes sociales, etc.), estados de tristeza o preocupación (Izquierdo Martínez & Gómez-Acosta, 2013; Urbiola et al., 2017).

En lo que respecta al área emocional, una de las características principales es la inestabilidad emocional y la falta de regulación. Se sienten tristes y preocupadas la mayor parte del tiempo, presentan miedo irracional y desproporcionado a la soledad, acompañado de un estado de ánimo disfórico con tendencia a la ansiedad, sentimientos de culpa y pseudosimbiosis. Esta inseguridad y miedo a la pérdida suelen llevar a los pacientes a manifestar celos obsesivos, produciendo dificultades en el área de interacción social (Izquierdo Martínez & Gómez-Acosta, 2013; Urbiola et al., 2017).

También presentan déficit en sus habilidades sociales, debido a que no desarrollan una adecuada asertividad. Su demanda de atención hacia otra persona puede sobrepasar los límites de los demás, sin importarles la situación o las circunstancias, mostrando así falta de empatía. Además, poseen un locus de control externo, tienen la percepción de que los eventos ocurren como resultado del azar o decisiones de otros. Por tanto, usualmente sus conductas se encaminan a conseguir beneficios a corto plazo, a evitar el malestar, a reducir las ganas de estar con la pareja o a la incomodidad social que puede suponer no tener una relación (Izquierdo Martínez & Gómez-Acosta, 2013; Urbiola et al., 2017).

En cuanto a la edad seleccionada, luego de los 18 años se da un período transicional entre la adolescencia y la adultez, en el cual los jóvenes continúan explorando su identidad y roles. Se presentan múltiples cambios en distintos niveles, incluyendo modificaciones en las relaciones románticas que se distinguen por ser más largas y con mayor intimidad tanto física, como emocional. Por lo tanto, es una etapa de especial vulnerabilidad, en la cual a medida que el estrés ambiental aumenta, también lo hace el riesgo de caer en adicciones comportamentales (Estévez et al., 2017).

Por otro lado, los estudios realizados por Urbiola y cols. (2017) plantean que las relaciones románticas en los jóvenes suelen ser un aspecto que les otorga identidad, tener pareja representaría un elemento identitario en una época vital de gran incertidumbre. Esto explicaría por qué los participantes sin pareja presentaban mayor necesidad de evitar estar solos. Al mismo tiempo, se encontró que los participantes con pareja presentaban mayor necesidad de exclusividad, lo que se corresponde con que las parejas jóvenes tienden a ser más narcisistas, donde ser único para el otro es un aspecto de gran importancia. En este sentido, no han encontrado diferencias significativas en cuanto a la dependencia emocional total con respecto a estar o no en pareja.

Con respecto a las diferencias por sexo, existen múltiples investigaciones que han llegado a diversas conclusiones. Por un lado, hay autores que han encontrado el fenómeno presente en la misma proporción en ambos sexos (Santamaría et al., 2015). Por otro lado, estudios tales como los de Lemos y cols. (2019), Urbiola y cols. (2017), Valle y Moral (2018) han encontrado que a diferencia de la cultura occidental que presenta un estereotipo femenino con mayor tendencia a demandar expresiones afectivas, empatía y cuidado, los hombres han puntuado más alto en las escalas de DE, específicamente en relación a la subescala de necesidad de agradar y búsqueda de atención. Sin embargo, existe evidencia que indica que la diferencia radica en las formas particulares de manifestación, más que en una diferencia en los niveles de dependencia (Lemos et al., 2019). Esto podría deberse a aspectos evolutivos, ya que el proceso madurativo podría ser más lento en los varones respecto a las mujeres jóvenes en cuanto a la adquisición de independencia, autonomía, identidad, o toma de decisiones (Urbiola et al., 2017).

2.4. Estilos de apego

La teoría del apego es una de las perspectivas teóricas más difundidas para la comprensión de las relaciones cercanas. Bowlby (citado en Figueroa et al., 2016) concibió el apego como una necesidad humana universal de formar vínculos afectivos a los que recurrir en momentos de estrés, como forma de obtener protección y seguridad. Este planteamiento, formulado en un principio para describir el vínculo entre niños y padres, fue aplicado posteriormente a la comprensión de las relaciones adultas.

Bowlby (1986) sostiene que, a partir de la interacción repetida con figuras significativas, la persona internaliza un conjunto de creencias acerca de sí misma y los otros, denominado modelos operativos internos, que da cuenta de las diferencias individuales en el apego. El modelo de sí mismo incluye representaciones acerca de las propias capacidades para merecer cuidado y afecto y está relacionado al grado en el cual se experimenta ansiedad ante el abandono o rechazo de quien es la figura de apego. El modelo de los otros contiene representaciones acerca de la sensibilidad y disponibilidad de aquellos y estaría asociado al grado de evitación de la intimidad que la persona manifiesta respecto de las relaciones cercanas. A partir de las dimensiones descritas (ansiedad y evitación) y las formas características de involucrarse en relaciones cercanas asociadas a ellas, es que se articulan los llamados estilos de apego. Estos pueden ser definidos como patrones sistemáticos de expectativas, necesidades y conducta social que influyen en la manera en que las personas se involucran en relaciones cercanas. Se distinguen, a modo general, estilos seguros,

caracterizados por baja ansiedad y evitación, e inseguros, caracterizados por alta ansiedad y/o alta evitación (Figuroa et al., 2016).

Dependiendo de cómo haya sido la relación del niño con su cuidador primario, el apego puede clasificarse en tres tipos: seguro, inseguro-evitativo e inseguro ansioso o ambivalente. El primer tipo, el apego seguro, suele manifestarse en individuos que recuerdan una relación cariñosa con cuidadores sensibles y preocupados por ellos. Estos individuos suelen experimentar mayores niveles de satisfacción en sus relaciones, mostrando confianza, apertura para ofrecer y recibir apoyo y capacidad para la resolución de situaciones cotidianas. El segundo tipo, el apego inseguro-evitativo, se presenta en quienes generalmente cuentan una historia fría, ya que su figura de apego manifestó sentimientos de rechazo y careció de capacidad para responder a sus necesidades tempranas. Aquellas personas tienen dificultades para mantener relaciones interpersonales, debido a que no logran manejar la confianza e intimidad necesaria en una relación, manifestando lejanía afectiva. El tercer tipo es el apego inseguro ansioso-ambivalente, que lo exhiben quienes recuerdan un tono afectivo negativo entre los padres y una relación con una figura de apego poco comprensiva. Tienden a experimentar una fuerte sensación de abandono y desconfianza, manifestando una constante búsqueda de afecto e intimidad caracterizadas por la inseguridad (Rivera et al., 2016).

Algunos autores como Hazan y Shaver (citado en Fievez, 2016), comenzaron a estudiar el apego en vínculos románticos adultos. Sugieren que el modelo de apego establecido con los padres puede ser transferido a los amigos y pareja. Consideran que el amor es la expresión del vínculo de apego en las relaciones afectivas entre adultos, ya que las vivencias emocionales en torno al enamoramiento, la protección del vínculo, y las respuestas ante la pérdida o amenaza de pérdida del compañero, corresponden con los principios básicos de la teoría del apego. Es decir, cuando el joven o adulto establece relaciones de pareja estables, viviéndolas con seguridad y satisfacción, resulta frecuente que la pareja se convierta en nueva figura de apego, llegando a ocupar, incluso, el primer lugar de la jerarquía (Fievez, 2016).

Algunas de las características de la DE tales como la ansiedad por separación, el temor a la pérdida, la búsqueda de proximidad y la inmadurez afectiva; se relacionan estrechamente con la teoría del apego. Por ende, varios autores estudian los antecedentes personales de carencias afectivas infantiles y el apego ansioso como indicadores de ésta y hasta incluso se cuestionan si el apego es el origen de la DE (Valle & Moral, 2018). Es decir que, la búsqueda de una sensación de

protección y seguridad ansiada por individuos criados en familias con carencias afectivas podría conducirlos a formar relaciones de dependencia, puesto que el estilo de apego internalizado en la infancia juega un papel crucial en la adquisición de una adecuada regulación emocional y en la forma de comprender e interpretar las relaciones. Por lo tanto, las primeras experiencias afectivas con las figuras de apego durante la infancia originan esquemas de uno mismo y de los demás que podrían sesgar la interpretación de los acontecimientos o situaciones posteriores, ya que los esquemas podrían influir y determinar la manera de sentir, pensar, percibir, comportarse y relacionarse de las personas. La persona emocionalmente dependiente llega a sustentar su bienestar personal en los sentimientos de su pareja, creyendo que la vida puede concebirse únicamente dentro de una relación sentimental, aun así, cuando ésta provoca sufrimiento e insatisfacción (Estevez et al., 2017; Figueroa et al., 2016; Urbiola et al., 2019).

2.5 Dependencia emocional y Estilos de apego

La investigación de Guzmán y Trabucco (2014), cuyo objetivo fue evaluar diferencias en la empatía diádica expresada hacia un compañero romántico en función de los estilos de apego en adultos emergentes; halló que existen diferencias en la empatía diádica según los estilos de apego. Los resultados obtenidos permitieron concluir que personas con estilos de apego seguro tienden a expresar mayor facilidad para adoptar el punto de vista de la pareja que quienes poseen estilos de apego inseguros. No ocurrió lo mismo con la preocupación empática, siendo los patrones preocupados o ansiosos quienes evidenciaron mayor facilidad para experimentar sentimientos de comprensión y empatía hacia un compañero romántico. En primer lugar, los resultados mostraron que entre los jóvenes evaluados existe un predominio de los estilos apego inseguro por sobre los seguros. Dentro de los estilos inseguros, el más prevalente fue el patrón preocupado. Tal hallazgo es llamativo por cuanto se ha propuesto que la categoría de apego seguro es la normativa en muestras no clínicas. En este caso, tal resultado podría entenderse a partir de aspectos evolutivos. Así, es posible pensar que los jóvenes se encuentran al inicio de sus primeras relaciones de pareja más estables y en un proceso de construcción de la propia identidad. Tal desafío podría asociarse a la vivencia de mayor ansiedad. A su vez, demostraron la existencia de una relación entre el estilo de apego adulto y la empatía, tanto en su dimensión cognitiva como afectiva. En otras palabras, la inseguridad del apego, particularmente cuando está asociada a altos niveles de evitación de la intimidad (estilos temerosos y desentendidos) operaría dificultando la capacidad para visualizar y responder a las necesidades afectivas de la pareja, especialmente para adoptar el punto de vista de

ésta. Ello podría explicarse a partir de que las personas tanto con alta evitación como ansiedad tendrían menos recursos cognitivos y emocionales disponibles para ocuparse de las necesidades y estados emocionales de su pareja.

Respecto de la preocupación empática, contrariamente a lo que se esperaba teóricamente, los estilos preocupados o ansiosos mostraron los puntajes más altos y los desentendidos y temerosos los más bajos. El que los individuos con estilo de apego ansioso tengan mayores niveles de preocupación empática hacia sus parejas que los otros estilos, incluyendo los seguros, podría tener relación con el temor al abandono, pues podrían utilizar esta estrategia como una forma de aumentar la intimidad con su pareja y así prevenir la separación. Otra posible explicación podría tener relación con las estrategias de regulación emocional utilizadas por este estilo, ya que tienden, una vez que experimentan emociones y toman conciencia de ellas, a inundarse emocionalmente y a atender directamente al estrés, mostrándose hipervigilantes. La experiencia propia en lo que implica vivir emociones negativas, es posible que les permita discernir con facilidad estos estados en otros. En estas personas su constante preocupación por las relaciones interpersonales y su necesidad de aprobación de los demás podrían aumentar su capacidad para simpatizar con la pareja, al igual que ocurre en la dependencia emocional. En resumen, los resultados de este estudio permitieron concluir que la relación entre apego y empatía es tanto emocional como cognitiva. Si bien la vinculación entre estilos con alta evitación y baja empatía es clara y congruente con la teoría y hallazgos previos, no ocurre lo mismo con personas con estilos con alta ansiedad, donde se requieren más estudios que profundicen en la comprensión de la relación entre esta dimensión y los distintos componentes de la empatía.

Valle y Moral (2018) estudiaron la relación entre la dependencia emocional y los estilos de apego adulto en una muestra de jóvenes españoles. Obtuvieron una correlación positiva entre la presencia de DE y un tipo de apego inseguro. Los hombres puntuaron más alto en la escala de DE, así como aquellos participantes que han tenido más de dos parejas. En lo que refiere a los estilos de apego, obtuvieron asociaciones positivas entre la vinculación afectiva en la infancia y la calidad de la relación, comprobándose además el efecto mediador del apego actual. También se encontraron diferencias sobre la clasificación de los participantes en los distintos estilos de apego en función de la edad, siendo los jóvenes de entre 22 y 25 años quienes han mostrado en su mayoría un estilo de apego seguro, mientras que los mayores de 25 presentaron mayormente un estilo preocupado o ansioso. A su vez, confirmaron la existencia de relación entre los estilos de apego

adulto y la intensidad de DE. La mayoría de las personas clasificadas dentro de un estilo seguro apenas han mostrado signos de DE, aunque por el contrario a las hipótesis que se plantearon, han sido los clasificados en el estilo huidizo-temeroso y no en el preocupado los que han manifestado mayores niveles de dependencia.

Estos resultados pueden relacionarse con los hallazgos de Hurtado y Marchan (2016) sobre una relación entre los estilos de apego y la violencia doméstica. De esta manera, determinaron que un 77% de las mujeres víctimas de violencia doméstica presentan un estilo de apego ansioso (modelo mental negativo de sí mismo y positivo de los demás). Específicamente, este estilo ansioso o preocupado se relaciona con la violencia psicológica debido al miedo a la separación, la dependencia hacia el agresor, una constante necesidad de aprobación, una preocupación excesiva por las relaciones y la falta de objetividad de la mujer al evaluar los aspectos negativos de su relación, lo que se asemeja en gran medida a la caracterización de la Dependencia Emocional.

Del mismo modo, en universitarios ecuatorianos Boada y cols. (2015) demostraron la influencia recíproca entre la DE y los vínculos afectivos: la DE fomenta vínculos afectivos inseguros, y éstos a su vez, perpetúan las relaciones inestables de DE. Así, un tercio de los participantes en ese estudio presentaron conjuntamente DE y vínculos afectivos inseguros; mientras que la mayoría de los estudiantes que no presentaron DE manifestaron vínculos seguros (69%).

A su vez, Rocha Narvaez y cols. (2019) en una investigación realizada en jóvenes universitarios en Colombia, también encontraron una correlación positiva entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional, siendo el apego inseguro ambivalente el que presentaba valores más elevados en las diferentes dimensiones de DE, a diferencia de Valle y Moral (2018), quienes develaron que fueron los jóvenes clasificados en el estilo de apego evitativo los de mayores niveles de DE. Además, los hallazgos muestran que en los niveles socioeconómicos bajo, medio y alto, los hombres manifiestan una tendencia más alta en cuanto a la dimensión de búsqueda de atención, con relación a las mujeres de los mismos niveles. Esto indica una manifestación por ser el centro de atención y así asegurar su permanencia en la relación.

En esta misma línea, el estudio de Lemos Hoyos y cols. (2012) acerca del perfil cognitivo de dependencia emocional en jóvenes universitarios en Medellín, encontraron que el bajo desarrollo de estrategias de afrontamiento de autonomía, evidencian comportamientos de aferramiento hacia la pareja y búsqueda de atención, al punto de hacer que su vida gire en torno a ésta al dejar de lado sus propios planes y necesidades.

Por otro lado, Urbiola y cols. (2019) analizaron las diferencias en la DE y los esquemas desadaptativos tempranos en un grupo de jóvenes españoles y colombianos. Algunos de los hallazgos encontrados fueron que los hombres de ambas culturas son los que más tempranamente se inician en las primeras relaciones. Asimismo, el grupo de varones es el que mayor número de parejas sentimentales registra, siendo estas de menor duración en comparación con las que mantienen las mujeres estudiadas. Esto parece tener relación con el hecho de que a las mujeres se les eduque de una manera más conservadora, más centrada en la búsqueda del amor romántico, en encontrar «su mitad», en la unión de la pareja para siempre, la pasión y la durabilidad, mientras que en los hombres se valora más la seducción (Pascual-Fernández; Caro y Monreal; Salguero et al. citados en Urbiola, 2019). Los resultados han mostrado que los esquemas cognitivos de apego, subyugación y grandiosidad correlacionarían con la dependencia emocional en la muestra española, destacando sobre todo el esquema de apego. Estos hallazgos podrían explicarse debido a que la vinculación excesiva con las personas significativas, el sacrificio de las propias necesidades o deseos y el miedo al rechazo suponen características atribuidas a los dependientes emocionales.

Moral-Jiménez y González-Sáez (2020) estudiaron las distorsiones cognitivas y estrategias de afrontamiento en jóvenes con dependencia emocional. En esta investigación se ha comprobado que la mayoría de las distorsiones cognitivas (tales como Filtraje, Pensamiento polarizado, Sobregeneralización, Interpretación del pensamiento, Visión catastrófica, Personalización, Falacia de control, Falacia de justicia, Razonamiento emocional, Falacia de cambio, Etiquetas globales, Culpabilidad, los Debería y la Falacia de recompensa divina) son utilizadas por las personas con dependencia emocional, a excepción de la Falacia de razón. En relación a las estrategias de afrontamiento, los resultados de esta investigación coinciden con los hallazgos del estudio de Alonso (2017), hallaron que las estrategias más utilizadas son la negación, la autoinculpación, desconexión y uso de sustancias. De este modo, Alonso (2017) también encontró que la estrategia de Aceptación tenía con la dependencia emocional una correlación negativa y, por tanto, las personas poco dependientes utilizaban más esta estrategia, iguales resultados a los que se ha llegado en este estudio. En el análisis de dependencia emocional según el sexo se encontró que los hombres presentaban más Modificación de planes y Búsqueda de atención que las mujeres. No hallaron diferencias en los niveles de dependencia emocional según el nivel de estudios y según los rangos de edad.

Por otra parte, Urbiola y cols. (2017) han estudiado la relación existente entre la dependencia emocional, la autoestima y la sintomatología ansioso-depresiva en jóvenes universitarios de la comunidad de Madrid. Los resultados reflejan una relación positiva entre las puntuaciones de dependencia emocional y la sintomatología ansiosa y depresiva, indicando que, a mayor puntuación en dependencia emocional, mayor sintomatología disfuncional. Un exceso de dependencia podría ser un punto determinante en el desarrollo de un estado depresivo ya que la narrativa de los pacientes deprimidos se compone frecuentemente por sensación de soledad elevada. Estos resultados se vieron apoyados también en estudios previos en los que se han investigado los aspectos adaptativos y desadaptativos de este fenómeno, en los cuales se ha encontrado evidencia de la influencia de la dependencia emocional tanto en trastornos psicológicos como en trastornos orgánicos. Asimismo, también se ha hallado una relación significativa entre la dependencia emocional y la autoestima, indicándose que, a mayor puntuación en dependencia emocional, menor será la autoestima de estos jóvenes. Esto implica que cuanto más baja sea la autoestima, más intensa será la necesidad de buscar soporte en el otro. Esta investigación también tuvo como objetivo poder discriminar diferencias significativas en función del género o de tener o no pareja en la dependencia emocional total. A pesar que los varones obtuvieron puntuaciones mayores en «necesidad de agrandar», los participantes con pareja en «necesidad de exclusividad» y los participantes sin pareja en «evitar estar solo»; las diferencias halladas no fueron significativas. Estos hallazgos difieren de los obtenidos en estudios previos, en los cuales se han hallado diferencias de género en dependencia emocional, siendo las mujeres las que obtenían mayores puntuaciones.

Además, en un estudio que buscó investigar acerca del papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la DE. Los resultados indican que las mujeres muestran mayor dificultad en regulación emocional que los hombres, mientras que no habría diferencias significativas ni en abuso psicológico ni en dependencia emocional. Se ha hallado que el abuso psicológico, la regulación emocional y la dependencia emocional correlacionarían entre sí y que el abuso psicológico y las dificultades en regulación emocional serían predictoras de la dependencia emocional. Con respecto a esto, se ha señalado también que el tipo de apego afectaría a los procesos de regulación emocional, los cuales influirían en la forma de relacionarse (Momeñe et al., 2017).

Estévez y cols. (2018) investigaron el papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva. El primer objetivo de este estudio ha sido estudiar la relación entre la dependencia emocional, el apego y el comportamiento impulsivo. Los resultados reflejaron que a medida que aumenta la dependencia emocional, también aumentará la permisividad parental, el trauma infantil y la impulsividad. Estos resultados están en línea con estudios previos donde se ha relacionado positivamente la dependencia emocional con la permisividad parental y el traumatismo infantil (Momeñe et al., 2017), situando su origen, en ocasiones, en el abuso emocional o físico recibido por las figuras de apego durante la infancia. En relación a la dependencia emocional y la impulsividad, en este estudio la impulsividad refleja relaciones en el sentido positivo de evitar estar solo, relaciones asimétricas, necesidad de complacer, permisividad parental y trauma infantil. Estos resultados coinciden con estudios previos donde se demuestra cómo la falta de atención y la ausencia de contacto con las figuras de apego en la infancia predispone al desarrollo de comportamientos impulsivos. En segundo lugar, se analiza el papel predictivo del apego y el comportamiento impulsivo en la dependencia emocional. Los resultados de este estudio indican que la permisividad parental, la autosuficiencia y el resentimiento contra los padres, y el trauma infantil predicen la dependencia emocional. Estos resultados irían en línea con estudios previos donde se señala cómo las personas emocionalmente dependientes experimentaron en su infancia por parte de sus figuras de apego la ausencia de refuerzos, la agresión (Castelló, 2005) y necesidades emocionales insatisfechas. En tercer lugar, se estudia la relación entre el apego y el comportamiento impulsivo, siendo esta relación mediada por la dependencia emocional. Los resultados obtenidos muestran cómo la dependencia emocional actúa como mediadora en la relación entre la seguridad y la impulsividad, la autoridad parental y la impulsividad, la permisividad parental y la impulsividad, la autosuficiencia y el resentimiento contra los padres y la impulsividad, y el trauma infantil y la impulsividad. Estos resultados podrían explicarse por el hecho de que la dependencia emocional se ha relacionado con déficits afectivos en la infancia.

Figueroa y cols. (2016), también estudiaron los estilos de apego en relación a las dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios de Chile, y sus hallazgos reflejaron que las personas más seguras en el apego presentaron las menores dificultades en la confusión emocional. Esto se condice con que las personas con baja ansiedad y baja evitación logran conectarse mejor con sus estados emocionales, atender a ellos y tener mayor claridad acerca

de lo que están experimentando, logrando, así, una expresión más modulada de sus emociones. No obstante, de manera distinta a lo que esperaban, un segundo resultado interesante fue que las personas seguras en el apego, si bien presentaron menores problemas en el descontrol emocional, el rechazo emocional y la interferencia cotidiana que las personas con apegos preocupados y temerosos, no difirieron en dichas dificultades de quienes poseen estilos desentendidos. Figueroa y cols. (2016) explican este fenómeno entendiendo que, la ausencia de diferencias entre ambos grupos no necesariamente significa que el mecanismo que da cuenta de dicho resultado es el mismo, debido a que, en el caso de las personas seguras en el apego, es posible que los bajos niveles de descontrol de impulsos, la mejor aceptación de la experiencia emocional y la mayor capacidad de orientarse a la tarea bajo condiciones de estrés les permitan utilizar más la expresión emocional, la solución directa, la planificación y la búsqueda de apoyo. En cambio, en el caso de las personas con apego desentendido (es decir, con alta evitación), el bajo descontrol, rechazo e interferencia podrían ser entendidos a partir de la estrategia de desactivación que las personas con este estilo despliegan, la que les permite tomar distancia de sí mismos y de aquellos estímulos cargados afectivamente, sobre todo de aquellos con valencia negativa. Esto hace suponer que, si bien las personas con estilos seguros y desentendidos no difieren en todas las dimensiones de regulación emocional evaluadas, el costo y significado que ellas tienen en el caso de las personas con apego desentendido sería distinto y probablemente con consecuencias más negativas sobre la salud mental.

Del mismo modo, Díaz-Mosquera y cols. (2022) abordaban el estilo de apego y la regulación emocional en jóvenes universitarios, hallaron resultados muy similares puesto que el estilo de apego evitativo no difiere del estilo de apego seguro en todas las dimensiones de la regulación emocional. A su vez, sus resultados con respecto a las diferencias en el estilo de apego según el sexo indicaron que los participantes hombres, como grupo, presentan más dificultad que las participantes mujeres en algunos aspectos como acudir a la pareja en caso de necesidad, ser cariñosos con ella, compartir pensamientos y sentimientos personales y sentirse comprendidos por la pareja. Adicionalmente, en el presente estudio se halló que el apego seguro es más elevado en mujeres que en hombres, lo que reflejaría que, de manera general, las mujeres presentan un modelo interno positivo tanto de sí mismas como de los demás, con baja ansiedad ante la posible ausencia de la figura de apego y baja evitación de la intimidad. Se encontró también que el estilo de apego seguro está presente en un mayor porcentaje de participantes (Díaz-Mosquera et al., 2022).

Por otro lado, Ceballos y Arocena (2017), investigaron acerca de la dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. Contrariamente al estereotipo tradicional que se tiene de las mujeres respecto a su mayor dependencia emocional de la pareja por ser más sensibles y emocionales, en este estudio las mujeres manifestaron significativamente una menor ansiedad de separación y puntuaron significativamente menos en dependencia emocional. Si bien los hombres manifestaron una mayor ansiedad de separación, las mujeres hicieron un mayor uso de expresiones límites, tales como amenazar con dañarse a sí mismas, aunque en ambos sexos las puntuaciones en esta dimensión fueron relativamente bajas. El uso de expresiones límite correlacionó muy significativamente con el estilo de mensajes centrados en uno mismo, mensajes competitivos que no consideran los intereses de la otra parte ni se centran en el problema. Los mensajes centrados en uno mismo correlacionaron también significativamente con el miedo a la soledad; es congruente que quien teme quedarse solo por la ruptura de la pareja exprese y reclame sus necesidades. Un conflicto de pareja, a diferencia de otros conflictos de intereses, es ante todo un conflicto primordialmente emocional que se tiene con una persona muy significativa en esos momentos. El estilo de mensajes centrados en la otra parte correlacionó significativa y positivamente con todos los factores de la dependencia emocional, a excepción de la expresión límite. Ya se dijo antes que este estilo de comunicación en el conflicto equivale al de “acomodarse”, es el estilo elegido por quien intenta salvar la relación anteponiéndola a sus propios intereses. Tal focalización en las emociones es causa de que los conflictos de pareja sean tan difíciles de resolver constructivamente y no admitan fácilmente la mediación de terceros. La búsqueda de atención de la pareja fue significativamente mayor en los hombres que en las mujeres. Esto se corresponde con el estereotipo del rol asignado al hombre en nuestra cultura, donde este, además de pretender decidir por la pareja, adopta la representación social de la misma al pretender hablar y actuar en nombre de ambos frente a los demás, para lo cual requiere atraer la atención de su pareja. El mindfulness, que se entiende aquí como la disposición a prestar atención al momento presente, y que es en el momento presente cuando ocurre el conflicto y debe ser afrontado, correlacionó positiva y significativamente con los estilos de comunicación centrados “en la otra parte” (en este estudio, las necesidades de la pareja) y “en el problema”. Ello implica que la disposición a ser consciente del presente y a centrarse en él correlaciona precisamente con las dos dimensiones más constructivas en el conflicto de pareja:

atender los reclamos y necesidades de la pareja y centrarse en el problema o conflicto que enfrenta en ese momento a los miembros de la misma.

No se han encontrado estudios que relacionen las variables estilos de apego y dependencia emocional en jóvenes con y sin pareja, puesto que las investigaciones que tuvieron como objetivo abordar estas variables, se enfocaron principalmente en las relaciones románticas. Tampoco se hallaron estudios realizados en población argentina, es por esta razón que esta investigación se realizó con jóvenes residentes en ese territorio y no solo en aquellos que se encuentren en una relación romántica actualmente.

III. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, OBJETIVOS E HIPÓTESIS

3.1. Definición del Problema

Los estilos de apego refieren a la forma en que una persona se relaciona emocionalmente con los demás, especialmente en situaciones de intimidad y cercanía. Estos influyen directamente en el modo en que un ser humano se siente con respecto a cada progenitor y con respecto a sí mismo, el modo en que espera ser tratado y el modo en que tratará a los demás cuando niño y posteriormente como adulto. Por lo tanto, los patrones de apego establecidos en la niñez con los cuidadores definen las expectativas vinculares para relaciones ulteriores. Por otro lado, la dependencia emocional se refiere a una necesidad excesiva de aprobación, validación y atención de los demás para sentirse satisfecho consigo mismo (Fievez, 2016; Figueroa et al., 2016; Izquierdo Martínez & Gómez-Acosta, 2013; Moral-Jiménez & González-Sáez, 2020). Por ende, se estudió la relación entre la dependencia emocional y los estilos de apego, teniendo en cuenta que estos modelan las experiencias vinculares a lo largo de la vida.

Frente a esto cabe preguntarse, ¿Cómo son la dependencia emocional y los estilos de apego en jóvenes residentes del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA)? ¿Existen diferencias en la dependencia emocional y en los estilos de apego en función del sexo de los jóvenes? ¿Hay una relación entre la presencia de dependencia emocional y los estilos de apego en jóvenes? ¿Existen diferencias en la dependencia emocional en vínculos románticos y no románticos?

3.2. Objetivos

3.2.1. *Objetivo general*

Relacionar la dependencia emocional y los estilos de apego en jóvenes residentes en el AMBA, estudiar las diferencias en función del sexo y según si se encuentran o no en vínculos románticos, así como la duración de los mismos.

3.2.2. *Objetivos específicos*

1. Describir la dependencia emocional y los estilos de apego en jóvenes.
2. Estudiar las diferencias en la dependencia emocional y los estilos de apego en función del sexo.
3. Comparar los niveles de dependencia emocional según si los jóvenes se encuentran en un vínculo romántico o no y según la duración de sus vínculos románticos.
4. Estudiar la relación entre la dependencia emocional y los estilos de apego en jóvenes.

3.3. Hipótesis

H1: Existen diferencias en los niveles de dependencia emocional y el tipo de apego según el sexo.

H2: Existen diferencias en los niveles de dependencia emocional de los jóvenes según si se encuentran en vínculos románticos o no, y según el tiempo de relación de esos vínculos.

H3: A mayor nivel de dependencia emocional, mayor predominancia del estilo de apego ansioso-ambivalente.

IV. MÉTODO

4.1. Diseño de la investigación

Para alcanzar los objetivos planteados, se adoptó un diseño de investigación no experimental, con un enfoque cuantitativo de tipo transversal con un alcance descriptivo y correlacional.

4.2. Participantes

El tipo de muestreo utilizado fue no probabilístico, intencional en cadena o “bola de nieve”, en sujetos voluntarios. El reclutamiento de estos se obtuvo por medio de redes sociales, tales como WhatsApp e Instagram.

La participación se realizó de forma anónima, sin retribución económica ni de otro tipo. Los participantes que desearon ser parte dieron su consentimiento informado por escrito antes del comienzo del estudio, en la primera página del formulario.

La muestra seleccionada estuvo compuesta por 131 jóvenes de ambos sexos, que residen actualmente en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). El 62,6% ($N= 82$) de los participantes fueron mujeres, y el 37,4% ($N= 49$) varones. El rango de edad de la muestra fue entre 18 y 29 años, con una media de 21,95 ($DE= 2,056$).

En cuanto al nivel educativo, un 15,3% ($N= 20$) contaba con el secundario completo, un 0,8% ($N= 1$) refirió haber alcanzado el nivel terciario incompleto, un 1,5% ($N=2$) contaba con el nivel terciario completo, el 73.3% ($N= 96$) refirió poseer un nivel universitario incompleto, el 8,4%

($N= 11$) alcanzó el nivel universitario completo y un 0,8% ($N=1$) contaba con un nivel de posgrado completo.

En lo que respecta a los vínculos románticos, el 66,4% ($N= 87$) de la muestra no se encuentra en pareja actualmente, mientras que el 33,6% ($N= 44$) sí. En relación a la duración expresada en meses de estos vínculos, comprenden un rango que va de 2 a 108 meses, con una media de 28,5 (DE= 24,75). El 55,7% ($N= 73$) de los sujetos estuvo en pareja anteriormente, y el 44,3% ($N= 58$) no ha estado en pareja anteriormente. La duración de la última relación que tuvieron los sujetos comprende un rango que va de los 2 a 108 meses y una media de 25,73 (DE= 21,39) meses. Por último, se recabó información sobre la cantidad de parejas que han tenido los sujetos en total, el mínimo fue 1 y el máximo 5, con una media de 1,86 (DE=0,91).

4.3. Instrumentos de recolección de datos

4.3.1 Cuestionario sociodemográfico:

Se utilizó un cuestionario Ad-Hoc para indagar los aspectos sociodemográficos de la muestra, incluyendo: la edad, el sexo, el nivel educativo y el lugar de residencia actual. También se preguntó si ha estado o se encuentra actualmente en pareja. En caso de que haya estado en pareja, se preguntó cuántas relaciones ha tenido y el tiempo de duración de la última pareja.

4.3.2 Escala de Codependencia de Faur

Se utilizó la Escala de Codependencia de Faur (ECF) (Faur, 2022) creada en 2021 y validada en población argentina para medir la dependencia emocional. El instrumento cumple con criterios de validez de contenido y de consistencia interna: se lo sometió a un juicio experto y, los Alfas de Cronbach obtenidos para cada subescala fueron: Necesidad de validación externa, focalización en el otro y pseudoaltruismo (.94), Relaciones problemáticas y asimétricas (.93), Hiperrresponsabilidad y complacencia (.91) y Codependencia (.96). La escala está destinada a sujetos mayores de 18 años con una instrucción educativa de al menos escuela primaria completa. Consiste en un cuestionario autoadministrable, de 35 ítems con formato de respuesta tipo Likert que van de 0 a 4, por ejemplo, “Cuando me piden algo, me cuesta mucho decir que no” 0 = Completamente en desacuerdo, 1 = Bastante en desacuerdo, 2 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo, 3 = Bastante de acuerdo y 4 = Completamente de acuerdo.

Se divide en 3 subescalas: necesidad de validación externa, focalización en el otro y pseudoaltruismo (compuesta por 11 ítems); relaciones problemáticas y asimétricas (compuesta por 11 ítems); hiperrresponsabilidad y complacencia (compuesta por 13 ítems). La primera refiere a que el sujeto se define a través de la validación externa y presenta una hipervigilancia sobre los

comportamientos de las personas con las que tiene un vínculo significativo, estando pendiente de sus necesidades y reacciones. Tiene una gran necesidad de sentirse querido, siente que no lo van a querer si se equivoca o si no responde a las demandas que le imponen. La ayuda brindada se presenta como altruista, pero su objetivo final es la necesidad de ser necesitado y/o querido y de ese modo, asegurar el vínculo. En lo que respecta a la segunda subescala, relaciones problemáticas y asimétricas, indica la presencia de vínculos disfuncionales. Las relaciones, con frecuencia, son asimétricas y abusivas. Las personas con las que se vincula suelen ser problemáticas. Existe una dificultad para establecer vínculos de confianza. Por último, la subescala de Hiperresponsabilidad y complacencia refiere a que el sujeto asume una responsabilidad desmedida. Se hace cargo de lo que no le corresponde y se siente responsable de los demás. Tiene una necesidad compulsiva de ayudar, rescatar y resolver problemas ajenos. Es complaciente y pone las necesidades ajenas por sobre las propias.

Los valores codificados de cada respuesta se deben volcar en la Hoja de Registro de Respuestas y se debe calcular el promedio para cada subescala y para el puntaje total. A partir de un análisis sobre grupos contrastados entre una muestra de sujetos con diagnóstico de DE y otra de sujetos de población general, se calculó una curva ROC para estimar el puntaje de corte ideal para el diagnóstico de DE, el cual resultó ser 1.64 para el puntaje total.

4.3.3 Escala de apego para relaciones románticas y no románticas

Se utilizó el cuestionario de Liporace y Casullo (2005) para medir los estilos de apego. Consiste en dos dimensiones de un cuestionario construido para evaluar estilos de apego románticos/no románticos en población adulta y adolescente. La técnica fue diseñada sobre la base de las propuestas teóricas de la psicóloga canadiense Bartholomew (citada en Liporace & Casullo, 2005) quien hace referencia a cuatro estilos de apego: seguro, evitativo, ansioso y temeroso. La escala fue validada en la ciudad de Buenos Aires y el conurbano bonaerense (Liporace & Casullo, 2005). Está compuesta por tres factores: el seguro, compuesto por sujetos con una percepción positiva de sí mismos y de los demás, exhibiendo una adecuada predisposición para el acercamiento hacia los otros. Estas personas se sienten cómodas en situaciones de intimidad, así como también en circunstancias donde la autonomía es el comportamiento predominante. Luego, se encuentra el factor ansioso ambivalente, que representa a aquellos que aceptan situaciones de intimidad, buscándolas, aunque permanentemente experimentan temor a la desvalorización o al rechazo. Y, por último, se presenta el factor temeroso/evitativo, que refiere a quienes tienden a

menospreciar los lazos afectivos como un intento defensivo ante el temor al contacto con los demás. Los temerosos experimentan el deseo de intimidad con el otro, pero como, muestran desconfianza respecto de ellos, evitan involucrarse sentimentalmente, resultando personas con un acentuado miedo al rechazo.

Ambas subescalas tienen buena consistencia interna (alfa de Cronbach de 0,45 y 0,52) (Liporace & Casullo, 2005). Este instrumento posee dos versiones o partes independientes que toman como referencia dos contextos diferenciados: el de las relaciones románticas y el de los vínculos no románticos, estas se componen de 9 y 11 ítems respectivamente. El examinado debe responder puntuando cada elemento sobre la base de una escala Likert, donde los valores de respuesta se hallan ordenados de menor a mayor en términos de frecuencia, por ejemplo, “Aunque quiera, es difícil para mí confiar en otra persona”: 1 = casi nunca, 2 = a veces; 3 = con frecuencia y 4 = casi siempre. En cuanto a la subescala para relaciones no románticas, el factor 1 está compuesto por 6 ítems, el factor 2 por 3 ítems y el factor 3 por 2 ítems. Respecto a la subescala para relaciones románticas, el factor 1 se compone de 5 ítems, el factor 2 de 2 ítems y el factor 3 de 2 ítems.

Para calcular los resultados se deben sumar las puntuaciones obtenidas en cada factor, y luego se ubica de acuerdo al nivel percentilar correspondiente: Bajo (Percentil de 1 a 30); Promedio (Percentil de 30 a 70); Elevado (Percentil 70 a 100).

4.4. Procedimiento

La recolección de datos para la investigación se realizó a través de un cuestionario autoadministrable de *Google Forms*, que se envió y divulgó de forma virtual a través de redes sociales como Facebook, WhatsApp e Instagram. Se estima que los participantes tardarán aproximadamente 10 minutos en completarlo. En la primera página del formulario se presentó el consentimiento informado. En relación al orden de administración de las escalas, primero se administró el cuestionario *Ad-Hoc* con la información sociodemográfica. En segundo lugar, se presentó la Escala de Codependencia de Faur para medir la dependencia emocional en los sujetos. Por último, se aplicó la Evaluación de los Estilos de Apego en Adultos para poder detectar el estilo de apego predominante en los participantes tanto en vínculos románticos, como no románticos.

4.5. Análisis de Datos

Los datos obtenidos en el formulario fueron descargados en una planilla Excel, luego, para el análisis estadístico, se utilizó el software SPSS. Para el primer objetivo, se describió la media,

desvíos estándar, frecuencias y porcentajes de la DE y los estilos de apego en jóvenes. Para analizar la relación entre las variables se utilizó la prueba r de Pearson. Mientras que, la comparación de las variables estudiadas según diferencia de grupos se realizó por medio de la prueba t de Student.

V. RESULTADOS

Para responder al primer objetivo específico, se realizó un análisis descriptivo de las dimensiones de la Dependencia Emocional y de los Estilos de Apego. En cuanto a la Dependencia Emocional, la subescala de Hiperresponsabilidad y Complacencia obtuvo la puntuación más alta ($M= 3,19$; $DE= 0,80$), seguida por la Necesidad de validación externa, focalización en el otro y pseudoaltruismo que obtuvo una puntuación moderada ($M= 2,72$; $DE= 0,11$) y, por último, la subescala de Relaciones problemáticas y asimétricas cuya puntuación fue leve ($M= 2,10$; $DE= 0,74$). La codependencia, que indica el puntaje total de la escala, obtuvo una puntuación moderada ($M= 2,70$; $DE= 0,70$).

De acuerdo con los puntajes de corte propuestos por la escala, en la subescala de Necesidad de validación externa, focalización en el otro y pseudoaltruismo, la mayoría de los participantes tenía una alta presencia de Necesidad de validación externa, representando un 45% ($N=54$) de la muestra. Seguido de estos, un 28,3% ($N= 34$) de los participantes presentaron una puntuación leve, un 25% ($N= 30$) obtuvieron una presencia moderada y un 1.7% ($n=2$) de los participantes obtuvo una presencia mínima (Figura 1).



Figura 1.

Con respecto a la subescala de Relaciones problemáticas y asimétricas, la mayoría de los participantes tenía una presencia leve de Relaciones problemáticas y asimétricas, representando un 41,6% ($N=47$) de la muestra. Seguido de estos, se encontraban aquellos participantes que tenían una presencia moderada de Relaciones problemáticas, representando un 26,5% ($N=30$) de la muestra. Luego, un 18,6% ($N= 21$) obtuvo una puntuación alta y, por último, una minoría que representaba el 13,3% ($N=15$) de la muestra obtuvo una presencia mínima de Relaciones problemáticas y asimétricas (Figura 2).

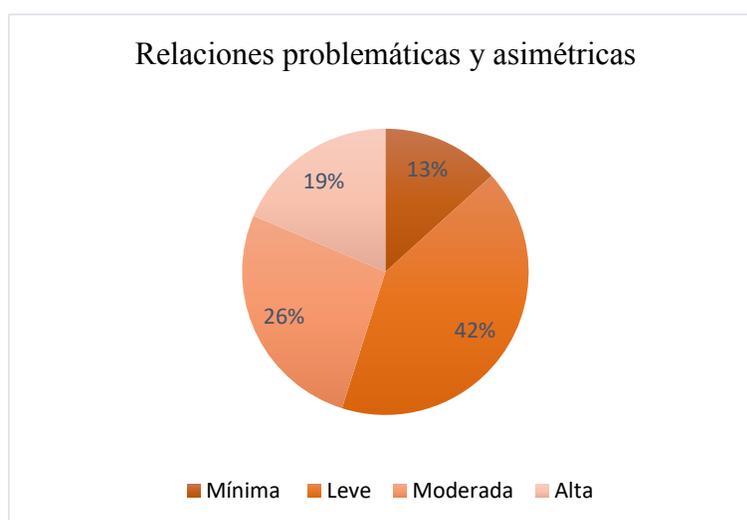


Figura 2.

En relación a la subescala de Hiperresponsabilidad y complacencia, la mayoría de los participantes tenía una alta presencia de Hiperresponsabilidad y complacencia, representando un 57,7% ($N= 60$) de la muestra. Seguido de estos, un 18,3% ($N= 19$) de la muestra presentó



Hiperresponsabilidad de manera leve, un 17,3% ($N= 18$) de la muestra tuvo una presencia moderada y, por último, un 6,7% ($N=7$) obtuvo una presencia mínima (Figura 3).

Figura 3.

Por último, la subescala de Codependencia que indica el puntaje total se presentó de forma alta en la mayoría de los participantes, representando un 48% ($N= 61$) de la muestra. Seguido de estos, se encuentran los participantes que obtuvieron una presencia moderada, representando un 27,6% ($N= 35$) de la muestra, luego aquellos que obtuvieron una presencia leve, quienes componen un 19,7% ($N= 25$) de la muestra y, por último, aquellos que obtuvieron una puntuación mínima en un 4,7% ($N= 6$) de la muestra (Figura 4).

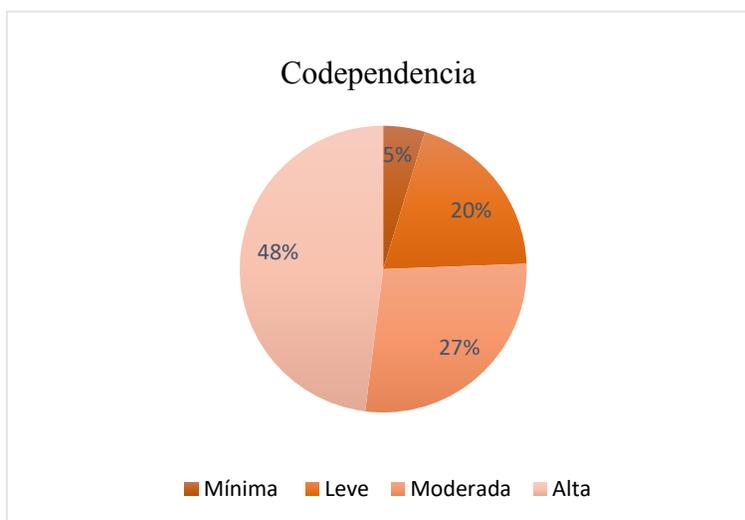


Figura 4.

El análisis descriptivo de la Escala de Apego para Relaciones Románticas y no Románticas se encuentra expuesto en las Tablas 1 y 2.

Tabla 1

Datos descriptivos de la Escala de Apego para Relaciones no románticas

Estilos de apego para Relaciones no románticas.	<i>M</i>	<i>DE</i>
Factor 1 (temeroso + evitativo)	11,30	3,39
Factor 2 (ansioso)	5,74	2,02
Factor 3 (seguro)	4,12	1,38

Tabla 2

Datos descriptivos de la Escala de Apego para Relaciones románticas

Estilos de apego para Relaciones románticas.	<i>M</i>	<i>DE</i>
Factor 1 (temeroso + evitativo)	9,00	3,14
Factor 2 (ansioso)	3,62	1,51
Factor 3 (seguro)	3,88	1,56

De acuerdo a los puntajes de corte de los percentiles 30 y 70, se encontró que en el estilo de apego evitativo para relaciones no románticas la mayoría de los participantes obtuvo una puntuación promedio, representando el 38,2% ($N=50$) de la muestra. Seguido de estos, se encontraban aquellos que obtuvieron una puntuación baja, representando un 36,6% ($N= 48$) de la muestra y, por último, un 25,2% ($N= 33$) obtuvo una puntuación alta (Figura 5).



Figura 5.

El estilo de apego ansioso para relaciones no románticas se presentó en la mayoría de los participantes con una puntuación promedio, quienes componían el 49,6% ($N= 65$) de la muestra.

Luego se encontraban aquellos que obtuvieron una puntuación baja, representando el 30,5% ($N=40$) de la muestra y el restante 19,8% ($N=26$) de la muestra obtuvo una puntuación alta (Figura 6).



Figura 6.

El estilo de apego seguro para relaciones no románticas se presentó de forma promedio en la mayoría de los participantes, quienes conformaban el 48,2% ($N=63$) de la muestra, una puntuación baja en el 34,4% ($N=45$) de la muestra, y con una puntuación alta en el 17,6% ($N=23$) de la muestra (Figura 7).



Figura 7.

El estilo de apego evitativo para relaciones románticas obtuvo una puntuación baja en la mayoría de los participantes, representando el 42,7% ($N= 56$) de la muestra, una puntuación promedio en el 29% ($N= 38$) y una puntuación alta en el 28,2% ($N= 37$) de la muestra (Figura 8).

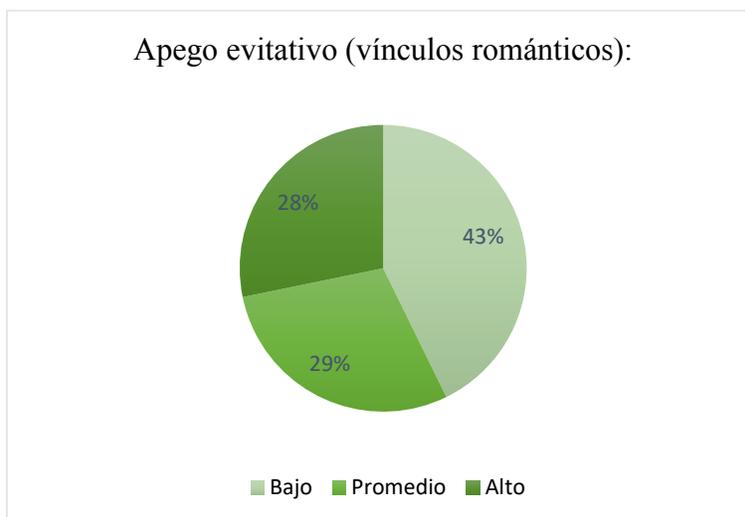


Figura 8.

El estilo de apego ansioso para relaciones románticas tuvo una presencia baja en la mayoría de los participantes, representando el 55% ($N= 72$) de la muestra, una puntuación alta en el 24,4% ($N= 32$) y una puntuación promedio en el 20,6% ($N= 27$) de la muestra (Figura 9).

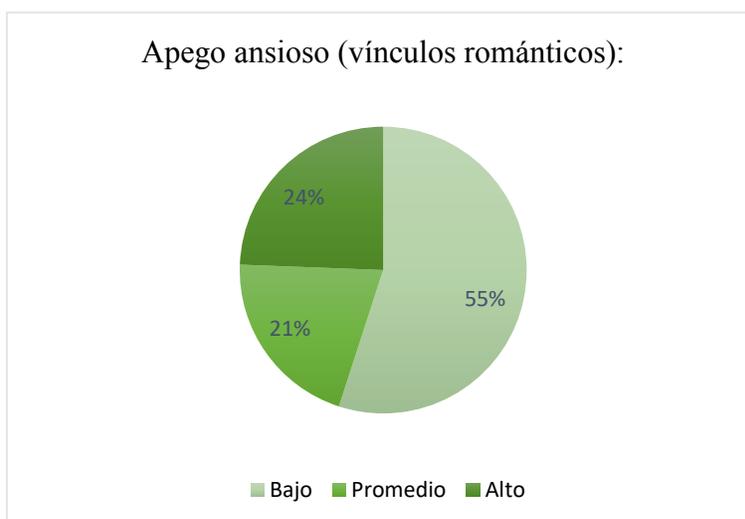


Figura 9.

El estilo de apego seguro para relaciones románticas se presentó de forma baja en el 45,8% ($N= 60$) de la muestra, de forma promedio en el 41,2% ($N= 54$) y de forma alta en el 13% ($N= 17$) de la muestra (Figura 10).

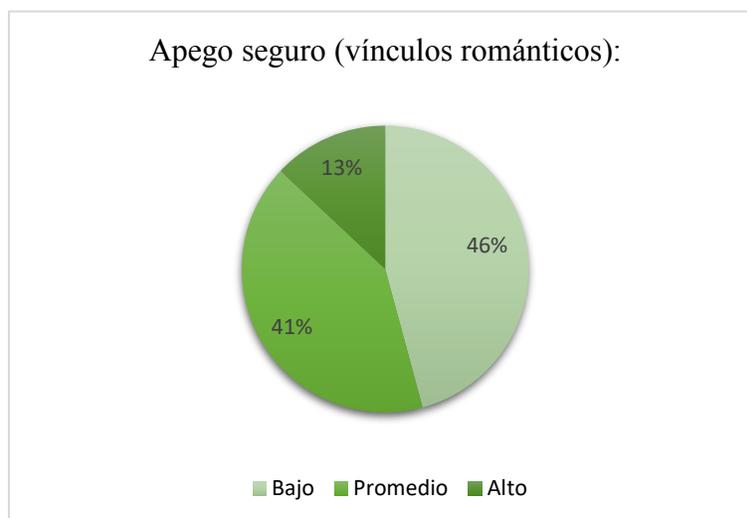


Figura 10.

Luego, para responder al segundo objetivo cuyo fin era conocer las diferencias en la dependencia emocional y los estilos de apego en función del sexo, se realizó una prueba t de Student. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la dependencia emocional y los estilos de apego en función del sexo, como se puede observar en la Tabla 3.

Tabla 3

Comparación de niveles de Dependencia Emocional y estilos de apego en función del sexo.

	Femenino ($N=82$)	Masculino ($N= 49$)	t	gl	p
	M (DE)	M (DE)			
Necesidad de validación externa, focalización en el otro y pseudo altruismo	2,81 (0,93)	2,56 (0,85)	1,528	129	,129
Relaciones problemáticas y asimétricas	2,08 (0,8)	2,12 (0,62)	-,288	129	,774.
Hiperresponsabilidad y complacencia	3,27 (0,8)	3,05 (0,8)	1,544	129	,125
Codependencia	2,75 (0,72)	2,6 (0,65)	1,182	129	,239
Apego Evitativo (no romántico)	11,48 (3,55)	11,00 (3,12)	,794	129	,429
Apego Ansioso (no romántico)	5,92 (1,92)	5,42 (2,16)	1,367	129	,174

Apego Seguro (no romántico)	4,10 (1,44)	4,16 (1,29)	-,213	129	,832
Apego Evitativo (romántico)	9,30 (3,45)	8,48 (2,47)	1,566	124,68	,120
Apego Ansioso (romántico)	3,59 (1,47)	3,67 (1,59)	-,276	129	,783
Apego Seguro (romántico)	3,78 (1,55)	4,06 (1,57)	-,995	129	,322

De acuerdo con el tercer objetivo específico, se realizó una prueba *t* de Student para comparar los niveles de Dependencia Emocional en función de si los jóvenes se encontraban actualmente en pareja o no. Luego, se analizó a partir de la aplicación de la prueba *r* de Pearson la relación en los niveles de Dependencia Emocional según la duración de los vínculos románticos. No se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre los niveles de Dependencia Emocional y la duración de los vínculos románticos ($r = -,037$; $p = 0,755$).

Por su parte, en la subescala de Relaciones problemáticas y asimétricas, sí se encontraron diferencias estadísticamente significativas según si los jóvenes se encontraban actualmente en un vínculo romántico o no ($t(129) = 4,04$; $p = 0,00$). Aquellos que no se encuentran en pareja actualmente fueron los que obtuvieron una mayor puntuación ($M = 2,27$; $DE = 0,73$) que quienes sí se encontraban en pareja ($M = 1,75$; $DE = 0,63$). También se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el puntaje total de Codependencia ($t(129) = 2,6$; $p = 0,01$), donde los que no se encontraban en pareja presentaron mayor puntaje ($M = 2,81$; $DE = 0,71$) que aquellos que sí se encontraban en pareja ($M = 2,48$; $DE = 0,63$). En la Tabla 4 se muestra la comparación de los niveles de dependencia según si se encontraban en pareja o no.

Tabla 4

Comparación de niveles de Dependencia Emocional según la presencia de un vínculo romántico actual.

	Sin pareja ($n = 87$)	En pareja ($n = 44$)	<i>t</i>	gl	<i>p</i>
	M (DE)	M (DE)			
Necesidad de validación externa, focalización en el otro y pseudo altruismo	2,80 (0,94)	2,54 (0,81)	1,57	1291	,11
Relaciones problemáticas y asimétricas	2,27 (0,73)	1,75 (0,63)	4,04	1291	,00*
Hiperresponsabilidad y complacencia	3,26 (0,82)	3,04 (0,74)	1,49	129	,13
Codependencia	2,81 (0,71)	2,48 (0,63)	2,60	129	,01*

Por último, para responder al cuarto objetivo, que buscaba estudiar la relación entre la Dependencia Emocional y los Estilos de Apego, se realizó un análisis de correlación aplicando la prueba r de Pearson. En la Tabla 5, se puede observar una correlación positiva y estadísticamente significativa entre el puntaje total de la Dependencia Emocional con el estilo de apego evitativo para vínculos no románticos ($r = ,287$; $p < ,001$) y románticos ($r = ,211$; $p < ,016$), y también con el estilo de apego ansioso para vínculos no románticos ($r = ,507$; $p < ,000$) y románticos ($r = ,475$; $p < ,000$). Por lo tanto, a mayor presencia de Dependencia Emocional, mayor puntaje de los estilos de apego ansioso y evitativo.

La dimensión de Necesidad de validación externa correlacionó positivamente con el estilo de apego ansioso para relaciones no románticas ($r = ,516$; $p < ,000$), con el evitativo para relaciones no románticas ($r = ,318$; $p < ,000$) y con los estilos de apego ansioso ($r = ,446$; $p < ,000$) y evitativo ($r = ,263$; $p < ,002$) para relaciones románticas. Del mismo modo, la dimensión de Relaciones problemáticas asimétricas también correlacionó positivamente con el estilo de apego evitativo ($r = ,268$; $p < ,002$) y con el ansioso ($r = ,352$; $p < ,000$) para relaciones no románticas, y con el estilo de apego ansioso para relaciones románticas ($r = ,356$; $p < ,000$).

Por otro lado, la dimensión de Hiperresponsabilidad y complacencia correlacionó positivamente únicamente con el estilo de apego ansioso ($r = ,422$; $p < ,000$) para relaciones no románticas y románticas ($r = ,410$; $p < ,000$).

Tabla 5

Correlación entre la Dependencia Emocional y los Estilos de Apego

		Estilo de apego evitativo (no romántico)	Estilo de apego ansioso (no romántico)	Estilo de apego seguro (no romántico)	Estilo de apego evitativo (romántico)	Estilo de apego ansioso (romántico)	Estilo de apego seguro (romántico)
Necesidad de validación focalización en el otro y pseudoaltruismo	r	,318**	,516**	,065	,263**	,446**	,082
	p	,000	,000	,463	,002	,000	,354
Relaciones problemáticas asimétricas	r	,268**	,352**	,152	,152	,356**	,138
	p	,002	,000	,083	,084	,000	,115
Hiperresponsabilidad y complacencia	r	,160	,422**	,024	,124	,410**	-,055
	p	,067	,000	,788	,160	,000	,533

Codependencia	<i>r</i>	,287**	,507**	,087	,211*	,475**	,056
(puntaje total)	<i>p</i>	,001	,000	,323	,016	,000	,527

**La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

*La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral)

VI. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

6.1 Discusión

El presente estudio tuvo por objetivo estudiar las distintas dimensiones de la Dependencia Emocional y los Estilos de Apego, analizando si existe una relación entre ambas variables en una población de jóvenes residentes del AMBA, a través de un diseño empírico cuantitativo de alcance correlacional.

Para responder al primer objetivo específico, se realizó un análisis descriptivo de las dimensiones de la Dependencia Emocional y de los Estilos de Apego. En primer lugar, y en relación a la Dependencia Emocional, se encontró que los jóvenes parecerían tener altos niveles de Hiperresponsabilidad y Complacencia. Esto refiere a que los jóvenes asumirían una responsabilidad desmedida, haciéndose cargo de aquello que no les corresponde y asumiendo culpas o responsabilidades por los demás. Suelen estar acompañados por características de sobreadaptación y complacencia, poniendo las necesidades ajenas por sobre las propias. A su vez, tendrían una necesidad compulsiva de rescatar y resolver problemas ajenos (Faur, 2022).

La mayoría de los jóvenes tiene altos niveles de Necesidad de validación externa, focalización en el otro y pseudoaltruismo. Esto implicaría que se definen a sí mismos a partir de la validación de los demás y que a su vez monitorean constantemente las conductas y emociones de los demás, pendientes de sus necesidades y reacciones. Ofrecerían cosas en exceso con tal de sentirse queridos, puesto que sienten que no los van a querer si se equivocan o no responden a las demandas que les imponen. La ayuda que brindan parecería ser altruista, pero su verdadero motivo es la necesidad de ser necesitado o querido, debido a que de ese modo, aseguran el vínculo (Faur, 2022). Esto podría estar relacionado con los hallazgos de Ceballos y Arocena (2017), cuya investigación sobre la Dependencia Emocional y los estilos de comunicación halló que los estilos de mensajes centrados en la otra parte, es decir la focalización en el otro, se asocia con la Dependencia Emocional. Este estilo de mensajes para resolver conflictos implica que los sujetos se acomodan a los intereses y necesidades del otro, puesto que tienen un escaso interés por los propios resultados y un gran interés en mantener la relación.

Por último, el puntaje total de Dependencia Emocional se presentó de forma alta en la mayoría de los participantes. Por esta razón, se podría pensar que los jóvenes se encuentran en un período transicional entre la adolescencia y la adultez, en el cual continúan explorando su identidad y roles, enfrentando múltiples cambios que incluyen modificaciones en sus relaciones, lo cual implica una etapa de mayor vulnerabilidad. Por ende, a medida que aumenta el estrés ambiental, también aumenta el riesgo de presentar Dependencia Emocional (Estevez et al., 2017).

En cuanto a los estilos de apego, los resultados evidenciaron que, en la mayoría de los jóvenes evaluados, el estilo de apego seguro se presenta de forma baja para vínculos románticos. En relación a los vínculos no románticos, si bien la mayoría presentó un estilo de apego seguro promedio, solamente un pequeño porcentaje lo hizo de forma alta. A su vez, se encontró que los estilos de apego ansioso y evitativo para relaciones no románticas se presentan de forma promedio en la mayoría de los jóvenes. Estos resultados fueron llamativos debido a que la escala no fue administrada a una población clínica y el apego seguro es la normativa en muestras no clínicas. Si bien hay estudios en donde esto se cumple y predomina el estilo de apego seguro en el mayor porcentaje de los participantes, como en el caso de Díaz-Mosquera y cols. (2022); en la investigación de los autores Guzmán y Trabucco (2014) los resultados mostraron que predominaban los estilos apego inseguro por sobre los seguros. En su caso la muestra tampoco era clínica, de modo tal que interpretaron esos resultados a partir de aspectos evolutivos. De esta manera, es posible comprender que los jóvenes se encuentran en un proceso de construcción de la propia identidad y de experimentación de sus primeras relaciones de pareja más estables, por lo que tal desafío podría asociarse a la vivencia de mayor ansiedad o evitación.

En relación a los resultados del segundo objetivo, cuyo fin era conocer las diferencias en la dependencia emocional y los estilos de apego en función del sexo, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas. Esto mismo se condice con los hallazgos de Santamaría y cols. (2015) y de Momeñe y cols. (2017). Sin embargo, estudios tales como los de Lemos y cols. (2019), Urbiola y cols. (2017), Valle y Moral (2018) han encontrado que a diferencia de la cultura occidental que presenta un estereotipo femenino con mayor tendencia a demandar expresiones afectivas, empatía y cuidado, los hombres han puntuado más alto en las escalas de Dependencia Emocional.

Con respecto al tercer objetivo específico, no se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre los niveles de Dependencia Emocional según la duración de los vínculos

románticos, es decir que no importaría tanto hace cuánto están en pareja, si no otros factores. No obstante, sí se encontraron diferencias estadísticamente significativas según si los jóvenes se encontraban actualmente en un vínculo romántico o no. Aquellos participantes que no se encontraban en pareja obtuvieron una mayor puntuación en la subescala de Relaciones problemáticas y Asimétricas y en el puntaje total de Dependencia Emocional. Teniendo en cuenta estos resultados, se reforzaría el postulado de Castelló Blasco (2005), quien plantea que las conductas típicas de un patrón de Dependencia Emocional también se pueden ver en personas sin pareja. Estos patrones están compuestos por una serie de comportamientos que afectan las relaciones interpersonales, cuyo establecimiento se relaciona con la obtención de atención, el mantenimiento de la cercanía o la evitación de discusiones o eventualmente la pérdida del vínculo afectivo (Izquierdo Martínez & Gómez-Acosta, 2013; Moral-Jiménez & González-Sáez, 2020). De todos modos, estos resultados se distinguen de los estudios de Urbiola y cols. (2017), quienes estudiaron la Dependencia Emocional en jóvenes españoles y no encontraron diferencias significativas en los niveles de Dependencia Emocional según se encontraran en pareja o no.

Por último, los resultados correspondientes al cuarto objetivo indicaron que, a mayor Dependencia Emocional, mayor puntaje de los estilos de apego ansioso y evitativo. Si bien las correlaciones de ambos estilos de apego fueron significativas, el estilo de apego ansioso obtuvo mayores puntuaciones que el evitativo. De igual manera, Rocha Narvaez y cols. (2019) también encontraron una correlación positiva entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional, siendo el apego ansioso ambivalente el que presentaba valores más elevados en las diferentes dimensiones de Dependencia Emocional, a diferencia de Valle y Moral (2018), quienes develaron que fueron los jóvenes clasificados en el estilo de apego evitativo los de mayores niveles de Dependencia Emocional. Estos resultados podrían explicarse por el hecho de que la dependencia emocional se ha relacionado con déficits afectivos en la infancia (Estévez, 2018). Por lo tanto, partiendo de que la Dependencia Emocional genera patrones desadaptativos en la conducta que conllevan múltiples dificultades en las relaciones interpersonales de las personas, se podría inferir que aquellos con estilos de apego seguros, es decir, con baja ansiedad y baja evitación, podrán conectarse mejor con sus estados emocionales, atender a ellos y tener mayor claridad acerca de lo que están experimentando, logrando así, una expresión más modulada de sus emociones y, por ende, un mejor desarrollo a nivel interpersonal (Figuroa et al., 2016).

6.2 Conclusiones

Para concluir, los resultados recientemente expuestos permiten afirmar que la Dependencia Emocional se presenta en la misma medida en función del sexo, por lo que la primera hipótesis de este estudio no pudo ser confirmada. Es relevante señalar que la muestra estuvo compuesta por una mayor cantidad de mujeres que hombres y la disparidad en los grupos comparados podría haber influido en los resultados obtenidos y, por ende, en las conclusiones arribadas.

A su vez, la Dependencia Emocional se encuentra vinculada al hecho de no estar en pareja, pero no así con la duración de los vínculos románticos. De este modo, la segunda hipótesis fue corroborada de manera parcial. Además, se encuentra relacionada positivamente con los estilos de apego inseguros, especialmente con el ansioso. Esto confirmaría la tercer hipótesis que exponía que, a mayor nivel de dependencia emocional, mayor predominancia del estilo de apego ansioso-ambivalente.

Estos resultados, dan cuenta que las manifestaciones de la dependencia emocional no se relacionarían tanto con el hecho de estar en pareja en el momento o de la duración de los vínculos románticos, sino con modalidades vinculares propias de las personas que se ponen de manifiesto en cualquier relación interpersonal, debido a que se adquieren en las primeras experiencias afectivas con las figuras de apego, que originan esquemas de sí mismos y de los demás, como así también las expectativas vinculares que tendrán a lo largo de su vida.

6.3 Limitaciones y futuras líneas de investigación

En cuanto a las limitaciones del presente estudio, cabe denotar que se podría haber ampliado el tamaño de la muestra y que la misma resulte más equitativa en cuanto al sexo, para poder arribar a conclusiones más verídicas y atinadas, ya que el grupo de hombres estaba compuesto por 49 participantes y el de mujeres por 82.

Además, el 50% de los participantes tenían 22 años, por lo que también hubiese sido pertinente contemplar una mejor distribución en lo que respecta a la edad. Esta cuestión permitiría evaluar si la edad tiene relación con las manifestaciones de Dependencia Emocional.

Por ende, se sugiere que estos factores como el tamaño de la muestra, la edad y la mejor distribución de la muestra en cuanto al sexo sean contemplados en futuras líneas de investigación.

En relación al tercer objetivo, cabe destacar que la proporción de participantes en pareja ($N= 87$) y los que no ($N= 44$), también presentaron una diferencia significativa en la cantidad de sujetos dentro de cada grupo, pudiendo haber influido en los resultados obtenidos. A su vez, se

encontró que aquellos participantes que no se encontraban en pareja obtuvieron una mayor puntuación de Dependencia Emocional, pero no se tuvo en cuenta hace cuánto no estaban en pareja, pudiendo ser este un factor que haya incidido en los resultados. Se sugiere que nuevas investigaciones puedan tener en cuenta esta variable.

Esta investigación proporciona información relevante sobre la relación entre la Dependencia Emocional y los Estilos de Apego en jóvenes del AMBA. No obstante, los resultados de la presente investigación pretenden dar cuenta de la necesidad de continuar profundizando en el conocimiento de la Dependencia Emocional en jóvenes argentinos, puesto que existe muy poca bibliografía sobre la temática en nuestro país, y es de fundamental importancia poder conocer aquellos factores que inciden en su desarrollo y manifestación. Por lo tanto, se podrían plantear las siguientes preguntas de investigación: ¿Qué otros factores pueden estar relacionados con la presencia de Dependencia Emocional en jóvenes además de los estilos de apego? ¿Cómo influyen el nivel educativo o socioeconómico en las manifestaciones de Dependencia Emocional? ¿Existe relación entre la presencia de Dependencia Emocional y factores psicológicos como la autoestima, autoconfianza o autoconcepto? ¿Existe relación entre la Dependencia Emocional en jóvenes y el uso de redes sociales? ¿La Dependencia Emocional en jóvenes se vería beneficiada por intervenciones de prevención como la Educación Emocional?

Para concluir, los conocimientos obtenidos de la presente investigación reflejan que, la dependencia emocional puede tener un impacto negativo en la salud y el bienestar de los jóvenes, generando dificultades en las habilidades sociales. Es por eso que poder comprender los mecanismos subyacentes de la dependencia emocional y su relación con los estilos de apego puede ayudar a mejorar la calidad de las relaciones interpersonales, permitiendo diseñar programas de prevención que ayuden a los jóvenes a evitar relaciones abusivas y fomentar su autoestima y autoconfianza.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alonso, R. (2017). *Explicación de la dependencia emocional a partir de la autoestima y de las estrategias de afrontamiento* [Tesis de fin de grado]. Madrid: Universidad Francisco de Vitoria. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1475-6811.00030>

- Boada, B., Aguilera, R. P., & Llerena, Á. G. (2015). *Dependencia emocional y vínculos afectivos en estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Chimborazo* [Tesis de fin de grado]. UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/1011>
- Bowlby, J. (1986). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Ediciones Morata.
- Castelló Blasco, J. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento*. Alianza Editorial.
- Ceballos, J. C. M., & Arocena, F. A. L. (2017). Dependencia Emocional, Consciencia Del Presente Y Estilos De Comunicación En Situaciones De Conflicto Con La Pareja. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 66–75. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29251161006>
- Cía, A. H. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): Un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76(4), 210–217. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372036946004>
- Díaz-Mosquera, E., Merlyn Sacoto, M., & Latorre Vaca, G. (2022). Estilos de apego adulto y regulación emocional en población de Quito, Ecuador. *Ciencias Psicológicas*, 16(2). <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2684>
- Estévez, A., Chávez-Vera, M. D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., & Iruarrizaga, I. (2018a). El papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 34(3), Article 3. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>
- Estévez, A., Chávez-Vera, M. D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., & Iruarrizaga, I. (2018). El papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 34(3), 438–445. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>
- Estevez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J., & Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional y consecuencias psicológicas del abuso de internet y móvil en jóvenes. *Anales*

- de Psicología / Annals of Psychology*, 33(2), Article 2.
<https://doi.org/10.6018/analesps.33.2.255111>
- Faur, P. (2022). *ESCALA DE CODEPENDENCIA DE FAUR*. Enciclopedia Argentina de Salud Mental, Fundación Aiglé.
<http://www.encyclopediasaludmental.org.ar/trabajo.php?id=171&idtt=64>
- Fievez, S. C. (2016). *Apego y Relaciones románticas* [Tesis de maestría, Universidad Pontificia Comillas]. <http://hdl.handle.net/11531/13378>
- Figueroa, P., Vilca, D., Carrasco, N., Guzmán-González, M., & Trabucco, C. (2016). Estilos de Apego y Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes Universitarios. *Psykhé*, 25(1), 1–13. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=96745598001>
- Guzmán, M., & Trabucco, C. (2014). Estilos de Apego y Empatía Diádica en Relaciones de Pareja en Adultos Emergentes. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXIII (1), 61–69. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281935591006>
- Hurtado, E. T., & Marchan, D. C. (2016). *Estilos de apego y violencia doméstica en mujeres atendidas en la unidad judicial especializada en violencia contra las mujeres y la familia del consejo de la judicatura de Riobamba* [Tesis de fin de grado]. Universidad Nacional de Chimborazo. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/3493>
- Izquierdo Martínez, S. A., & Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: Abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia*, 7(1), 81–91.
<https://doi.org/10.21500/19002386.1196>
- Lemos Hoyos, M., Jaller Jaramillo, C., González Calle, A. M., Díaz León, Z. T., & De la Ossa, D. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(2), 395–404.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy11-2.pcde>
- Lemos, M., Vásquez-Villegas, C., & Román-Calderón, J. P. (2019). Invarianza del Cuestionario de Dependencia Emocional entre sexos y situación sentimental en universitarios. *Revista de Psicología*, 37(1), 218–250. <https://doi.org/10.18800/psico.201901.008>
- Liporace, M. F., & Casullo, M. M. (2005). Evaluación de los estilos de apego en adultos. *Anuario de Investigaciones*, XII, 183–192.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369139941018>

- Llano, M. N. G., & López-Rodríguez, J. A. (2017). LA DEPENDENCIA EMOCIONAL: LA ADICCIÓN COMPORTAMENTAL EN LOS MÁRGENES DE LA PATOLOGÍA DUAL. *Revista de Patología Dual*, 4(2), 4. <http://dx.doi.org/10.17579/RevPatDual.04.7>
- Momeñe, J., Jauregui, P., & Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, 25, 65–78.
https://www.researchgate.net/publication/317023470_El_papel_predictor_del_abuso_psicologico_y_la_regulacion_emocional_en_la_dependencia_emocional
- Moral-Jiménez, M. de la V., & González-Sáez, M. E. (2020). Distorsiones Cognitivas y Estrategias de Afrontamiento en Jóvenes con Dependencia Emocional. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 11(1), 15–30.
<https://doi.org/10.23923/j.rips.2020.01.032>
- Rivera, L. Y., Aguasvivas, J. A., & Medina, C. J. (2016). El Apego Adulto Y La Calidad Percibida De Las Relaciones De Pareja: Evidencias a Partir De Una Población Adulta Joven. *Salud & Sociedad*, 7(3), 306–318.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439749582005>
- Rocha Narvaez, B. L., Umbarila Castiblanco, J., Meza Valencia, M., & Riveros, F. A. (2019). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia. *Diversitas*, 15(2), 285–299.
<https://doi.org/10.15332/22563067.5065>
- Santamaría, J. J., Merino, L., Montero, E., Cano, M., Cubero, P., & López, O. (2015). Perfil psicopatológico de pacientes con Dependencia Emocional. *Cuadernos de Medicina Psicosomática*, 116, 36–46. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5288486>
- Skvortsova, S. N., & Shumskiy, V. B. (2014). EXISTENTIAL-PHENOMENOLOGICAL ANALYSIS OF DEPENDENCE IN CLOSE INTERPERSONAL RELATIONSHIPS. *Existenzanalyse*, 31(1), 4–13. https://www.existenzanalyse.org/wp-content/uploads/2014_1_Skvortsova.pdf
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., & Jauregui, P. (2017a). Dependencia emocional en jóvenes: Relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y Estrés*, 23(1), 6–11. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2016.11.003>

- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., & Jauregui, P. (2017b). Dependencia emocional en jóvenes: Relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y Estrés*, 23(1), 6–11. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2016.11.003>
- Urbiola, I., Estévez, A., Jauregui, P., Perez-Hoyos, M., Londoño Arredondo, N. H., & Momeñe, J. (2019). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos: Estudio comparativo entre España y Colombia en relaciones de noviazgo. *Ansiedad y Estrés*, 25(2), 97–104. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.10.001>
- Valle, L., & Moral, M. de la V. (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/10.23923/j.rips.2018.01.013>

VIII. APÉNDICE

8.1 Consentimiento informado

El presente cuestionario pertenece a un trabajo de investigación titulado “*La dependencia emocional y su relación con los estilos de apego en jóvenes del AMBA*”. Este proyecto se está llevando a cabo en la Facultad de Psicología y Psicopedagogía de la Universidad Católica Argentina. Quien lleva adelante este proyecto es la alumna Catalina Picardi en el marco del Trabajo de Integración Final de la carrera de Psicología. La finalidad de este proyecto es conocer cuestiones relacionadas con la dependencia emocional y los estilos de apego en jóvenes. Para ello realizará un estudio con **jóvenes de 18 a 30 años que residan en el AMBA**.

La participación en la investigación consiste en responder cuestionarios escritos. Comprendo que mi participación es voluntaria, puedo rehusarme a participar o abandonarla en cualquier momento, sin tener que expresar las razones de mi decisión y sin ninguna pérdida de beneficios a los que tengo derecho, sin sufrir discriminación, penalización o perjuicio.

Mis datos de identificación se mantendrán en forma confidencial, mediante la codificación de los cuestionarios, aún en caso de publicación de los resultados de la investigación, según la Ley N° 25.326.

Entiendo que, al ser un estudio inicial, no es posible realizar un diagnóstico o indicar un tratamiento, debido a que el objetivo principal del estudio es relacionar la dependencia emocional y los estilos de apego en jóvenes residentes del en el AMBA. Comprendo que los resultados de la

investigación me serán proporcionados si los solicito y que Catalina Picardi es a quien tengo que contactar en caso de que tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos de participar en el mismo, pudiéndola contactar en el email catalinapicardi00@gmail.com

Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto participar en la investigación.

“Con la firma de este consentimiento informado Usted no renuncia a los derechos que posee de acuerdo con el Código Civil y las leyes argentinas en materia de responsabilidad civil por daños”

- Acepto
- No acepto

8.2 Datos sociodemográficos

Sección 2:

1. Edad:
2. Sexo:
 - Femenino
 - Masculino
3. Lugar de residencia actual:
 - CABA
 - La Plata
 - Vicente López
 - San Isidro
 - San Fernando
 - Tigre
 - Pilar
 - San Miguel
 - Campana
 - Escobar
 - Exaltación de la Cruz
 - Luján
 - Ezeiza
 - Quilmes

- Avellaneda
 - Cañuelas
 - Lanús
 - Moreno
 - Morón
 - Zárate
 - Otra...
4. Nivel educativo:
- Primario incompleto
 - Primario completo
 - Secundario incompleto
 - Secundario completo
 - Terciario incompleto
 - Terciario completo
 - Universitario incompleto
 - Universitario completo
 - Posgrado incompleto
 - Posgrado completo
5. ¿Estás en pareja actualmente?
- Sí (*ir a la siguiente sección*)
 - No (*ir a la sección 4*)

Sección 3:

6. Si respondiste que sí, ¿hace cuánto que estás en pareja? (expresalo en meses):

Sección 4:

7. ¿Estuviste en pareja anteriormente?
- Sí (*ir a la siguiente sección*)
 - No (*ir a la sección 6: Escala de Codependencia de Faur*)

Sección 5:

8. Si respondiste que sí, ¿cuántas parejas has tenido en total (incluyendo tu actual pareja)?
9. ¿Cuánto duró tu última relación? (si estás en pareja actualmente cuánto tiempo lleva la relacion) Expresalo en meses:

8.3 Escala de codependencia de Faur (Faur, 2021)

A continuación, va a encontrar frases con las que las personas se describen a sí mismas/os. Lea cada una con atención e indique el grado de acuerdo o desacuerdo con que lo describen a usted.

	Completamente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Bastante de acuerdo	Completamente de acuerdo
1. Suelo hacerme cargo de cosas que no me corresponden					
2. Me cuesta poner fin a relaciones abusivas					
3. Me anticipo a satisfacer las necesidades de los demás aun cuando no me lo pidan					
4. Desatiendo mis responsabilidades por ocuparme de los demás					
5. En mis relaciones recibo muy poco del otro					
6. Estoy pendiente de lo					

que los demás piensan de mi					
7. Siento un gran vacío cuando no me ocupo de otros					
8. Me relaciono con personas que no se comprometen					
9. Soporto situaciones abusivas que me hacen sentir mal					
10. Estoy todo el tiempo atenta/o a las necesidades de los demás					
11. En mis vínculos, la otra persona tiene dominio sobre mí					
12. Siento que no valgo nada si alguien no me quiere					
13. Siento que soy yo quien debe hacerse cargo de casi todo					

14. Me relaciono con personas manipuladoras					
15. Soporto altos niveles de maltrato psicológico					
16. Me hago cargo de los problemas de los demás					
17. Temo que el otro me abandone si no le doy la ayuda que necesita					
18. Vivo haciendo cosas para que me quieran					
19. Siento que no van a quererme si me equivoco					
20. Asumo la responsabilidad por el bienestar de los demás					
21. Cuando hay algo por hacer, suelo ser quien se hace cargo					

22. Siento necesidad de ayudar a los demás con sus problemas					
23. Mis relaciones afectivas suelen ser dolorosas					
24. En general, mis relaciones son complicadas					
25. Soy capaz de dar dinero, servicios o tiempo en exceso para que me quieran					
26. Cuando me piden algo, me cuesta mucho decir que no					
27. Hago cosas que no quiero hacer con tal de ser querida/o					
28. Me atraen personas problemáticas					
29. Me esfuerzo para que me					

consideren valiosa/o					
30. Trato de darme cuenta de lo que los demás necesitan sin que tengan que pedírmelo					
31. Siento que doy demasiado con tal de que me quieran					
32. Siempre estoy pendiente de la aprobación de los otros					
33. Siempre pongo las necesidades de los demás por delante de las mías					
34. Pienso bastante en lo que estará pensando la otra persona					
35. Me aferro a la ilusión de que el otro va a cambiar					

8.4 Evaluación de los estilos de apego en adultos (Liporace y Casullo, 2005)

Ahora, responda pensando en sus **amigos, parientes o relaciones NO románticas**

	Casi nunca	A veces	Con frecuencia	Casi siempre
1. Aunque quiera, es difícil para mí confiar en otra persona				
2. Deseo relacionarme afectivamente con alguien, pero en general me siento rechazado				
3. Me siento bien cuando evito compromisos emocionales con otra persona				
4. Pienso que las relaciones				

afectivas pueden lastimarme				
5. Siento que los demás no me valoran como yo los valoro a ellos				
6. Necesito sentirme independiente, sin compromisos afectivos				
7. Me preocupa poco estar sola/o, sin relaciones sentimentales estables				
8. Comprometerme en relaciones afectivas me da miedo				

9. Me siento mal cuando no tengo relaciones afectivas duraderas				
10. Me incomoda depender emocionalmente de otra persona y que dependan de mí				
11. Me preocupa poco sentirme rechazado/a por otra persona				

Responda pensando en una **relación romántica que tenga, haya tenido o desee**

	Casi nunca	A veces	Con frecuencia	Casi siempre
1. Aunque quiera, es difícil para mí confiar en mi pareja				

2. Deseo relacionarme románticamente con alguien, pero en general me siento rechazado				
3. Me siento bien cuando evito compromisos emocionales románticos con otra persona				
4. Siento que mis parejas no me valoran como yo las valoro a ellas				
5. Necesito sentirme independiente,				

sin compromisos afectivos				
6. Me preocupa poco estar sola/o, sin relaciones sentimentales estables				
7. Comprometerme en relaciones románticas afectivas me da miedo				
8. Me incomoda depender emocionalmente de mi pareja y que esta dependa de mi				
9. Me preocupa poco sentirme				

rechazado/a por mi pareja				
------------------------------	--	--	--	--