



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA SEDE EL GIRON

CARRERA DE PSICOLOGIA

La configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos estilos de apego patológicos- inseguro.

Trabajo de titulación previo a la obtención del

Título de: licenciadas en psicología

AUTOR: Adriana Stefania Gaibor Monar

AUTOR: Alexandra Lizbeth Pilco Loachamin

TUTOR: Fabian Alejandro Beltrán Nuñez

Quito-Ecuador

<2023>

**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL
TRABAJO DE TITULACIÓN**

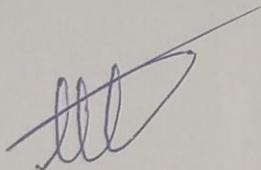
Nosotros, Adriana Stefania Gaibor Monar con documento de identificación N°
0202508115 y Alexandra Lizbeth Pilco Loachamin con documento de
identificación N°

1750161737; manifestamos que:

Somos los autores y responsables del presente trabajo; y, autorizamos a que sin
fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir,
reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

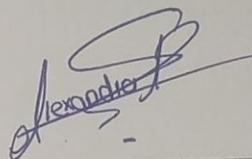
Quito, 28 de agosto del año 2023

Atentamente,



Adriana Stefania Gaibor Monar

0202508115



Alexandra Lizbeth Pilco
Loachamin
1750161737

**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL
TRABAJO DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA SALESIANA**

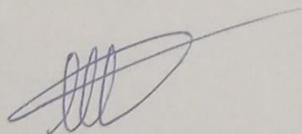
Nosotros, Adriana Stefania Gaibor Monar con documento de identificación No. 0202508115 y Alexandra Lizbeth Pilco Loachamin con documento de identificación No.

1750161737 expresamos nuestra voluntad y por medio del presente documento cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autores del proyecto de titulación: La configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos estilos de apego patológicos., el cual ha sido desarrollado para optar por el título de Licenciadas en psicología , en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribimos este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

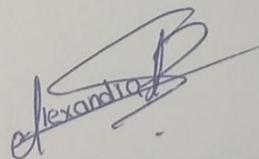
Quito, 28 de agosto del año 2023

Atentamente,



Adriana Stefania Gaibor Monar

0202508115



Alexandra Lizbeth Pilco
Loachamin
1750161737

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo Fabián Alejandro Beltran Nuñez con documento de identificación N 1002137071, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de La configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos estilos de apego patológicos., realizado por : Adriana Stefania Gaibor Monar con documento de identificación N° 0202508115 y por Alexandra Lizbeth Pilco Loachamin con documento de identificación N° 1750161737, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción proyecto de investigación que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 17 de Julio del año 2023

Atentamente,



Fabián Alejandro Beltran Nuñez
1002137071

I. Resumen

El presente trabajo de investigación busca analizar la "Configuración de la dependencia emocional y los estilos de apego patológicos" es un estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional que tiene como objetivo general analizar la relación entre la dependencia emocional y los estilos de apego patológicos en adultos mayores de la ciudad de Quito, Ecuador.

La metodología utilizada en la investigación consistió en la aplicación de dos instrumentos: el Cuestionario de Dependencia Emocional (DE) y el Cuestionario de Estilos de Apego (CEA), a una muestra de 200 participantes, de los cuales el 70% fueron mujeres y el 30% hombres, con edades entre 40 y 50 años.

Los hallazgos principales de la investigación indican que existe una relación significativa entre la dependencia emocional y los estilos de apego patológicos, especialmente en los estilos de apego ansioso y evitativo. Además, se encontró que la dependencia emocional es más frecuente en mujeres que en hombres, y que los participantes con niveles más altos de dependencia emocional presentan mayores niveles de ansiedad y depresión. Finalmente, la investigación destaca la importancia de identificar y tratar la dependencia emocional y los estilos de apego patológicos en la práctica clínica de la psicología, especialmente en poblaciones jóvenes. Asimismo, se resalta la necesidad de fomentar la educación emocional desde edades tempranas para prevenir la aparición de patologías emocionales en la adultez.

Palabras clave: dependencia emocional, estilos de apego, psicología clínica, educación emocional, ansiedad y depresión.

II. Abstract

The present research work seeks to analyze the "Configuration of emotional dependence and pathological attachment styles" is a quantitative, descriptive and correlational study whose general objective is to analyze the relationship between emotional dependence and pathological attachment styles in older adults in the city of Quito, Ecuador.

The methodology used in the research consisted of the application of two instruments: the Emotional Dependence Questionnaire (ED) and the Attachment Styles Questionnaire (ASQ), to a sample of 200 participants, 70% of whom were women and 30% men, aged between 40 and 50 years. The main findings of the research indicate that there is a significant relationship between emotional dependence and pathological attachment styles, especially in anxious and avoidant attachment styles. In addition, it was found that emotional dependence is more frequent in women than in men, and that participants with higher levels of emotional dependence present higher levels of anxiety and depression. Finally, the research highlights the importance of identifying and treating emotional dependence and pathological attachment styles in the clinical practice of psychology, especially in young populations. It also highlights the need to promote emotional education from an early age to prevent the appearance of emotional pathologies in adulthood.

Key words: emotional dependence, attachment styles, clinical psychology, emotional education, anxiety and depression..

I. Contenido

I.	Resumen	5
II.	Abstract	6
II.	Datos informativos del proyecto	8
VI.	Eje de la investigación	8
VII.	Objeto de la investigación	12
VIII.	Metodología.....	15
IX.	Pregunta clave.....	16
X.	Organización y procesamiento de la información	16
	Segunda parte	18
XII.	Justificación.	18
XIII.	Caracterización de los beneficiarios	18
XIV.	Interpretación	19
XV.	Principales logros de aprendizaje.....	23
XVI.	Conclusiones y recomendaciones.....	24
XVII.	Bibliografía.....	25

II. Datos informativos del proyecto

La configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos estilos de apego patológicos, en personas adultas entre 40 a 50 años, en el año 2023 dentro del Distrito metropolitano de Quito.

V. Objetivo

- Analizar la configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos estilos de apego patológicos en personas adultas entre 40 a 50 años, en el año 2023 dentro del Distrito metropolitano de Quito.
- Identificar los comportamientos y patrones de conducta que caracterizan a las personas con apego seguro, evitativo y ansioso.
- Analizar como influyen en la configuración de la dependencia emocional, factores de riesgo asociados a traumas de la infancia, problemas de autoestima y falta de habilidades sociales.
- Proponer estrategias y recomendaciones prácticas para fomentar el apego seguro y evitar la dependencia emocional, teniendo en cuenta las diferencias entre estos dos conceptos y la importancia de establecer relaciones saludables y satisfactorias en la vida adulta.

VI. Eje de la investigación

Este trabajo pretende explicar algunas categorías: las relaciones de pareja en adultos, las diferentes teorías del apego, estructuración de los vínculos de apego, tipos de apego, apegos en la adultez, relaciones románticas, dependencia emocional, autoestima y estrategias de afrontamiento. De esta forma el apego descrito desde el psicoanálisis según (Bowlby 1973 citado en Davila, 2015) define la conducta de apego como [*“...cualquier forma de conducta que tiene como resultado el que una persona obtenga o retenga la proximidad de otro individuo diferenciado y preferido, que suele concebirse como más fuerte y/o más sabio...”*] Esta teoría describe las experiencias con los cuidadores primarios que experimentan los menores, de esta forma también la capacidad que cada uno posee para establecer las relaciones cercanas, es decir con la familia, amigos o amorosas estables y de calidad. Cabe recalcar que es de gran importancia esta interacción

entre el menor y cuidadores responsables ya que se establece un vínculo afectivo capaz de brindar seguridad emocional y a la vez actúa como un sistema de regulación emocional, ya que este vínculo es de gran importancia para desarrollo emocional del menor (Bowlby, 1986, Davila, 2015,)

Por otro lado desde la psicología sistémica en (1983) Manuchin describe que la familia [*“...tiene un papel fundamental en el desarrollo del individuo, es el grupo de pertenencia primaria, donde se establecen una serie de lazos afectivos y sentimientos, en donde se aprenden, se afianzan valores, creencias y costumbres... ”*]

Manuchin desde la teoría sistémica según sus estudios explica que cuando se presentan problemas para entablar relaciones afectivas no se atiende al sujeto como tal sino a todo el sistema familiar ya que es el primer medio en el que se manifiestan las interacciones. Bowlby desde su teoría nos habla de importancia de las relaciones de los menores con los cuidadores primarios que son los responsable de que el menor sea capaz de entablar relaciones estables y de calidad, debido a el vínculo realizado con el progenitor más cercano (Manuchin, 1983, Bowlby, 1986).

Estructuración de los vínculos de apego:

Según Barroso para establecer las relaciones interpersonales afectivas de pareja se debería contar con ciertas capacidades como la posibilidad de construir un vínculo sano y equilibrado estas características están ligadas a ciertas conductas que favorecen la configuración del apego. (Barroso, 2014):

- **Conducta de apego:** Es el resultado de las comunicaciones de demanda de cuidados que permite al sujeto mantener la proximidad con sus progenitores.
- **Sentimiento de apego:** Implica sentimientos referidos tanto a uno mismo como a la figura de apego.
- **Representación mental:** Es la representación interna que hace el niño del vínculo establecido entre el menor y sus cuidadores que brindan seguridad y protección.

Tipos de apego: Ainsworth menciona que *“ El apego es el vínculo emocional que desarrolla el niño/a con sus padres y que le proporciona la seguridad emocional indispensable para un buen desarrollo de la personalidad. El apego proporciona la*

seguridad emocional al niño puesto que se siente aceptado y protegido incondicionalmente... " (Laura, 2021)

Ainsworth profundizó en los estudios realizados anteriormente por Bowlby en los tipos de apego a través de experimentos con chimpancés bebés y clasificó los tres estilos de apego según la relación del niño y el cuidador: apego seguro, apego inseguro y no apego. Según Barroso, 2014 tenemos los siguientes tipos de apego:

Apego seguro: Las figuras de apego experimentan una preocupación sincera por el cuidado de su bebé, y son capaces de expresar de manera perceptible por su pequeño esta preocupación. Las figuras de apego no sólo sienten esta preocupación sincera, sino que además son capaces de reconocer las necesidades de su bebé con bastante precisión y las satisfacen sin ser invasivos y sin ser demasiado despreocupados. Lo que hace que el menor se sienta seguro.

Apego evitativo: Las figuras de apego son rígidas e inflexibles. Muestran conductas de rechazo y también hostilidad ante la expresión del bebé por sus necesidades no cubiertas o ante los requerimientos de este, o simplemente ante las manifestaciones afectivas-emocionales propias del bebé.

Apego ansioso: Las figuras de apego en este caso no son tanto hostiles como insensibles. Pero en otras ocasiones, cuando la figura de apego se encuentra feliz, animada, tranquila, o siente la apetencia de relacionarse con el niño se muestra sensible, afectuosa y competente reconociendo la necesidad exacta de su bebé y satisfaciéndola de manera afectiva y cálida. Sin embargo, estos estados de la figura de apego, que oscilan entre insensible-sensible no dependen de las conductas del bebé.

Apego en la adultez: El apego en adultos favorece al reconocimiento de las emociones y la búsqueda de apoyo que es una forma de involucrarse afectivamente de manera efectiva y segura que corresponden a los patrones de la infancia manteniendo ciertas características:

Seguro.- Principalmente se muestra un adulto confiado y seguro.

Ansioso.- Muestra cierta dependencia hacia la pareja.

Evitativo.- Una persona que evita mantener relaciones amorosas.

Temeroso.- Por un lado, tienden a sentir el deseo de mantener un vínculo y a la vez sentirse incómodos, es decir un comportamiento contradictorio.

Relaciones románticas.- Hablar sobre las relaciones románticas, requiere hacer hincapié en una serie de sentimientos, emociones y anhelos que envuelve a dos personas. En este sentido, el hecho de desarrollar sentimientos románticos y sentirse encantado por alguna persona en específico, forma parte del proceso natural por el que transita el ser humano. Cabe señalar que para que exista una buena relación romántica, es necesario que exista una serie de elementos como la atracción, el respeto, el compromiso, entre otros, los cuales son fundamentales para configurar una relación de pareja sana.

Dependencia emocional.- Para hablar de dependencia emocional es necesario tener claro que se debe analizar primero los estilos de apego y la personalidad, en este caso las personas que presentan un estilo de apego ansioso son más propensas a la dependencia emocional, pues llegan a sentirse muy dependientes de su pareja y suelen sentirse insuficientes por lo que hace lo posible para complacer a su pareja y evitar el abandono (Massa, Pat, Keb, Canto, & Carvajal, 2011).

Según Massa, Pat, Keb, Canto, & Carvajal, (2011) [*“...El concepto de amor es cambiante, diverso como el proceso de enamoramiento que ocurre en los diferentes grupos socioculturales. Por otra parte, durante el proceso de cambios en la adolescencia el concepto de amor puede ser confundido con la dependencia emocional...”*]

Autoestima.- Desde la psicología humanista Maslow propuso la teoría de las necesidades humanas que plantea que el ser humano debe tener todas sus necesidades satisfechas para sentirse realizado. Estas necesidades constan de cinco niveles:

Fisiológicas.- son las necesidades más básicas como la alimentación, respiración.

Seguridad.- una vez cubiertas las necesidades más básicas se procura sentirse seguros para lograr el bienestar personal.

Afiliación.- cubiertos los dos niveles, es necesario cubrir la necesidad de buscar pareja, amigos, de tener una familia hijos, sentirse parte de una comunidad.

Reconocimiento.- en algún punto las personas necesitan sentirse reconocidas, respetados por los demás esta es la autoestima alta ya que se cuenta con fama y un estatus. Por otro lado, está la autoestima baja donde existen complejos de inferioridad.

Autorrealización.- Maslow menciona que para llegar, a este nivel se debería tener todas las necesidades antes mencionadas cubiertas completamente (Quintero, 2007).

VII. Objeto de la investigación

La presente investigación analizará la configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos estilos de apego patológicos, por tal razón, se establece la forma en la que las personas tienden a relacionarse con su pareja y como esto influye continuamente en la dinámica personal, social a partir de cómo se configura el apego con las figuras parentales, que envuelven a las relaciones de adultos cuyas edades oscilan entre los 40 y 50 años.

Es importante tomar en cuenta que existe diferentes tipos de apego que influyen de cierta manera en las relaciones románticas ejercidas por los adultos. A partir de ello se evidencia que existe tipos de apego que intervienen de manera positiva o negativa dentro de una relación de pareja, por lo cual es imprescindible analizar aquellos estilos de apego que pueden influir negativamente y que en ocasiones está relacionado como un afecto extremo hacia su pareja lo cual principal característica de la dependencia emocional.

El tipo de apego existente dentro de las relaciones adultas representa un factor clave, el cuál en gran medida vincula elementos preexistentes de los sujetos vividos a partir de su infancia. Para Barroso (2014) “El estilo de apego desarrollado por una persona en su infancia influye de manera significativa en los procesos de elección de pareja, así como en la calidad de las relaciones afectivas que establecerá en la edad adulta”. (p. 1)

La dependencia emocional entendida también como apego patológico, se manifiesta mayormente en las relaciones afectivas más cercanas de pareja, familiar y amistosa ya que cada una de estas en gran medida presentan características particulares como la inestabilidad y el desequilibrio, producto del continuo trato que esto conlleva. En muchos de los casos, la dependencia emocional que tiene un sujeto sobre otro se genera debido a la baja autoestima e inseguridad que le envuelve.

La importancia de realizar esta investigación radica en que permitirá conocer de mejor manera y con mayor claridad como los estilos de apego en los adultos influyen en las relaciones sentimentales de estas personas, pero sobre todo como se diferencia de la dependencia emocional, tomando en cuenta ciertos aspectos que tienen los adultos que desarrollan dependencia hacia su pareja.

En la revisión de la literatura científica se han encontrado varios estudios relacionados con el tema de investigación.

En el artículo titulado *Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital*, se menciona que la satisfacción dentro de las relaciones de pareja se ha convertido en un tema de preocupación en los últimos años ya que, se han producido hallazgos los cuales señalan que las parejas que presentan conflictos sostenidos tienen graves consecuencias en su salud física y emocional. En tal sentido (Guzmán & Contreras, 2012) establecen que:

La creación de nuevas interacciones que redefinan la relación como una fuente de seguridad y apoyo emocional para cada uno de los miembros de la pareja rompe, entonces, con las posiciones rígidas de las categorías y clasificaciones, para poner en el espacio interaccional el cómo los estilos de apego de la díada se expresan en una relación en particular, favoreciendo u obstaculizando el bienestar y la satisfacción con el otro. (pág. 80)

De lo expuesto, se infiere que la aplicación continua de diferentes prácticas basadas en distintos elementos propios de una relación de pareja puede cambiar los roles ya establecidos, mostrando de esta manera la gran influencia, que presentan los estilos de apego dentro de la pareja. Sin embargo, el aplicar este tipo de prácticas no asegura la correcta funcionalidad dentro de la relación, pues muchos de ellos pueden encaminar a costumbres que a futuro generen dependencia emocional.

En el estudio titulado *Estilos de apego en la relación de pareja de hombres y mujeres en la adultez temprana y adultez media*, se analiza los estilos de apego característicos de los hombres y mujeres de 20 a 40 años y de 40 a 65 años que tienen una relación de pareja. En este sentido, (Perez, Peralta, Estrada, Garcia, & Tuz., 2019) determinan que: “es importante concluir describiendo la dependencia que existió en la presente investigación entre el estilo de apego ansioso y los tipos de relación, en donde, como se menciona anteriormente, este estilo de apego ansioso se relacionó con el matrimonio” (pág. 12). A partir del estudio se muestra que existió una tendencia clara de apego ansioso dentro de la etapa del matrimonio, a diferencia de etapas anteriores como por ejemplo el noviazgo. En tal sentido se puede corroborar que dentro de la etapa del matrimonio sobresale el apego ansioso, es decir existe una predominancia de ello, debido

a la edad y las particularidades de las relaciones en los adultos producto de la convivencia diaria de estos.

En la investigación denominada *Sexismo y apego inseguro en la relación de pareja* se menciona que el desarrollar vínculos de apego seguros y confiables contribuirán positivamente en la disminución de actitudes sexistas y apegos favorables dentro de las relaciones de parejas. En base a ello Garaigordobil, (2013) menciona que:

Es evidente las relaciones existentes entre sexismo y apego inseguro en las relaciones de pareja, es decir, pone de relieve que las personas, de ambos sexos, con altas puntuaciones en sexismo tienen apego inseguro. A la luz de las estrechas conexiones entre sexismo y violencia contra las mujeres, los resultados sugieren la necesidad de explorar en futuros estudios si el apego inseguro del agresor puede subyacer a la violencia de género. (pág. 59)

Como afirma Garaigordobil, las parejas que han mostrado un grado de sexismo, generalmente presentan una relación de apego inseguro dentro de su contexto matrimonial. Ello ha generado, la necesidad de analizar si el estar envuelto por un tipo de apego poco seguro, conlleva a que se vaya fomentado la violencia de género dentro de una relación de pareja.

Las relaciones de apego en adultos muestran una gran relación entre la seguridad y el estilo de la comunicación que tienen con la pareja, así como también elementos relacionados al apoyo, cuidado y responsabilidad con la que se manejan continuamente. En este sentido, es de suma importancia las relaciones cercanas con los cuidadores primarios para un óptimo desarrollo, la construcción de este vínculo es un proceso que genera capacidades y competencias emocionales, las cuales encaminan a crear relaciones afectivas significativas. Por tanto, la dependencia, es un efecto negativo relacionado con el envejecimiento, la cual puede ir en aumento a partir de la etapa matrimonial, ya que este se puede triplicar cuando se pasa del tramo de edad de 65 y más años.

Para posibilitar la comprensión de este estudio tan complejo como la relación de pareja y la dependencia emocional, es necesario establecer las variables de estudio. En este sentido, la primera variable es el Apego del cual se desprende una serie de dimensiones relacionadas a los estilos de apego existentes. Por otro lado, la segunda variable es la Dependencia emocional para a comprensión de esta variable se analizará esencialidades, el vínculo con las relaciones románticas, así como también la autoestima

que es imprescindible para la comprensión de este tema es indispensable también estudiar el apego según los distintos autores que han estudiado sobre el tema, y lo que deriva del tema como es diferentes tipos de apegos, también el apego en las personas adultas.

VIII. Metodología

Tipo y Nivel de Investigación.

El tipo de investigación ha sido elemental. De acuerdo con su enfoque cuantitativo, se identificó las variables, además buscar la relación entre la configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos estilos de apego patológicos. Para recoger los datos usaremos tests estandarizados, el cuestionario de dependencia emocional CDE evalúa seis factores implicados en la dependencia emocional: Ansiedad separación, es decir, expresiones emocionales de miedo y ansiedad ante la posibilidad de disolución de la relación, expresión afectiva de la pareja o sea la necesidad del sujeto de tener constantes expresiones de afecto que calmen su sensación de inseguridad, la modificación de planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja o por la posibilidad de compartir más tiempo con ella, miedo a la soledad, temor por no tener una relación de pareja o no sentirse amado, búsqueda activa de atención de la pareja para asegurar la permanencia en la relación y tratar de ser el centro de su vida y expresiones impulsivas de autoagresión ante la posibilidad de una ruptura.

CUESTIONARIO DE APEGO ADULTO

Analiza la relación entre la Formación del vínculo afectivo elección de pareja, apego adulto, actitudes amorosas y la calidad de la relación, satisfacción marital (García y Martínez, 2012), el Cuestionario de Apego Adulto de (Melero y Cantero, 2008). Los resultados demuestran que existe una relación significativa entre la Formación del vínculo afectivo elección de pareja, apego adulto y actitudes amorosas y la calidad de la relación.

Identificación de Variables

Variable Independiente – Apego. - Según Bowlby, (1986) Es la disposición que necesita la persona para formar vínculos afectivos estrechos con las personas, primero con nuestros cuidadores, luego con sus pares, y esto a lo largo de su ciclo vital.

Variable dependiente – Dependencia Emocional. - Lemos & Londoño, (2006)
[“...La define como una dimensión disfuncional de un rasgo de personalidad consistente en la extrema necesidad de orden afectivo que una persona siente hacia su pareja u otras personas en sus diversas relaciones...”]

La muestra documental tenida presente a lo largo de la revisión sistemática consta de 34 documentos, de distintas categorías, como lo son, libros, artículos, trabajos de nivel y libros electrónicos los cuales fueron publicados en bases de datos, como, por ejemplo, Redalyc.org, Scielo, Psycodoc, E-Libro, Medigraphic y Dialnet. Lo anterior con el propósito de posibilitar la consolidación de la información que existe a grado local, nacional e universal, a cerca del apego en adultos.

IX. Pregunta clave

¿Cómo ciertos estilos de apego parental se configuran como dependencia emocional en adultos de entre 40 y 50 años?

¿Cómo influyen los apegos patológicos en la capacidad de establecer relaciones sanas y equilibradas?

¿Qué factores pueden contribuir al desarrollo de la dependencia emocional en personas con apegos patológicos?

X. Organización y procesamiento de la información

Para el desarrollo efectivo de una investigación sistemática se consideró un procedimiento que consta de 5 pasos, los cuales se describen a continuación: 1) se planteó la pregunta problema para determinar los objetivos generales y específicos; 2) las bases de datos fueron examinadas considerando los lineamientos anteriores, 3) los documentos conservados en las bases de datos fueron categorizados utilizando una matriz bibliográfica considerando elementos básicos como un resumen del texto, una breve referencia del autor y una breve descripción del contenido; 4) la información extraída de conceptos elementales relacionados con el apego en la edad adulta se resumió mediante el desarrollo de un mapa conceptual; 5) El documento fue elaborado en base a los resultados de la revisión sistemática. Se ha realizado varios estudios acerca del tema entre los más destacados es el de Momeñe & Estevez, (2018) [“La muestra estuvo compuesta por 269 participantes (219 mujeres y 50 hombres) de entre 18 y 65 años. Los resultados

mostraron como los estilos de crianza parentales, sobre todo la privación emocional en la infancia predeciría la dependencia emocional, la permanencia en relaciones abusivas y el establecimiento de relaciones donde estén presentes la dependencia emocional junto con el abuso psicológico...”]

Se realizó un estudio en España en donde se muestran los resultados de los estilos de crianza parentales, que predeciría la dependencia emocional y como se llega a establecer relaciones en la edad adulta. Si analizamos estos datos con los estilos de apego y empleando un reactivo de evaluación de adulto realizado por Melero y Cantero para conocer sobre las relaciones sentimentales y el desarrollo de un estilo de apego patológico asociado con la dependencia emocional en la población española, por lo que se concluyó que de acuerdo al reactivo y el estudio los factores involucrados en las relaciones afectivas donde se evidencia que gran parte de la dependencia emocional tiene relación con la baja autoestima, miedo al rechazo, preocupación por las relaciones y problemas emocionales (Momeñe & Estevez, 2018).

Se analizaron varios estudios que hablaban sobre el apego y perez, (Peralta, Estrada, García, & Tuz., 2019) [“...realizaron un análisis de los estilos de apego en la interacción de pareja de hombres y mujeres en la edad adulta temprana y adultez media. Cuyo objetivo ha sido examinar los estilos de apego de hombres y mujeres que oscilan entre los 20 a 40 años y de 40 a 65 años...”]

En la población adulta de entre los 40- 65 años mostraron diferencias existentes verdaderamente significativas en los estilos de apego en las colaboraciones de pareja pues las personas que ya llevaban años casados mostraron apego ansioso, es decir que para esta población el miedo a la angustia a la separación con su pareja son emociones que se presentan con frecuencia, así como también el miedo al abandono.

XI. Análisis de la información

El análisis de los cuestionarios aplicados a individuos de entre 40 y 50 años reveló la presencia de un factor significativo: el miedo a la soledad. Este miedo está estrechamente relacionado con la ansiedad por separación, lo que lleva a que los individuos desarrollen estrategias para mantener y preservar sus relaciones afectivas. Este hallazgo sugiere que la dependencia emocional puede ser una respuesta a la necesidad de evitar la soledad y asegurar la cercanía emocional.

Segunda parte

XII. Justificación.

Un área importante dentro de las relaciones interpersonales en el mundo moderno es la forma en la que los seres humanos construimos los vínculos con el otro. El marco de esta construcción es la relación que el sujeto tiene con sus principales figuras de cuidado y es precisamente este vínculo que servirá como modelo en las relaciones futuras.

El estudio sobre la configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos tipos de apegos patológicos es importante por varias razones. En primer lugar, la dependencia emocional es un fenómeno psicológico relevante que puede tener un impacto significativo en la calidad de vida de las personas y en sus relaciones interpersonales. Comprender cómo se configura esta dependencia emocional a partir de ciertos tipos de apego patológico puede proporcionar información valiosa para su detección, prevención y tratamiento.

En cuanto a la elección de la población de 40 a 50 años, hay varias razones por las que esta edad es relevante en el estudio. En primer lugar, esta etapa de la vida se considera una etapa de transición y cambio, en la cual las personas suelen enfrentarse a diferentes desafíos y demandas emocionales. Además, a esta edad, es común que las personas estén involucradas en relaciones de pareja estables, como el matrimonio. Estas relaciones pueden ser especialmente relevantes para comprender la dependencia emocional, ya que el apego hacia la pareja puede desempeñar un papel central en este fenómeno.

En este trabajo se analizará la configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos estilos de apego patológicos o inseguros, pues ello permitirá establecer aquellas formas de relación positivas y negativas que las envuelve y como estas influyen directamente en el bienestar físico y emocional de los individuos. Por tal razón, representa un estudio que ayudará no solo a comprender su influencia, sino también a identificar el tipo de apego más favorable.

XIII. Caracterización de los beneficiarios

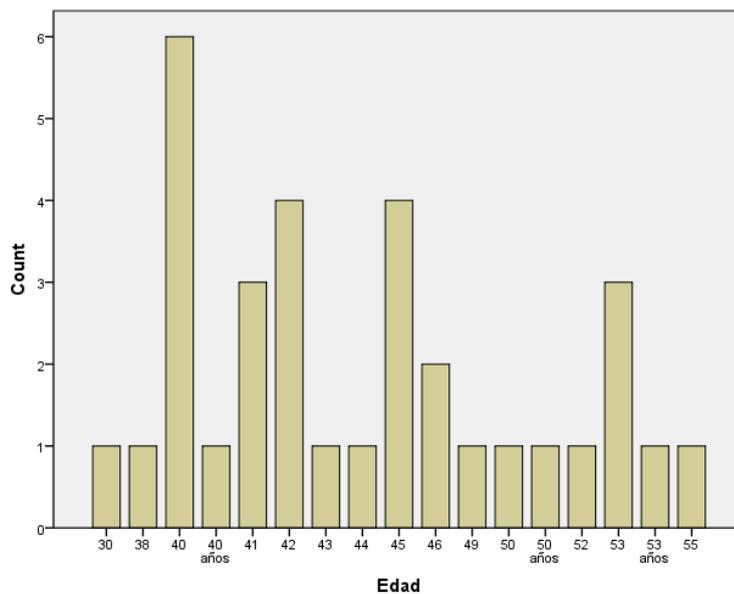
Los beneficiarios de la investigación serán hombres y mujeres de entre 40 a 50 años residentes de la ciudad de Quito, la población es mestiza en su mayoría, gran parte de esta población está en matrimonio. La investigación se llevará a cabo mediante

encuestas a los 60 participantes que respondieron 45 mujeres y y 15 hombres, así como la revisión estadística. Los resultados de la investigación se utilizarán para la comprensión de la configuración de la dependencia emocional a partir de ciertos estilos de apego patológicos, especialmente en la población de 40 a 50 años.

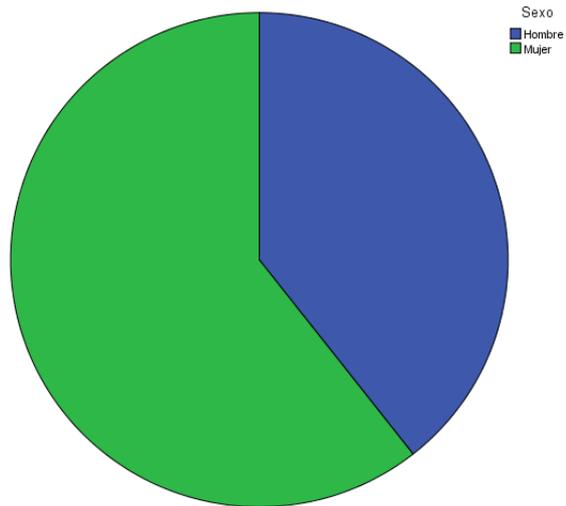
XIV. Interpretación

Después de haber aplicado el cuestionario de dependencia emocional de apego adulto de melero y cantero, se obtuvieron los siguientes resultados resumidos en gráficos, tablas de frecuencia. Los datos demográficos que se han considerado pertinentes para el estudio del tema, es importante porque permite caracterizar a la población de estudio y comprender cómo ciertas variables pueden afectar a diferentes grupos de personas, posteriormente se muestran los resultados obtenidos en relación con el logro de los objetivos establecidos para esta investigación.

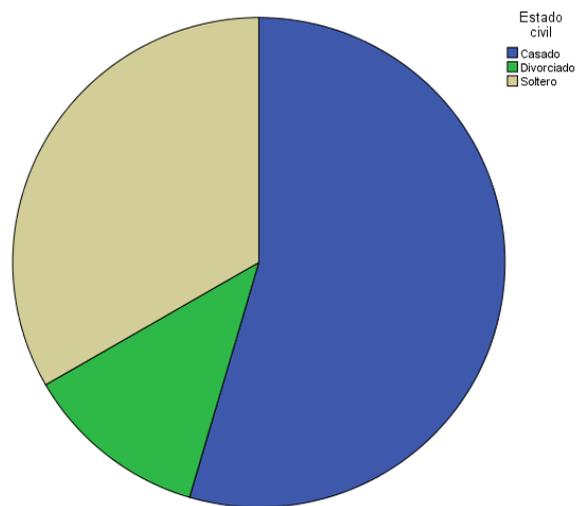
Datos demográficos.-



Respondieron 60 individuos entre los 30 y 55 años de edad, con una media de 40 años aproximadamente.

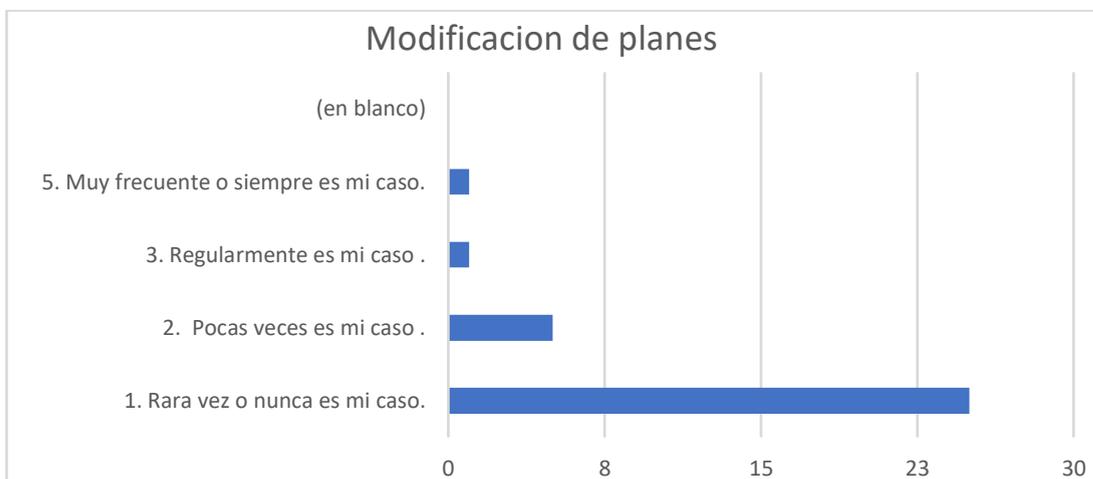
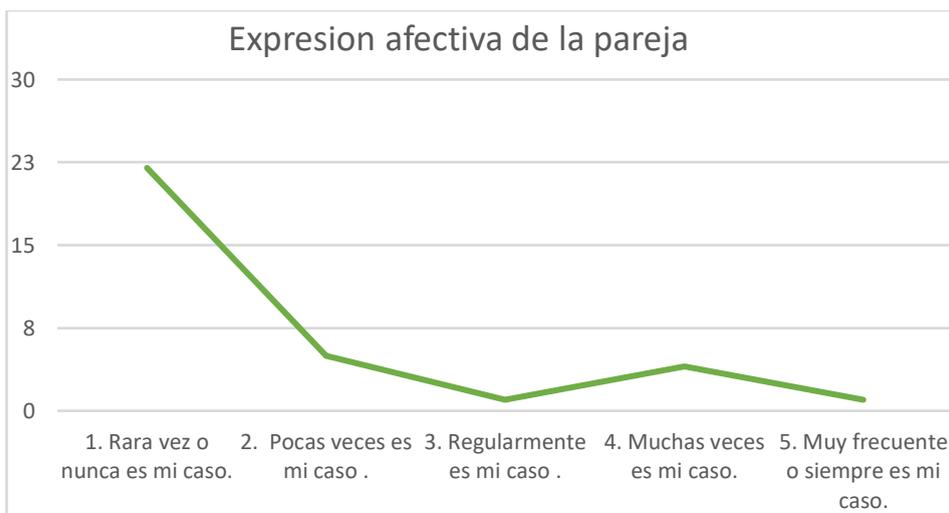
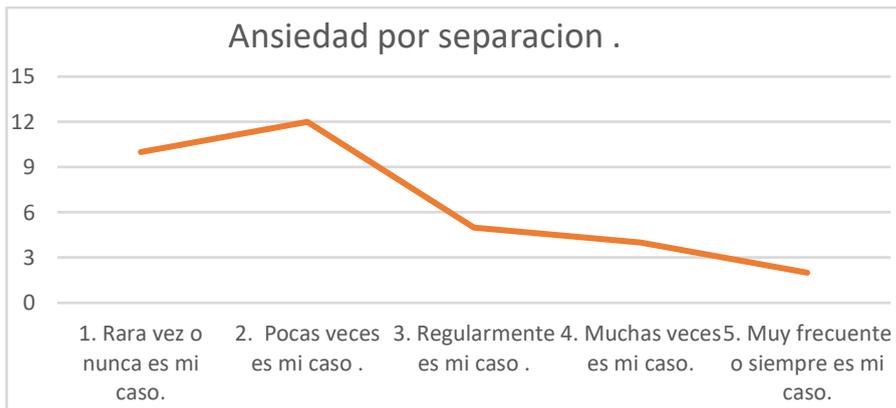


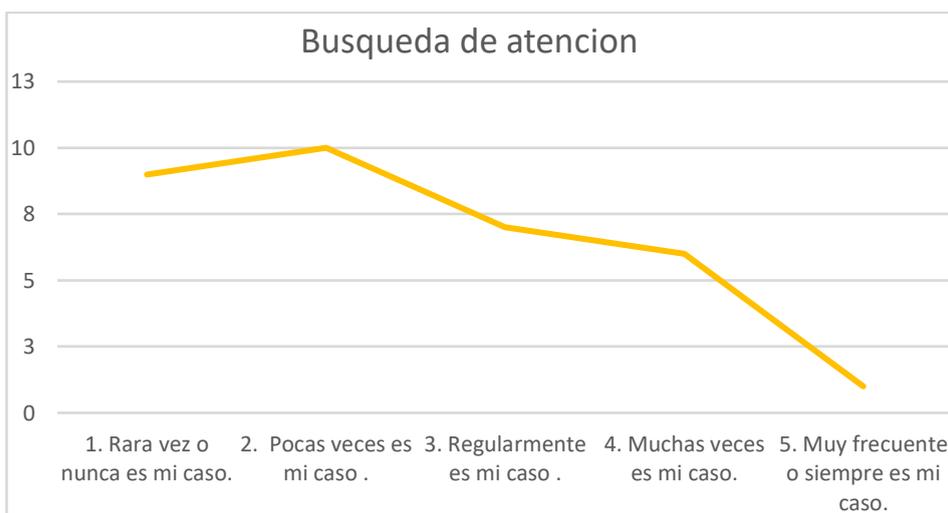
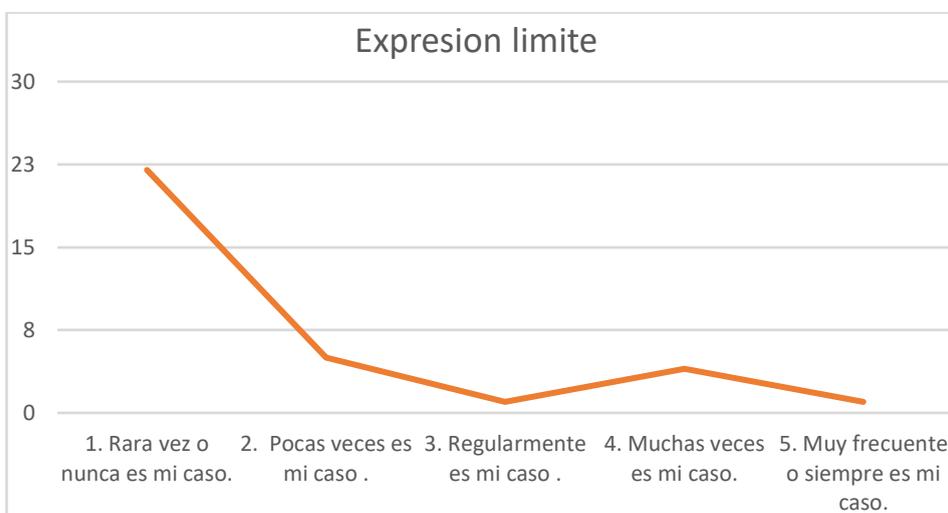
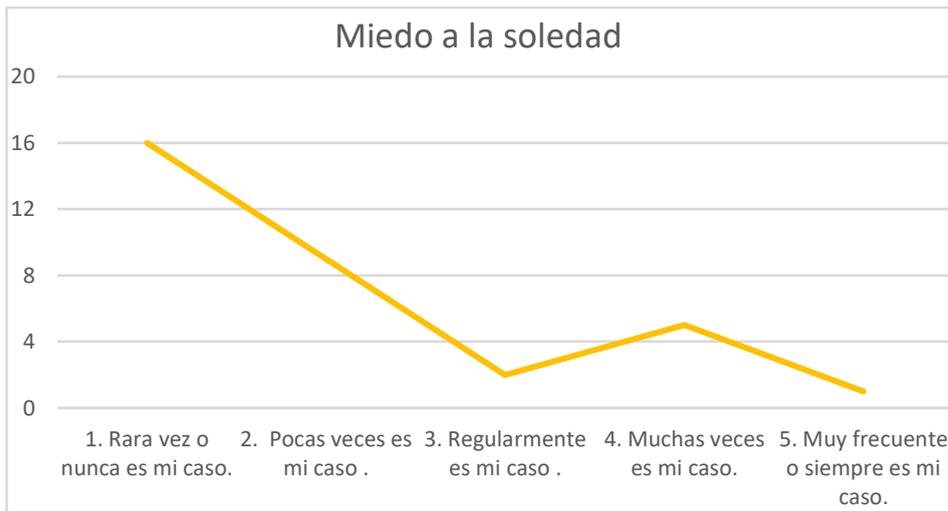
En cuanto a género hubo mayor presencia del género femenino con más del 50% en relación con el género masculino.



El 54,4% de los encuestados se encuentran actualmente casados, el otro 33,3% restante es soltero y el solamente el 12,1% divorciado.

El cuestionario de dependencia emocional CDE

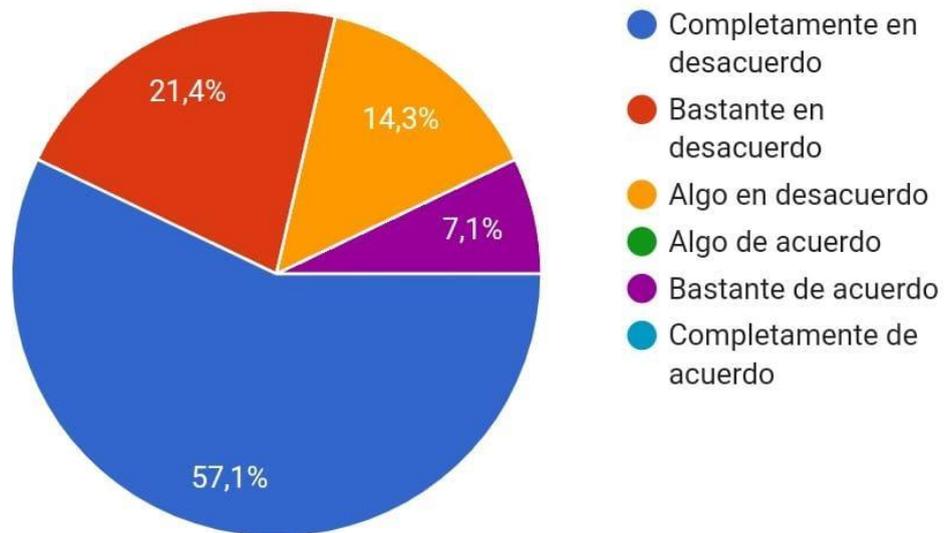




En el análisis de los cuestionarios aplicados a individuos de entre 40 a 50 años, se evidencia la existencia de uno de los factores que hace evidenciar el miedo a la soledad que de cierta forma se encuentra ligada a la ansiedad por separación, es decir que los

individuos llegan a desarrollar estrategias con el fin de salvaguardar y preservar sus relaciones afectivas.

Cuestionario del apego adulto de Melero y Cantero



Según los datos proporcionados, se observa que aproximadamente el 57.1% de las parejas casadas en la encuesta exhiben un estilo de apego ansioso, lo que sugiere una mayor necesidad de cercanía emocional y una preocupación por la disponibilidad y el compromiso de la pareja. Se evidencia el 21,4%, 14,3% y 7,1% dentro de este porcentaje restante se encuentren combinaciones de diferentes estilos de apego, como una combinación de ansioso-evitativo y seguro. Estos estilos de apego mixtos pueden variar en función de las experiencias individuales y las dinámicas de la relación.

XV. Principales logros de aprendizaje.

Es oportuno mencionar que uno de los aprendizajes de esta investigación, es promover estrategias que ayuden a los individuos a desarrollar las principales técnicas de afrontamiento para la dependencia emocional, ya que se encuentra relacionada con alguno de los factores que son la ansiedad por separación, el miedo a la soledad, miedo al abandono, búsqueda de atención y la poca expresión afectiva esto implica comprender el desarrollo de la configuración de ciertos apegos patológicos.

Se analizó la dependencia emocional y la relación existente con ciertos estilos de apego la mayoría de los encuestados mostraron el miedo a al abandono y la búsqueda constante de atención y les cuesta expresar sus emociones hacia su pareja y su círculo social, lo que se encuentra vinculado al apego ansioso y evitativo.

En la investigación se evidencio que como resultado de la dependencia emocional algunos sujetos muestran: ansiedad, preocupación, miedo al abandono, temor al rechazo, pensamientos obsesivos, alteraciones de sueño, miedo a la perdida de sus seres queridos e inclusive llegar al abandono, falta de autonomía emocional y descuido de sus proyectos personales y depresión, esto genera un gran impacto a nivel de salud mental.

XVI. Conclusiones y recomendaciones.

Conclusiones

La dependencia emocional y el apego pueden tener un impacto en las relaciones de pareja en adultos mayores, es esencial abordar estos patrones de apego y buscar estrategias para fomentar la autonomía emocional y la comunicación saludable en la relación, la terapia y el apoyo profesional pueden ser recursos valiosos para ayudar a los adultos a explorar y abordar estos desafíos, fortaleciendo así su relación en esta etapa de la vida.

Los patrones de apego también desempeñan un papel importante en las relaciones de pareja. Los adultos pueden mostrar estilos de apego seguro, ansioso o evitativo, que afectan la forma en que se relacionan y se conectan con sus cónyuges, aquellos con un apego seguro suelen experimentar relaciones más saludables y equilibradas, con una comunicación abierta y una mayor intimidad emocional, por otro lado, los adultos mayores con apego ansioso pueden tener una dependencia excesiva de su cónyuge y un miedo intenso al abandono, lo que puede generar conflicto y estrés en la relación, los adultos mayores con un apego evitativo pueden mostrar dificultades para establecer una conexión emocional profunda y pueden mostrar tendencia a la independencia emocional.

En la investigación sobre la dependencia emocional y el apego en adultos, se encontraron rasgos que indican la presencia de dependencia emocional, estos rasgos incluyen una necesidad apremiante de tener pareja y experimentar dolor ante su ausencia, así como una sensación de pérdida y desorientación a nivel cognitivo, se ha observado que la dependencia emocional puede manifestarse como sumisión al otro, generando percepciones clínicas similares a una adicción física o psicológica hacia la persona amada,

los sujetos pueden experimentar alivio cuando tienen a su pareja cerca, y la ausencia de esta puede generar malestar, además, aquellos que muestran dependencia emocional a través de la escala de adicción al amor pueden presentar reacciones fisiológicas, como problemas para conciliar el sueño, con el fin de ejercer cierto control sobre la relación y sobre la persona amada, pueden brindar una atención excesiva y tratar de apoderarse emocionalmente del otro.

Se sugiere aumentar el tamaño de la muestra y aplicarlo en personas de la tercera edad para obtener más información con respecto al tema ya que de esta manera nos facilita el entendimiento de los hallazgos realizados de la presente investigación y hallar nuevos resultados acerca de los cambios psicológicos y emocionales que suceden en esta etapa de la vida.

Para un mejor desarrollo de la investigación creemos que es importante generar espacios de convivencia con grupos de apoyo en casos de dependencia emocional en los que se realice actividades autocuidado, charlas, reuniones para que identifiquen actitudes que pueden generar malestar en las relaciones románticas y brindar las herramientas necesarias para poder establecer vínculos más sanos con su pareja y su grupo social sin alejarse de sus proyectos personales.

Permitir realizar estudios más profundos acerca de los estilos de apego, ya que el tema no posee la suficiente información actualizada y esta sería de mucho interés para futuros estudios.

XVII. Bibliografía

Barroso, O. (2014). EL APEGO ADULTO: LA RELACIÓN DE LOS ESTILOS DE APEGO DESARROLLADOS EN LA INFANCIA EN LA ELECCIÓN Y LAS DINÁMICAS DE PAREJA. *Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia*, 4(1), 1-25.

Bowlby, J. (1986). *Vínculos afectivos formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata, S. L.

C, M. (2014). Apego y pérdida: redescubrimiento a John Bowlby. *Revista chilena de pediatría*, 265- 268.

- Davila, Y. (2015). La influencia de la familia en el desarrollo del apego . *Anales*, 121-130.
- Garaigordobil, M. (2013). Sexismo y apego inseguro en la relación de pareja. *Revista Mexicana de Psicología*, 30(1), 53-60.
- Guzmán , M., & Contreras, P. (2012). Estilos de Apego en Relaciones de Pareja y su Asociación con la Satisfacción Marital. *PSYKHE*, 21(1), 69-82.
- Inec. (2 de Junio de 2017). *Instituto nacional de estadísticas y censos*. Obtenido de Instituto nacional de estadísticas y censos:
<https://www.ecuadorencifras.gob.ec/los-divorcios-crecieron-8345-en-diez-anos-en-ecuador/>
- J, P. (2006). Apego adulto: Los modelos internos y la teoría de la mente. *Redalyc*, 201-206.
- L, G. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. *Latinoamericana de psicología*, 493- 507.
- Laura, R. (2021). Mary Ainsworth: La madre de la teoría del apego. *Psyciencia*.
- Lemos, M., & Londoño, N. (2006). Construcción y Validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Redalyc*, 127- 140.
- Manuchin, S. (1983). *Técnicas de terapia familiar*. Barcelona: Paidós Iberica S A.
- Mariantonia Lemos, C. V.-V.-C. (2019). Invarianza del Cuestionario de Dependencia Emocional entre sexos y situación sentimental en universitarios. *Revista de Psicología (PUCP)*.
- Massa, J., Pat, Y., Keb, R., Canto, M., & Carvajal, N. C. (2011). La definición de amor y dependencia emocional . *Psicología Iztacala*, 176- 192.
- Miranda, O. M. (2018). Vínculo afectivo y Calidad de la relación en parejas establecidas de una Universidad de Piura. *revista Paian*, 15-26.
- Momeñe, J., & Estevez, A. (2018). Los estilos de crianza parentales como predictores del apego adulto de la dependencia emocional y del abuso psicológico en las relaciones de parejas adultas. *Behavioral Psychology*, 359- 377.

- Moneta, M. (2014). Apego y perdida: redescubriendo a John Bowlby. *Rev chil pediatr*, 265- 268.
- Pérez, G., Peralta, V., Estrada, S., García, L., & Tuz, M. (2019). Estilos de apego en la relación de pareja de hombres y mujeres en la adultez temprana y adultez media. *Calidad de vida y salud*, 12(2), 2-15.
- Perez, G., Peralta, V., Estrada, S., Garcia, L., & Tuz., M. (2019). Estilos de apego en la relacion de pareja de hombres y mujeres en la edad adulta temprano y adultez media. *Calidad de vida y salud*, 2- 15.
- Quintero, J. (2007). Teoria de las necesidades de Maslow. *Angarita*

