

<https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2069>

Artículos científicos

Dependiómetro: una alternativa instrumental para evaluar dependencia emocional hacia la pareja en jóvenes

***Dependimeter: an instrumental alternative to evaluate emotional
dependence on the partner in young people***

***Dependiômetro: uma alternativa instrumental para avaliar a dependência
emocional do parceiro em jovens***

Diana Pérez-Pimienta

Universidad Autónoma de Nayarit, Unidad Académica de Ciencias Sociales, México

diana.perez@uan.edu.mx

<https://orcid.org/0000-0002-1936-634X>

Luis Felipe García y Barragán

Universidad de Guanajuato, Departamento de Psicología, México

luisgyb@ugto.mx

<https://orcid.org/0000-0002-1328-9814>

Resumen

El objetivo del presente estudio fue construir y validar una escala (dependiómetro) que presente las diferentes manifestaciones de dependencia emocional hacia la pareja que tienen los jóvenes, y para lograrlo se realizó un estudio cuantitativo, transversal y psicométrico mediante la aplicación de una escala para evaluar dependencia emocional hacia la pareja a una muestra de 576 jóvenes universitarios entre 18 a 25 años. A partir de ello, se logró diseñar una escala que integra de forma ascendente conforme al nivel de intensidad, las manifestaciones de dependencia emocional en los diferentes componentes (afectivo, cognitivo, comportamental, y motivacional). Los resultados permiten concluir que el dependiómetro puede emplearse como una primera aproximación de la evaluación de dependencia emocional hacia la pareja en jóvenes, ya que integra aspectos o áreas claves en la vida de dicha población.



Palabras clave: Dependencia emocional, escala, jóvenes, relaciones de pareja

Abstract

The objective of the present study was to construct and validate a scale (dependentiometer) that presents the different manifestations of emotional dependence towards the partner that young people have, and to achieve this, a quantitative, cross-sectional and psychometric study was carried out by applying a scale to evaluate emotional dependence towards the partner to a sample 576 young university students between 18 and 25 years old. From this, it was possible to design a scale that integrates in an ascending way according to the level of intensity, the manifestations of emotional dependence in the different components (affective, cognitive, behavioral, and motivational). The results allow us to conclude that the dependence meter can be used as a first approximation to the evaluation of emotional dependence on the partner in young people, since it integrates key aspects or areas in the life of said population.

Key words: Emotional dependency, scale, young people, couple relationships.

Resumo

O objetivo do presente estudo foi construir e validar uma escala (dependiômetro) que apresente as diferentes manifestações de dependência emocional do parceiro que os jovens possuem e, para isso, foi realizado um estudo quantitativo, transversal e psicométrico por aplicação de uma escala para avaliar a dependência emocional do parceiro numa amostra de 576 jovens universitários entre os 18 e os 25 anos. A partir disso, foi possível desenhar uma escala que integra de forma ascendente de acordo com o nível de intensidade, as manifestações de dependência emocional nos diferentes componentes (afetivo, cognitivo, comportamental e motivacional). Os resultados permitem-nos concluir que o medidor de dependência pode ser utilizado como uma primeira aproximação à avaliação da dependência emocional do parceiro em jovens, uma vez que integra aspectos ou áreas chave na vida dessa população.

Palavras-chave: Dependência emocional, escala, jovens, relações de casal

Fecha Recepción: Enero 2024

Fecha Aceptación: Julio 2024



Introducción

En general, cuando se habla de las relaciones amorosas, puede establecerse que la mayoría de las relaciones tienen ciertos elementos dependientes, sin que esto implique patología, sino por el contrario, es adaptativo y esperado sobre todo en las primeras etapas de una relación, como el enamoramiento (Castelló, 2005; Schaeffer, 1992). Sin embargo, cuando esta dependencia es excesiva, las relaciones dejan de ser saludables y se adquiere un contexto negativo para el desarrollo de la relación (Urbiola *et al.*, 2017) como sucede en la dependencia emocional.

La dependencia emocional se refiere a un patrón de comportamiento en el cual las necesidades afectivas se perciben insatisfechas y se manifiestan de forma extrema hacia otra persona, lo cual conlleva a desarrollar ciertas características dependientes, Castelló (2005). Dicho concepto se ha estudiado indirectamente mediante conceptos afines (adicción al amor, apego, bidependencia, codependencia) (Sirvent & Moral, 2007; Castelló, 2000; 2005; 2012). Dichos conceptos son de utilidad para conocer a mayor profundidad la dependencia emocional, principalmente porque proporcionan un marco de referencia para su comprensión, evaluación y tratamiento, no obstante, ninguno de ellos es enteramente sinónimo de la dependencia emocional (Castelló, 2000; 2005; 2012).

Como resultado de un análisis teórico realizado sobre los conceptos afines a la dependencia emocional en la tabla 1, se pueden encontrar dichos conceptos con su definición, similitudes y diferencias.

Tabla 1. Delimitación de la dependencia emocional con conceptos afines

Concepto	Definición	Similitudes con la DE	Diferencias con la DE
Adicción al amor	Persona que depende o está totalmente enamorada de otra persona, en la cual se desarrollan una serie de comportamientos obsesivos y compulsivos centrados en cuidar de ella, mostrando excitación y anticipación ante su presencia (Coria y Paredes, 2010; Mellody <i>et al.</i> , 2012).	Las dos son consideradas dependencias sentimentales, la DE comparte características con el proceso adictivo de una persona, ya que en ambas se observa la preocupación excesiva hacia la otra persona y anticipación de una posible separación (Moral & Sirvent, 2008).	La DE es un trastorno de personalidad específico, por lo cual es más complejo, prolongado, y tiene afectación en diversas áreas de la vida del sujeto (Castelló, 2005).
Apego	“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” (Bowlby, 1973, p. 292).	En ambos existe una necesidad excesiva, así como deseo de acceder a la persona, además proporcionan una visión conductual del vínculo establecido (Castelló, 2000; 2005; 2012).	El apego dispone de un mayor enfoque conductual, a diferencia de la DE, que tiene un mayor énfasis en el enfoque afectivo (Castelló, 2005).
Bidependencia	Tipo de dependencia relacional, que suelen desarrollarla las personas adictas o ex adictas a sustancias, en la cual la relación del bidependiente con la persona con la que depende, se parece a la que mantiene con la sustancia, y suele ser más común encontrarla en mujeres (Sirvent & Moral, 2007).	Ambas son dependencias relacionales, que se destacan por tener necesidad del otro, delegación de toma de decisiones, falta de autonomía, minimizar los defectos de la pareja, sensación de inescapabilidad y vacío emocional (Sirvent y Moral, 2007; Sirvent <i>et al.</i> , 2009).	La bidependencia se refiere a una coadición, en la cual es necesaria la existencia de una persona adicta o exadicta a sustancias y la DE, es una dependencia sentimental, comprendida por sujetos no adictos (Sirvent y Moral 2007; Sirvent, 2004).
Codependencia	Persona caracterizada por mostrar estados de insatisfacción y sufrimiento, centrado en ocuparse de las	Mantienen características paralelas como: baja autoestima, desarrollo de relaciones	La codependencia está condicionada por la relación con una persona en posición de

	necesidades de otros, dejando en segundo plano las propias (Noriega, 2011).	destructivas subordinación, temor al abandono o rechazo (Castelló, 2005).	vulnerabilidad, y los DE, tienden a involucrarse con personas con una personalidad controladora, narcisista, que son capaces de llegar a la violencia, o incluso pueden estar solos (Castelló, 2005).
--	---	---	---

Nota. Elaboración propia. Se utilizó la abreviatura DE para referirse a la Dependencia emocional.

Como puede observarse, la dependencia emocional no se trata de un simple mal de amores o mala suerte para encontrar pareja, sino de una patología, que conlleva signos y síntomas, los cuales conducen a un deterioro significativo en actividades o áreas importantes de la vida de la persona que lo padece (Castelló, 2005; 2012). Los dependientes emocionales convierten a la pareja en el centro de su vida, lo cual provoca que la pongan en primer lugar, olvidándose de sus propias necesidades y ocasionando conflictos con otras personas significativas o en los demás contextos de su vida, como la escuela, los amigos o el trabajo (Castelló, 2005; 2012). Una de las consecuencias más comunes de vivir constantemente centrado en la otra persona, será el establecimiento de relaciones desequilibradas, en las cuales, el dependiente ocupa un papel pasivo que viene acompañado de baja autoestima, culpa, vacío y miedo al abandono (Castelló, 2005; Moral & Sirvent, 2008) siendo bastante común que se involucren con parejas violentas y narcisistas (Castelló, 2005; 2012; Aiquipa, 2015).

Resulta conveniente crear líneas de investigación que abran nuevas posibilidades de identificación y evaluación de las manifestaciones de dependencia emocional para la población de jóvenes, ya que, aunque existen diversos instrumentos y escalas para evaluarla (Bornstein *et al.*, 2002; Lemos & Londoño, 2006; Sirvent & Moral, 2007; Aiquipa, 2012; Urbiola *et al.*, 2014) la mayoría de ellos, están dirigidos a una población con un rango de edad mayor, más que a un sector específico de la población, por lo cual no integran ámbitos importantes de la vida de los jóvenes. Por otro lado, también se establece que una mayor accesibilidad y facilidad de comprensión en el dependiómetro, favorecerá a la auto identificación de manifestaciones de dependencia emocional hacia la pareja en los jóvenes o bien la identificación de dichas manifestaciones en sus parejas.

Método

Tipo de estudio

El estudio se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo de investigación, con un diseño no experimental, transversal y de corte psicométrico por medio de la aplicación de la Escala de Dependencia Emocional hacia la Pareja en jóvenes (EDEP-Jóvenes) (Pérez-Pimienta, *et al.*, 2024) validada en población mexicana, y por tanto involucrando áreas importantes en la vida de la población objetivo, a una muestra de 576 jóvenes universitarios entre 18 a 25 años jóvenes inscritos en una Universidad pública del estado de Guanajuato. El desarrollo de la escala implicó una revisión exhaustiva de la literatura existente, seguido de un análisis estadístico y un proceso de validación de contenido. El objetivo del estudio fue construir y validar una escala (dependiómetro) que presente las diferentes manifestaciones de dependencia emocional hacia la pareja que tienen los jóvenes.

Participantes

Se construyó una muestra incidental o por conveniencia de 576 jóvenes (en las ciudades de Guanajuato, León, Irapuato, Salamanca, Celaya y Salvatierra) con edades comprendidas entre los 18 a los 25 años de edad y que al menos hubieran tenido una relación amorosa (novio(a), free, amigovio(a), etc.) en su vida, aunque en el momento de la aplicación no la tuvieran. En cuanto al sexo, se obtuvo un mayor porcentaje de mujeres con el 75.2% de respondientes, mientras que los hombres representaron el 24.8% de la muestra total. Con relación al estado civil, hubo un mayor porcentaje de solteros(as) con el 91.1%, seguido de unión libre con el 4.9%, posteriormente casado(a) con el 3.6%, por último, divorciado(a)/separado(a) con el 1% de los respondientes. Con respecto, a si tenían pareja al momento de la aplicación, se distribuyó con el 54.4% de respondientes con pareja, y el 45.6% respondieron que no tenían pareja. Dicha distribución de la muestra por sexo, estado civil y si tenían pareja al momento de la aplicación, se ilustra en la tabla 2.

Tabla 2. Distribución de la muestra por sexo, estado civil y si tenían pareja al momento de la aplicación

Características sociodemográficas	Porcentajes (%)
Sexo	Mujeres (75.2%)
	Hombres (24.8%)
Estado civil	Solteros(as) (91.1%)
	Unión libre (4.9%)
	Otro (2.3%)
	Casado(a) (1.7%)
Pareja	Con pareja (54.9%)
	Sin pareja (45.1%)

Nota. Elaboración propia.

Técnicas e instrumentos de investigación

La escala de dependencia emocional hacia la pareja en jóvenes (EDEP-J) (Pérez-Pimienta, *et al.*, 2024) (véase Apéndice 1) es una prueba que fue construida y validada en población mexicana, contiene 24 ítems cuyas opciones de respuesta van de 1, Nunca o rara vez, hasta 4, Frecuentemente o siempre. La escala está integrada por 6 subescalas: Prioridad de la pareja (ítems 1-7), Miedo a la ruptura (ítems 8-11), Relaciones desequilibradas (ítems 12-14), Miedo a la soledad (ítems 15-17), Necesidad de acceso constantes (ítems 18-21) y Sumisión hacia la pareja (ítems 22-24), con un coeficiente de consistencia interna total de la prueba Omega de .73.

Consideraciones éticas

Atendiendo el aspecto ético en la realización de esta investigación, se tuvo en cuenta las consideraciones siguientes: ya que se trabajó con participantes con mayoría de edad, se les presentó un consentimiento informado, en el cual se describía que la información recogida sería tratada de manera confidencial, anónima, y analizada en conjunto para publicaciones científicas y difusión en congresos especializados, pero que bajo ningún caso se publicarían resultados individuales ni ningún tipo de información que pudiera identificarles. También se les mencionó que su participación sería estrictamente voluntaria y podrían retirarse en cualquier momento sin tener que dar explicaciones ni sufrir ninguna penalización por ello.

Procedimiento

Se utilizó en un primer momento, la vinculación con los rectores de los campus, los cuales, a su vez, derivaron el formulario con la escala a los directores de división y de departamento. Posterior a ello, fue necesario presentarse salón por salón para acelerar la obtención de las respuestas. La aplicación de la escala fue realizada en los meses de agosto y septiembre de 2023, por medio de un formulario de Google, al acceder a la escala, se describía el objeto de estudio, y el consentimiento informado refiriendo la naturaleza voluntaria de la participación, confidencialidad de los datos y anonimato de las respuestas.

Análisis de datos

El procedimiento de recogida de información se llevó a cabo entre los meses agosto y septiembre de 2023 con la aplicación de la escala de dependencia emocional hacia la pareja (EDEP-J) trasladada a un formulario de Google para su difusión y respuesta. El proceso de respuesta aproximada fue de 25 minutos. Posteriormente se descargó la base de datos en el programa Excel y luego se procesaron los datos al Programa estadístico IBM SPSS Statistics (Versión 26.0) (IBM Corp., 2019).

Resultados

Con base en los datos obtenidos en la aplicación a la muestra de 576 jóvenes de la Escala de Dependencia Emocional hacia la Pareja (EDEP-J) ((Pérez-Pimienta, *et al.*, 2024), la cual cuenta con 24 ítems y cuatro alternativas de respuesta, se inició la creación del dependiómetro obteniendo las medias de las respuestas obtenidas en cada uno de los ítems, y ordenándolos de mayor a menor, y segmentándolos en 10 puntos de corte haciendo uso de los deciles (medida estadística que divide un conjunto de datos en diez partes iguales) con lo cual, pudieron obtenerse 10 manifestaciones de dependencia emocional hacia la pareja.

Derivado de la revisión de la literatura existente, se seleccionaron y agregaron 7 ítems más, con el objetivo de robustecer el dependiómetro. A partir de ello, resultaron 17 ítems, los cuales se ordenaron ascendentemente de acuerdo al nivel de intensidad de dependencia emocional, lo cual se puede observar en la tabla 3.

Tabla 3. Estadísticos por ítem (Dependiómetro)

Ítem	Media	Decil
He amenazado con hacerme daño, sí mi pareja intenta dejarme.	1.056	
He hecho cosas en las que pude haber resultado herido (beber en exceso, consumir sustancias, conducir a alta velocidad, cutting) para llamar la atención de mi pareja /para evitar su abandono.	1.223	10
He llegado a pensar que mi vida dejaría de tener sentido sin mi pareja.	1.313	
Cuando tengo pareja, descuido mi vida académica y/o laboral.	1.326	20
Evito discutir con mi pareja, por miedo a que me deje.	1.336	
Dejo de hacer cosas importantes para mí para estar o hacer las que mi pareja desea.	1.385	30
He eliminado amigos, fotos o comentarios de mis redes sociales, o de mi celular porque mi pareja me lo ha pedido	1.452	
Cuando tengo pareja, hago a un lado a mis familiares y amistades.	1.491	40
Me siento desprotegido(a) cuando estoy solo(a).	1.572	50
Prefiero estar en una relación de pareja que estar solo(a).	1.650	60
Cuando discuto con mi pareja, pierdo el interés en las cosas que me gustan.	1.799	70
Me pone ansioso(a) si mi pareja tarda en contestarme, o está en línea y no habla conmigo pronto.	1.883	
Las personas que me conocen, consideran que he tenido relaciones dañinas (tóxicas).	1.912	
Me preocupa que mi pareja deje de quererme.	1.942	80
Siento que, en alguna relación de pareja, estuve más tiempo del que debí.	2.103	90
Frecuentemente siento deseos de saber cómo está y que está haciendo mi pareja en el transcurso del día.	2.434	
Cuando estoy en pareja me siento completo(a) o pleno(a).	2.766	100

Nota. Elaboración propia.

Después de la identificación de los 17 ítems de dependencia emocional hacia la pareja en jóvenes, y ordenarlos de acuerdo a su nivel de intensidad, se procedió a la categorización de cada uno de los ítems en expresiones o manifestaciones en las cuales se vea reflejada de manera clara y concisa el significado del ítem para los jóvenes.

Finalmente, se revisaron las 17 manifestaciones, por parte de tres jueces expertos, para la obtención de la validez de contenido de la escala. Se les proporcionó una plantilla, describiendo el contexto de la investigación, las definiciones teóricas sobre el constructo dependencia emocional y los componentes cognitivo, conductual, afectivo y motivacional. Los jueces debían puntuar las manifestaciones de acuerdo a relevancia y claridad, que incluían cinco alternativas de puntuación para cada uno de los reactivos, que iban desde no es claro ni relevante y debe ser totalmente modificado (1 punto), hasta es muy claro y relevante (5 puntos), así como dar propuestas de mejora.

Para dar respuesta al grado de acuerdo inter jueces se utilizó la prueba W de Kendall, arrojando un índice de .386, lo cual según Dubé (2008) es justo o correcto, con lo cual se puede afirmar que existe un nivel de concordancia adecuado, resultando una escala, que, según la opinión de los jueces, está constituida por manifestaciones claras y relevantes.

En la tabla 4, se ilustra como quedó conformado el dependiómetro de acuerdo a las manifestaciones de dependencia emocional hacia la pareja y ordenarlos de forma ascendente de acuerdo con los niveles de intensidad. También se abordan aspectos cognitivos, afectivos, motivacionales y comportamentales. En el nivel cognitivo, se caracteriza por pensamientos recurrentes sobre la pareja y necesidad constante de su aprobación para la autoestima. A nivel afectivo, se manifiesta en sentimientos de vacío y desesperanza durante los conflictos o distanciamientos, y la creencia de que la vida solo tiene sentido con la pareja. En el nivel motivacional, se observa un miedo constante al abandono y dificultad para terminar relaciones y el nivel comportamental incluye conductas arriesgadas para llamar la atención, actitudes de sumisión, descuido de necesidades personales, permisividad y justificación del control, aislamiento social y necesidad constante de contacto

Finalmente, en el Apéndice 2, se puede encontrar el dependiómetro como material o herramienta para difusión, en el cual se describe las manifestaciones de la dependencia emocional hacia la pareja y enfatizando la urgencia de buscar ayuda profesional, ya que la dependencia emocional puede intensificarse y representar un peligro para la vida del individuo. Se señalan tres colores: Rojo (Urgente) indica que la vida de la persona está en peligro debido a su dependencia emocional, sugiriendo una situación crítica que requiere

intervención inmediata por parte de un profesional para prevenir daños mayores. Amarillo (Alerta) señala que la dependencia emocional está aumentando, necesitando medidas para evitar que la situación empeore, por lo que se debe estar vigilante y buscar ayuda para abordar los problemas antes de que se conviertan en una crisis. Verde (Reacciona) sugiere que la persona debe actuar y buscar la ayuda de un experto, indicando que ya se han identificado signos de dependencia emocional y es importante intervenir pronto para evitar el progreso hacia una situación más grave.

Tabla 4. Dependiómetro

Dependiómetro	
Componente	Manifestaciones de dependencia emocional hacia la pareja
Comportamental	Amenazar o autolesionarme para evitar su abandono (amenazar con hacerse daño, cutting)
Comportamental	Tengo conductas arriesgadas por llamar la atención de mi pareja (consumir sustancias tóxicas, conducir a alta velocidad, salir de auto en movimiento en una discusión, ponerse en situaciones de peligro)
Cognitivo/ Afectivo	Siento que la vida solo tiene sentido con mi pareja
Comportamental	Permito que la relación dañe otros ámbitos de mi vida (escolar, familiar, laboral, social, personal)
Comportamental	Desarrollo actitudes de sumisión en la relación (permitir malos tratos, justificar sus actos, no decir lo que se piensa)
Comportamental	Descuido mis necesidades y desarrollo por darle prioridad a mi pareja (olvidarse de los propios pasatiempos, metas, superación)
Motivacional	Permito y/o justifico comportamientos de control o celos por parte de mi pareja
Comportamental	Me alejo de los demás a causa de mi pareja
Motivacional	La opinión de mi pareja influye en mi autoestima (buscar su aprobación frecuentemente)
Motivacional	Tengo dificultad para estar sin mi pareja
Afectivo	Siento vacío y/o desesperanza cuando discuto con mi pareja o nos alejamos
Motivacional	Busco la manera de estar en contacto frecuentemente con mi pareja (redes sociales, llamadas, mensajes, visitas)
Comportamental	He tenido relaciones tóxicas (mayores momentos desagradables en contraste con los positivos en una relación)
Cognitivo/ Afectivo	Tengo preocupación constante por perder a mi pareja o que me deje
Comportamental	Se me dificulta terminar mis relaciones de pareja cuando necesito hacerlo
Cognitivo	Pienso en exceso en mi pareja durante mis días
Afectivo	Considero que solo con mi pareja me siento complementado/a.

Nota. Elaboración propia.

Discusión

La dependencia emocional en una relación de pareja es un fenómeno complejo que puede tener un impacto significativo en la salud emocional y la calidad de vida de las personas. La comprensión de este fenómeno y la búsqueda de ayuda terapéutica cuando sea necesario pueden contribuir a relaciones más saludables y satisfactorias.

Para lograr el objetivo central del estudio, que es la construcción y validación de una escala que presente las diferentes manifestaciones de dependencia emocional hacia la pareja que tienen los jóvenes, fue necesaria la aplicación de la EDEP-J, su segmentación en 10 puntos y la inclusión de 7 respuestas más de forma intercalada derivada de la revisión de la literatura, lo cual hizo posible un dependiómetro integrado por 17 manifestaciones, presentadas de forma ascendente. Los resultados indican que la dependencia emocional afecta el funcionamiento global de la persona; lo cual implica que no solo el componente afectivo es el involucrado (Bornstein, 1993) sino en su conjunto, los componentes: afectivo, cognitivo, comportamental y motivacional, impactando en diversas áreas como la familiar, social, laboral o académica, al otorgar a la otra persona, el control de su vida (Castelló, 2005; Moral & Sirvent, 2008; Aiquipa, 2015).

Los resultados permiten conjeturar que el dependiómetro posee algunas bondades, en primer lugar, integra áreas claves de la vida de los jóvenes, con la inclusión de aspectos importantes de la vida en dicha población, como los medios digitales (ej. teléfono, redes sociales, mensajes) así como la adopción de términos populares en su lenguaje (ej. relaciones tóxicas, cutting). En segundo lugar, el dependiómetro, se trata de un material gráfico para el cual no es necesario que se encuentre un examinador presente para su aplicación, ya que las manifestaciones son expresadas lo suficientemente claras y sin ambigüedades para ser entendidas por la población objetivo, lo cual hace que pueda emplearse como una primera evaluación de dependencia emocional hacia la pareja en jóvenes, y subsiguientemente, dependiendo de la ubicación en el dependiómetro de acuerdo al nivel de intensidad (ascendente), se proseguirá al apoyo de algún experto de la salud mental.

Conclusiones

A pesar de que el término "dependiómetro" no es un concepto ampliamente reconocido en la literatura o la terminología común, los resultados permiten conjeturar que el dependiómetro puede emplearse como una herramienta válida y confiable para evaluar la dependencia emocional hacia la pareja en jóvenes.

La prospectiva futura del estudio es abordar políticas públicas dirigidas a dicha población, especialmente con respecto a políticas que brinden acceso a servicios de salud mental, campañas de concienciación y programas de apoyo específicos para problemas de salud mental que afectan a los jóvenes. Un tema central a integrar en dichas políticas es con respecto a consecuencias indeseables de la dependencia emocional, como lo puede ser la violencia en el noviazgo, ya que como se ha comentado, las personas con dependencia emocional, frecuentemente se relacionan con personas narcisistas, capaces inclusive de ser violentas. En cuanto al área de la educación, se podrían implementar materias curriculares u optativas en escuelas que aborden el tema, así como, la impartición de conferencias, charlas informativas, talleres entre otras. Lanzar campañas mediáticas a nivel nacional que promuevan relaciones saludables, respetuosas y libres de violencia, utilizando diferentes plataformas y medios para llegar a los jóvenes y crear conciencia sobre este problema.

Por otro lado, trabajar por una mayor accesibilidad a recursos de apoyo, como asesorías psicológicas y jurídicas, establecer líneas telefónicas que brinden el apoyo psicológico y/o informativo sobre la ruta de acción en caso de ser víctimas de violencia en el noviazgo.

Futuras líneas de investigación

Se recomienda seguir en el análisis de los niveles de intensidad de las conductas dependientes, desde los distintos componentes (cognitivo, motivacional, afectivo y cognitivo), ya que es escasa la literatura que los aborde en relación a la dependencia emocional. La prospectiva del presente estudio, es realizar una segunda fase, en la cual se agregue un tercer apartado en el dependiómetro integrando sugerencias específicas según cada manifestación y que apoyen a la prevención primaria o a la post intervención,

Agradecimientos

Agradecimiento al Instituto para el Desarrollo y Atención a las Juventudes del Estado de Guanajuato (JUVENTUDES-GTO), por el apoyo económico otorgado para la realización de esta investigación, con base en el programa QC3767-2023 Investigación y Políticas Públicas para el Desarrollo y Atención a las Juventudes modalidad II “Apoyo Económico para Persona Investigadora con Estancia Institucional”.

Referencias

- Aiquipa, J. J. (2012). Diseño y validación del inventario de dependencia emocional. *Revista IIPS*, 15(1), 133-145. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v15i1.3673>
- Aiquipa, J. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 412-437. <https://doi.org/10.18800/psico.201502.007>
- Bornstein, R. F. (1993). *The Dependent Personality*. New York: Guilford.
- Bornstein, R. F., Geiselman, K. J., Eisenhart, E. A., & Languirand, M. A. (2002). Validez de constructo de la prueba de perfil de relación: vínculos con apego, identidad, relación y afecto. *Evaluación*, 9(4), 373-381. <https://doi.org/10.1177/1073191102238195>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, vol.2: Separation*. New York: Basic Books. (Trad. Cast.: *La separación afectiva*. Barcelona: Paidós, 1993).
- Castelló, J. (2000). Análisis del concepto “Dependencia emocional” [sesión de conferencia]. Primer congreso virtual de psiquiatría. España. Recuperado de http://www.psiquiatria.com/congreso/mesas/mesa6/conferencias/6_ci_a.htm
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento*. Madrid, España: Psicología Alianza.
- Castelló, J. (2012). *La Superación de la Dependencia Emocional*. Málaga, España: Corona Borealis.
- Coria, G., & Paredes, P. (2010). Del amor y otras adicciones. *Revista de Divulgación Científica y Tecnológica de la Universidad Veracruzana*, 23(1).
- Dubé, J. E. (2008). Evaluación del acuerdo interjueces en investigación clínica. Breve introducción a la confiabilidad interjueces. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 17(1), 75-80. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921796008&idp=1&cid=752761>

- IBM Corp. (2019). IBM SPSS Statistics para Windows (Versión 26.0) [Software informático]. IBM Corp.
- Lemos, M., & Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127-140. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79890212>
- Mansukhani, A. (2018, 19 de marzo). Dependencia emocional [Video]. Conferencias TEDx Malagueta. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=zRj5M-MDzzo>
- Mellody, P., Wells, A., & Miller, J. (2012). *La adicción al amor*. Barcelona, España: Obelisco.
- Moral, M. V., & Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33(2), 150-167. https://www.researchgate.net/publication/274954114_Dependencias_sentimentales_o_afectivas_etiologia_clasificacion_y_evaluacion
- Noriega, G. (2013). *El guion de la codependencia en relaciones de pareja*. Ciudad de México, México: Manual Moderno.
- Pérez-Pimienta, D., García y Barragán, L. F., & Cruz-Torres, C. E. (2024). Construcción y validación de una Escala de Dependencia Emocional hacia la Pareja en Jóvenes mexicanos (EDEP-Jóvenes). *Revista de Psicología y Educación*, 19(2), 86-95. <https://doi.org/10.23923/rpye2024.02.253>
- Schaeffer, B. (1992). *¿Es amor o es adicción?* Minnesota: Hazelden Publishing.
- Siabato, E., & Salamanca, Y. (2015). Factores asociados a ideación suicida en universitarios. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 9(1), 71-81. <https://doi.org/10.21500/19002386.994>
- Sirvent, C. (2004). La adicción al amor y otras dependencias sentimentales. *Encuentros de Profesionales en Drogodependencias y Adicciones, Libro de Actas*, 159-161. Chiclana, España: Servicio Provincial de Drogodependencias.
- Sirvent, C., & Moral, M. V. (2007). Presentación del TDS-10, Test de Dependencias Sentimentales de Sirvent Moral [sesión de conferencia]. 8º Congreso Virtual de Psiquiatría, Interpsiquis, España. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/271511428_Presentacion_del_TDS-100_test_de_dependencias_sentimentales_de_Sirvent_y_Moral_TDS-100_presentation_Sirvent_and_Moral_sentimental_dependencies_test

- Sirvent, C., Moral, M. V., Blanco, P., & Rivas, C. (2009). Sufrimiento psíquico y sentimientos negativos. *Psicología.com*, 13(1), 1-11. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/271512507_Sufrimiento_psiquico_y_sentimientos_negativos_Psychic_suffering_and_negative_feelings
- Urbiola, I., Estévez, A., & Iraurgi, I. (2014). Dependencia emocional en el noviazgo en jóvenes y adolescentes (DEN): Desarrollo y validación de un instrumento. *Ansiedad y Estrés*, 20(2-3), 101-114. https://www.researchgate.net/publication/270048185_Dependencia_Emocional_en_el_Noviazgo_de_Jovenes_y_Adolescentes_DEN_Desarrollo_y_validacion_de_un_instrumento
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., & Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y Estrés*, 23, 6-11. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2016.11.003>

Rol de Contribución	Autor (es)
Conceptualización	Diana Pérez-Pimienta (principal); Luis Felipe García y Barragán
Metodología	Diana Pérez-Pimienta (principal); Luis Felipe García y Barragán
Software	Luis Felipe García y Barragán(principal); Diana Pérez-Pimienta
Validación	Luis Felipe García y Barragán(principal); Diana Pérez-Pimienta
Análisis Formal	Diana Pérez-Pimienta (principal); Luis Felipe García y Barragán
Investigación	Diana Pérez-Pimienta (principal); Luis Felipe García y Barragán
Recursos	Diana Pérez-Pimienta (principal); Luis Felipe García y Barragán
Curación de datos	Diana Pérez-Pimienta (principal); Luis Felipe García y Barragán
Escritura - Preparación del borrador original	Diana Pérez-Pimienta (principal); Luis Felipe García y Barragán
Escritura - Revisión y edición	Diana Pérez-Pimienta (principal); Luis Felipe García y Barragán
Visualización	Diana Pérez-Pimienta
Supervisión	Diana Pérez-Pimienta
Administración de Proyectos	Diana Pérez-Pimienta
Adquisición de fondos	Diana Pérez-Pimienta

Apéndice 1

Escala de Dependencia Emocional hacia la Pareja en Jóvenes (EDEP-Jóvenes) (Pérez-Pimienta, *et al.*, 2024).

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS	
Edad en años:	Sexo: Hombre () Mujer () Otro ()
Estado civil:	¿A qué te dedicas?
Municipio, estado y país de residencia:	¿Tienes pareja actualmente? Si () No ()
En caso de que tengas pareja ¿Desde hace cuánto están juntos? (años y meses)	En caso de no tener pareja ¿Desde hace cuánto estas sin pareja? (años y meses)

**INSTRUCCIONES PARA LOS EXAMINADOS
PARA COMPLETAR LA ESCALA:**

1. Responde las siguientes afirmaciones para describirte con respecto a tus relaciones amorosas o la persona con la que sales, si en este momento te encuentras sin pareja y no estas saliendo con nadie, intenta contestar como te has sentido cuando estás en una.
2. No existen respuestas buenas o malas, correctas ni incorrectas, todo lo que contestes es válido, tampoco hay límite de tiempo para contestar.
3. Lee cada una de las afirmaciones y selecciona la opción de respuesta que te describe mejor.

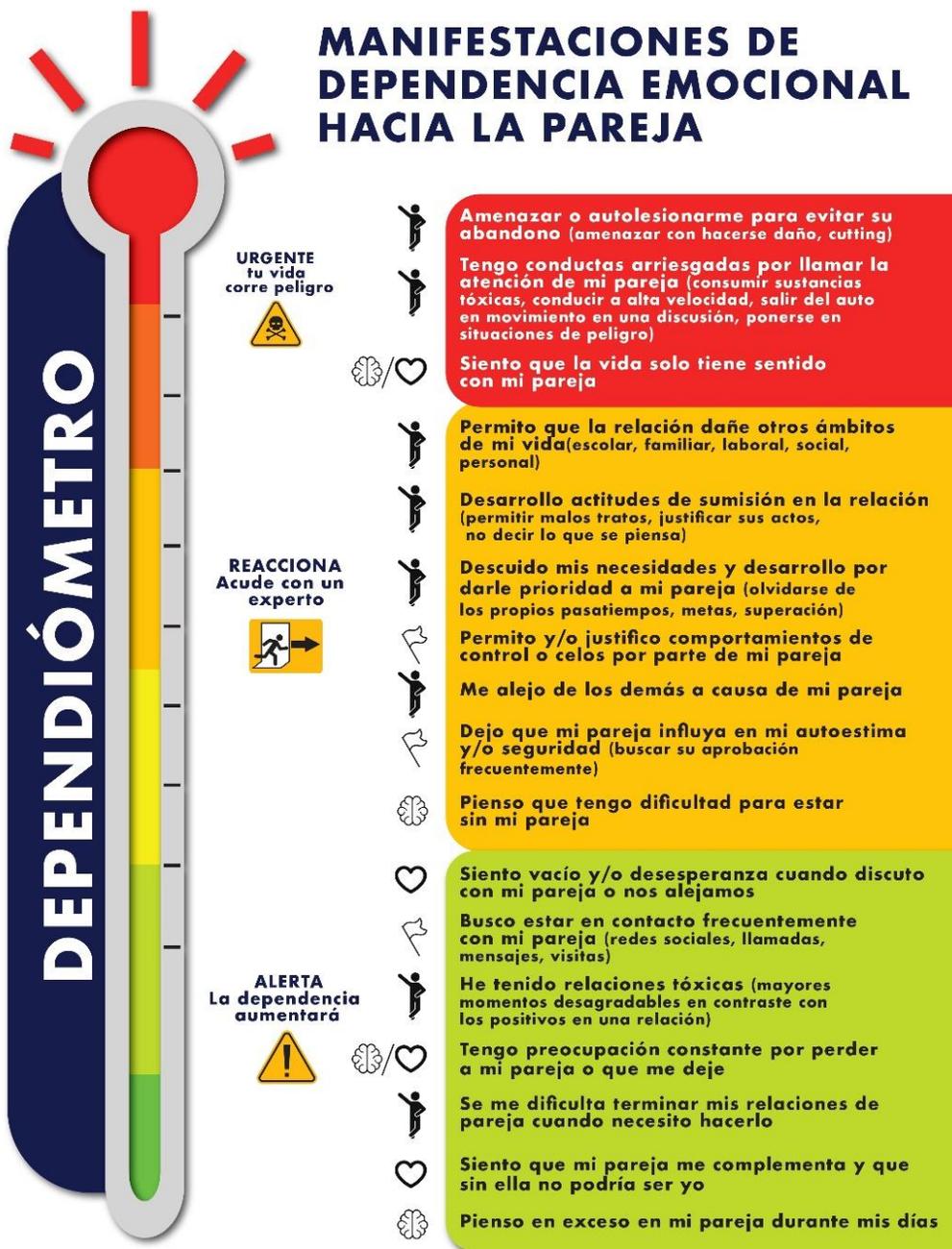
OPCIONES DE RESPUESTA:

1 = Nunca o rara vez	2 = Pocas veces
3 = Regularmente	4 = Frecuentemente o siempre

ESCALA DE DEPENDENCIA EMOCIONAL HACIA LA PAREJA EN JÓVENES (EDEP-Jóvenes)					
1 = Nunca o rara vez 2 = Pocas veces 3 = Regularmente 4 = Frecuentemente o siempre					
MARCA CON UNA X					
No	Afirmaciones (Ítems)	1	2	3	4
1	En la relación se hace lo que mi pareja prefiere.				
2	Dejo de hacer cosas importantes para mí para estar o hacer las que mi pareja quiere.				
3	Le doy más prioridad a las actividades de mi pareja que a las mías.				
4	Cumplo los caprichos de mi pareja.				
5	Me cuesta negarme a algo que me pide mi pareja.				
6	Me arreglo como mi pareja decide.				
7	Necesito tener la aprobación de mi pareja.				
8	Me pone ansioso/a si mi pareja tarda en contestarme o está en línea y no habla conmigo pronto.				
9	Estoy atento a todas las conexiones/ publicación/ estados o a cualquier interacción en redes sociales que hace mi pareja.				
10	Si mi pareja deja de ser cariñoso/a pienso que dejé de interesarle la relación.				
11	Me disgusta o me entristece cuando mi pareja sale sin mí.				
12	Siento que en alguna relación de pareja estuve más tiempo del que debí.				
13	Las personas que me conocen consideran que he tenido relaciones tóxicas.				
14	En alguna relación de pareja he terminado y regresado a pesar de que esto me cause conflicto.				
15	Prefiero estar en una relación de pareja que estar solo/a.				
16	Evito la soledad a toda costa.				
17	Cuando ha terminado una relación de pareja tiendo a buscar inmediatamente otra.				
18	En cualquier tipo de plan incluyo a mi pareja.				
19	Cuando estoy en pareja me siento completo/a o pleno/a.				
20	Me esfuerzo por ganarme las amistades y familiares de mi pareja.				
21	Frecuentemente siento deseos de saber cómo está y que está haciendo mi pareja.				
22	He pedido a familiares o amigos míos o de mi pareja que intercedan para seguir con la relación.				
23	Permití gritos, maltrato, abuso, humillaciones a personas cercanas a mí (familia, amigos) por parte de mi pareja.				
24	He llegado a rogarle o chantajear a una pareja para mantener la relación.				

Apéndice 2.

Dependiómetro (elaboración propia).



Afectivo Comportamental
 Cognitivo Motivacional

