

## Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19

*Emotional dependence in university students in social isolation due to Covid-19*

### Autor

Juan José Oré Rojas. <http://orcid.org/0000-0002-3737-4626>  
Universidad Nacional de Huancavelica, Perú  
[juan.ore@unh.edu.pe](mailto:juan.ore@unh.edu.pe)

Fecha de recibido: 2022-03-31  
Fecha de aceptado para publicación: 2022-11-30  
Fecha de publicación: 2022-12-31



### Resumen

La dependencia emocional afecta a las personas con necesidades afectivas insatisfechas y baja autoestima, quienes intentan satisfacer sus carencias afectivas parentales de manera excesiva con su pareja. El objetivo de la investigación fue determinar el nivel de dependencia emocional hacia la pareja en los estudiantes de la Universidad Nacional de Huancavelica durante el aislamiento social obligatorio por Covid-19. La investigación fue de tipo descriptivo observacional de corte transversal, la población estuvo constituida por 1202 estudiantes con una muestra de 627, de seis carreras profesionales, ejecutado en el segundo semestre del 2020. El estudio refiere predominio de dependencia emocional leve en mujeres, mientras que, en los hombres prevalece el nivel moderado y severo. En conclusión, uno de cada tres estudiantes mujeres y la mitad de los hombres presentaron dependencia emocional moderada o severa.

**Palabras clave:** Dependencia emocional; dependencia hacia la pareja; violencia física y psicológica, estudiantes universitarios; aislamiento social obligatorio.



## Abstract

Emotional dependence affects people with unsatisfied affective needs and low self-esteem, who tries to excessively satisfy their parental affective deficiencies with their partners. The purpose of the research was to determine the level of emotional dependence on the partner in students of the National University of Huancavelica during the compulsory social isolation by Covid-19. The research is of a descriptive observational cross-sectional type, the population consisted of 1202 students with a sample of 627, from six professional careers, carried out in the second semester of 2020. The study refers to a predominance of mild emotional dependence in women, while the moderate and severe level prevails in men. In conclusion, one in three female students and half of the men present moderate or severe emotional dependence.

**Keywords:** Emotional dependence; dependence on a partner; physical and psychological violence, college students; compulsory social isolation.

## Introducción

La dependencia emocional es un problema que afecta a las personas, entre ellas estudiantes universitarios. Según Castelló (2012), es una necesidad de demandas afectivas insatisfechas durante la niñez y que se intentan satisfacer con la pareja; del mismo modo para (Camarillo et al., 2020) la dependencia emocional de la pareja implica una vinculación afectiva permanente excesiva de la otra persona, que resulta disfuncional, que se asocia con una baja autoestima y que encubre las carencias afectivas. La dependencia emocional se presenta en personas que tienen menor capacidad de resiliencia frente a la agresión y que la dependencia puede dañar aún más la capacidad de recuperarse de la víctima si no recibe atención oportuna (Momeñe y Estévez, 2019).

La dependencia emocional obedece a un patrón que involucra los procesos psicológicos, cognitivos, emocionales, motivacionales y comportamentales que permiten aceptar una relación asimétrica, focalizado excesivamente en la pareja asumiendo una posición de subordinación en una creencia errónea a cerca de la pareja y el amor (Cuetos, 2017). Además, el amor es considerado como fuente de inclinación emocional hacia una persona; sin embargo, cuando estas necesidades no son correspondidas con plenitud, la dependencia emocional se puede confundir con el afecto a la pareja (Martínez, et al., 2021). Son características básicas de dependencia emocional: el miedo

e intolerancia a la soledad, historia de relaciones de pareja gravemente desequilibradas, o una única relación que por su duración ha ocupado la mayor parte de la vida del sujeto y tiene una baja autoestima (Pradas y Perles, 2012).

Para Rodríguez et al. (2019) las vivencias tempranas del sujeto, como la violencia en la infancia, abuso infantil, abandono de los padres y la pobreza son causas de la dependencia emocional. Además, la formación educativa y la religión que profesa la familia generan la baja autoestima, miedo a la soledad o al abandono y el estado de ánimo negativo que induce a la dependencia emocional hacia la pareja.

Los niños con carencia de amor, maltratados, abusados y con padres autoritarios que no están seguros que lo amen de verdad buscan afecto de pareja con el modelo de amor que recibieron en la infancia (Gonzales-Castro, et al., 2021). Las parejas con dependencia emocional carecen de habilidades para una gestión emocional saludable (Castelló, 2005). La dependencia emocional genera un intercambio de sentimientos asimétricos situando a la pareja en el centro de su existencia, corriendo el riesgo de mantener una relación malsana, unilateral, de malos tratos, vejaciones y desprecios (Sophia et al., 2007).

En palabras de Castelló (2005) los dependientes emocionales con relación tormentosa pueden llegar a límites extremos según el carácter de su pareja con el riesgo permanente de vivir en violencia física y psicológica. Las personas con dependencia emocional severa aceptarán las agresiones, infidelidades, humillaciones, burlas, menosprecios con tal de no romper la relación de pareja, por temor a perderlo, por lo que necesitan ayuda profesional para mejorar sus habilidades sociales saludables.

Los estudiantes no dependientes son los que tuvieron un apego seguro con el amor de sus progenitores; tienen mayor capacidad de mantener una relación de amor serena, cálida y gratificante; tienen menores problemas de dependencia emocional durante el tiempo que dure la unión de pareja; no tienen temor al abandono; y, tienen la misma confianza que tuvieron de sus padres y practican una relación horizontal con su pareja (Bosch, 2009).

De la Villa et al. (2017) afirman que los jóvenes victimizados presentan mayor dependencia emocional y menor autoestima que los no victimizados. Así mismo, en relación al género, afirman



que las adolescentes víctimas de violencia presentan menor autoestima y los varones ejercen con más frecuencia procesos de acomodación y de manipulación.

Por otro lado, de acuerdo con Cuetos (2017), estadísticamente, la dependencia emocional se muestra proporcional en varones y mujeres, es decir tienen la misma posibilidad de padecer este trastorno. En las mujeres puede aparentar mayor dependencia emocional hacia la pareja que en los varones, debido a que las mujeres tienen otras razones para no abandonar una relación negativa con la pareja, el tener hijos del agresor, dependencia económica y amenazas (Camarillo et al., 2020).

La dependencia emocional genera consecuencias emocionales negativas: síntomas ansioso-depresivos, pensamientos obsesivos, alteraciones del sueño, abandono de relaciones sociales, de ocio, aislamiento de la familia (Camarillo et al., 2020), tolerancia a actitudes y conductas violentas, y justificando el amor incondicional a la pareja (Aiquipa, 2015).

El confinamiento y el aislamiento social obligatorio en los jóvenes universitarios incrementaron los factores de violencia física, psicológica y sexual (Lorente, 2020). El confinamiento domiciliario está asociado a emociones negativas como el estrés, ansiedad, depresión, así como la dependencia emocional y erosión de las relaciones familiares (Orellana y Orellana, 2020). Sumándose al estrés el sedentarismo en las universidades (Arce et al., 2020).

El objetivo del estudio fue determinar el nivel de dependencia emocional hacia la pareja en los estudiantes de la Universidad Nacional de Huancavelica durante el aislamiento social obligatorio por Covid-19. La pandemia obligó al confinamiento de la población, aislando a los estudiantes de sus actividades académicas, relación de parejas y amistades, siendo necesario conocer los niveles de dependencia emocional en los estudiantes universitarios.

## Metodología

Para determinar el nivel de dependencia emocional en los estudiantes de la Universidad Nacional de Huancavelica durante el aislamiento social obligatorio por Covid-19, se utilizó el método descriptivo de corte transversal (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018; Sánchez y Reyes, 2017) en el segundo semestre del año 2021.

La población estuvo constituida por 1202 de estudiantes del II, IV, VI y VIII ciclo de seis carreras profesionales de una universidad pública de Huancavelica, Perú. De ellos el 62% mujeres y el 38% hombres tienen un rango de edad de entre 17 y 48 años. Fueron parte del estudio 198 (26%) de estudiantes de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, 130 (11%) de Educación Primaria Intercultural Bilingüe, 180 (15%) de Ciencias Sociales y Desarrollo Rural, 121 (10%) de Matemática Computación e Informática, 316 (26%) de Derecho y Ciencias Políticas; y, 257 (21%) de Obstetricia.

Se utilizó la técnica de encuesta y como instrumento el cuestionario diseñado en Google Forms con 23 ítems (Tabla 1), se administró a toda la población por correo electrónico institucional debido al aislamiento social obligatorio por Covid-19 al que respondieron 627 estudiantes. El cuestionario empleado fue el formulado por Lemos y Londoño (2006), ya validado en su investigación.

**Tabla 1**

Dimensiones y ítems del cuestionario de dependencia emocional

Dimensiones	Ítems	Escala de valoración
Ansiedad de separación	2, 6, 7, 8, 13, 15, 17	1 = Completamente falso de mí
Expresión afectiva de la pareja	5, 11, 12, 14	2 = Mayormente falso de mí
Modificación de planes	16, 21, 22, 23	3 = Ni verdadero ni falso de mí
Miedo a la soledad	1, 18, 19	4 = Mayormente verdadero de mí
Expresión límite	9, 10, 20	5 = Completamente verdadero de mí
Búsqueda de atención	3, 4	

Nota: La baremación se definió en tres niveles, leve  $\leq 53$  puntos de la sumatoria total; moderado  $\leq 84$ ; y severo  $\leq 115$ . El procesamiento de los datos se realizó en Excel y SPSS v. 24.

## Resultados y discusión

El estudio muestra que el 69% de mujeres y 50% de hombres tienen dependencia emocional leve o normal; 31% de mujeres y 50% de hombres tienen dependencia emocional moderada o severa. Es decir, uno de cada tres estudiantes mujeres y la mitad de los hombres presentan dependencia emocional moderada o severa.

En las dimensiones, ansiedad de separación, expresión afectiva de la pareja y modificación de planes se observa que una de cada tres estudiantes mujeres y uno de cada dos hombres están entre el nivel moderado o severo de dependencia emocional; mientras que, en la dimensión miedo a la soledad, el 47% de mujeres y el 56% de hombres están entre los rangos moderado o severo; respecto de la expresión límite, 19% de mujeres y 38% de hombres se encuentran en el nivel moderado o severo, en otras palabras, hacen lo posible arriesgando su integridad para no perder a



la pareja; y, en la dimensión búsqueda de atención, el 65% de mujeres y el 41% de hombres presentan dependencia leve; y, 31% de mujeres frente al 44% de los hombres tienen dependencia emocional moderada, vale decir, tratan de ser el centro de atención para sus parejas (Tabla 2).

Tabla 2  
Nivel de valoración de la variable: Dependencia emocional

Niveles	Mujer		Hombre		Frecuencia total	Porcentaje total
	fi	%	fi	%		
Leve	267	69	121	50	388	62
Moderado	108	28	111	46	219	35
Severo	11	3	9	4	20	3
Nivel de valoración de la dimensión: Ansiedad de separación						
Leve	269	70	131	54	400	64
Moderado	98	25	100	41	198	32
Severo	19	5	10	4	29	5
Nivel de valoración de la dimensión: Expresión afectiva de la pareja						
Leve	246	64	117	49	363	58
Moderado	118	31	111	46	229	37
Severo	22	6	13	5	35	6
Nivel de valoración de la dimensión: Modificación de planes						
Leve	269	70	131	54	400	64
Moderado	109	28	99	41	208	33
Severo	8	2	11	5	19	3
Nivel de valoración de la dimensión: Miedo a la soledad						
Leve	202	52	107	44	309	49
Moderado	152	39	106	44	258	41
Severo	32	8	28	12	60	10
Nivel de valoración de la dimensión: Expresión límite						
Leve	312	81	149	62	461	74
Moderado	66	17	83	34	149	24
Severo	8	2	9	4	17	3
Nivel de valoración de la dimensión: Búsqueda de atención						
Leve	250	65	100	41	350	56
Moderado	121	31	105	44	226	36
Severo	15	4	36	15	51	8
Total	386	100	241	100	627	100

Sin que existan diferencias significativas los resultados evidencian una ligera prevalencia de dependencia emocional leve en las estudiantes mujeres de la Universidad Nacional de Huancavelica, ligeramente mayor cantidad de hombres que mujeres manifestaron dependencia emocional moderada. Sin embargo, tanto hombres como mujeres, aunque en porcentajes mínimos

que no dejan de ser preocupantes, demostraron dependencia emocional severa, en este último caso, se requiere de asistencia especializada a fin de mitigar consecuencias futuras.

La dependencia emocional en los estudiantes obedecería a múltiples situaciones a las que están expuestos, tales como presión académica, presión de los padres y presión de la pareja, estos datos son similares a los encontrados por Castelló (2012) y Quiroz et al., (2021) cuando afirman que existe dependencia emocional a causa de las demandas afectivas insatisfechas en la niñez y que intenta satisfacer de manera reprimida con la pareja. Entre otros factores se identifica, también la, necesidad profunda de afecto (Gonzales et al., 2021) las vivencias tempranas del sujeto, como la violencia en la infancia, abuso infantil, abandono de los padres, la pobreza, la formación educativa y la religión que profesa la familia. Además, se identifican causas secundarias como la baja autoestima, el miedo a la soledad o al abandono y el estado de ánimo negativo que profundizan la dependencia emocional hacia la pareja (Rodríguez et al., 2019). Las personas con dependencia emocional severa consentirán agresiones, adulterios, degradaciones, burlas, por mantener la relación de pareja, son los que requieren de asistencia profesional (Castelló, 2005).

De modo idéntico, el estudio reveló que la ansiedad de separación obedece a la preocupación y temores excesivos de no estar junto a los integrantes de la familia; en los casos estudiados, la mayoría provienen de la zona rural del departamento de Huancavelica y genera signos excesivos de angustia o aflicción, angustias al no estar cerca de los padres y hermanos, el temor de perder algún familiar cercano o el miedo a ser víctima de violencia física o secuestro.

De la Villa et al. (2017), mencionaron que los jóvenes victimizados tienen mayor dependencia emocional y menor autoestima frente a los no victimizados, siendo las mujeres adolescentes quienes presentan menor autoestima y los hombres despliegan prontamente procesos de acomodación y de manipulación. El aislamiento domiciliario se asocia a emociones negativas como el estrés, ansiedad, depresión, así como la dependencia emocional y erosión de las relaciones familiares (De la Villa et al., 2018; Orellana y Orellana, 2020). La dependencia emocional trae consecuencias emocionales negativas como señales ansioso-depresivos, pensamientos obsesivos, alteraciones del sueño y abandono de relaciones sociales y de ocio (Camarillo et al., 2020), así como la tolerancia a actitudes y conductas violentas, justificando el amor incondicional a la pareja (Aiquipa, 2015).

Sobre la expresión afectiva de la pareja que se imprime como seguridad emocional que se demuestra ante algunas situaciones fundadas en aparente protección, se manifiesta en los



estudiantes el temor a estar solo o sola, la falta de proyecciones a futuro, a la priorización de la pareja y la necesidad de contemplación. En línea con los descubrimientos de Bosch (2009), las personas que tuvieron un apego seguro con el amor de sus progenitores presentan relaciones estables y en armonía, con escasos problemas de dependencia emocional en el tiempo, no les preocupa un futuro abandono, manifiestan confianza como el de sus padres y asumen responsabilidades compartidas. La dependencia emocional de la pareja involucra la relación afectiva permanente y predominante de la otra persona, frecuentemente disfuncional, asociada a baja autoestima y disimula carencias afectivas (Camarillo et al., 2020).

Sobre la modificación de planes que se expresa en la postergación de actividades preestablecidas por el simple hecho de complacer a la pareja, los estudiantes demuestran incumplimiento de tareas, escasa participación en grupos de trabajo, abandono personal. Resultados idénticos con los demostrados por Castelló (2005) indican que las relaciones tormentosas pueden llegar a límites extremos según el carácter de su pareja con el riesgo permanente de vivir con violencia física o psicológica.

Respecto del miedo a la soledad que se manifiesta como no ser querido o amado por alguien, se ha encontrado que los estudiantes presentan desequilibrio e inseguridad, desasosiego por estar solo, ansiedad por compañía, miedo a la separación y autoagresión. El amor se muestra como la inclinación emocional hacia una persona, si estas no son correspondidas con plenitud, la dependencia emocional se puede engañar con el afecto a la pareja (Martínez et al., 2021), también el miedo e intolerancia a la soledad, relaciones de pareja desequilibradas, baja autoestima (Pradas y Perles, 2012).

Sobre la expresión límite vistas como situaciones peligrosas que puedan cometer las personas, los resultados mostraron que los estudiantes tienen expresiones de manipulación a la pareja con amenazas de autolesiones o suicidios o chantajes. Afirmar Momeñe y Estévez (2019) que la dependencia emocional se expresa en personas con capacidades mínimas de resiliencia a causa de agresiones, llegando a daños irreversibles si la víctima no tiene asistencia profesional especializada.

Finalmente, sobre la búsqueda de atención, entendida como el foco principal en la relación de pareja, el estudio demostró que los estudiantes adoptan actitudes sumisas, pasividad y esfuerzos por hacer feliz a la pareja. Actitudes que se asemejan a los descubrimientos de Cuetos (2017), al evidenciar que la dependencia emocional es un patrón que involucra procesos psicológicos,





cognitivos, emocionales, motivacionales y comportamentales que consienten una relación asimétrica, priorizando a la pareja y adoptando una posición de sometimiento en una visión equivocada respecto de la pareja y el amor.

## Conclusiones

El estudio determinó que uno de cada tres mujeres y uno de cada dos hombres estudiantes de la Universidad Nacional de Huancavelica se encuentran en el nivel moderado o severo de dependencia emocional. Asimismo, no existe diferencia significativa de dependencia emocional hacia la pareja entre hombres y mujeres durante el periodo de aislamiento social obligatorio por Covid-19.

Se recomienda profundizar el estudio en el ámbito rural con la finalidad de mejorar las habilidades sociales y vivencias saludables, así como, implementar programas de salud emocional en estudiantes universitarios y asistencia profesional especializada en casos de dependencia severa.

## Referencias

- Aiquipa, J. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 412–437. <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v33n2/a07v33n2.pdf>
- Arce, E; Azofeifa-Mora, C; Morera-Castro, M; Rojas-Valverde, D. (2020). Asociación entre estrés académico, composición corporal, actividad física y habilidad emocional en mujeres universitarias. *MHSalud*, 17(2), 1-9. <https://doi.org/10.15359/mhs.17-2.5>
- Bosch, J. M. (2009). *La danza de las emociones: vives como sientes*. Editorial Edaf, S.L.
- Camarillo, L.; Ferre, F.; Echeburúa, E., y Amor, P. J. (2020). Escala de Dependencia Emocional de la Pareja: propiedades psicométricas. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 48(4), 145–153. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7551028>.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento*. Alianza Editorial.



- Castelló, J. (2012). La superación de la dependencia emocional: Cómo impedir que el amor se convierta en un suplicio. Ediciones Corona Borealis.  
<https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/f2ee45a1d6669f1a8a8fcab2ed95e252.pdf>
- Cuetos, G. (2017). Diferencias inter-género en Dependencia Emocional en población juvenil y adolescente. *Revista Española de Drogodependencias*, 42(2), 56-66.  
[https://www.aesed.com/upload/files/v42n2\\_4.pdf](https://www.aesed.com/upload/files/v42n2_4.pdf)
- De la Villa, M; García, A; Cuetos; G. y Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 8(2), 96-107.  
<https://doi.org/10.23923/j.rips.2017.08.009>
- De la Villa, M; Sirvent, C; Ovejero, A. y Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo, *Terapia Psicológica* 36(3), 156–166. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082018000300156>
- Gonzales-Castro, A.; Guerra-Olivares, T. S. y Rodriguez-Benites, C. (2021). Violencia y dependencia emocional en parejas adolescentes de educación secundaria de la región Huancavelica, Perú región. *Revista Espacios*, 42(05), 95–108.  
<https://doi.org/10.48082/espacios-a21v42n05p07>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la Investigación. Las rutas Cuantitativa Cualitativa y Mixta*. McGraw-Hill, S.A.
- Lemos, M. y Londoño, N. (2006). Diseño y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127–140.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-91552006000200012&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-91552006000200012&script=sci_abstract)
- Lorente, M. (2020). Gender-based violence during the pandemic and lockdown. *Spanish Journal of Legal Medicine*, 46(3), 139–145. <https://doi.org/10.1016/j.remle.2020.05.005>
- Martínez-Gómez, J.A., Cano-Sandoval, M., Soler-Cantillo, M. L. y Bolívar-Suárez, Y. (2021). Duelo Amoroso, Dependencia Emocional y Salud Mental en mujeres que han terminado



una relación de pareja. *Informes Psicológicos*, 21(1), 101-116,  
<http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v21n1a07>.

Momeñe, J. y Estévez, A. (2019). El papel de la resiliencia en la dependencia emocional y el abuso psicológico. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(1), 28-43.  
[https://www.aesed.com/upload/files/v44n1\\_art2.pdf](https://www.aesed.com/upload/files/v44n1_art2.pdf)

Orellana, C. I. y Orellana, L. M. (2020). Predictores de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por pandemia de COVID\_19 en El Salvador. *Actualidades en Psicología*, 34(128), 103-120. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/ap/v34n128/2215-3535-ap-34-128-103.pdf>

Pradas, E., y Perles, F. (2012). Relación del sexismo y dependencia emocional en las estrategias de resolución de conflictos de los adolescentes. *Quaderns de Psicologia*, 14(1), 45.  
<https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1041>

Quiroz, I. X., Godínez, M. G., Jahuey, A. M., Montes, M. L., y Ortega, N. A. (2021). Autoestima y dependencia emocional en relaciones de pareja de estudiantes universitarios. *Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo*, 9(18), 91-98. <https://doi.org/10.29057/icsa.v9i18.6314>

Rodríguez, J.G.; Momeñe, J.; Olave, L.; Estévez, A. e Iruarrizaga, I. (2019). La dependencia emocional y la resolución de conflictos en heterosexuales, homosexuales y bisexuales. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(1), 59-75.  
[https://www.aesed.com/upload/files/v44n1\\_art4.pdf](https://www.aesed.com/upload/files/v44n1_art4.pdf)

Sánchez, H., y Reyes, C. (2017). Metodología y diseño en la investigación científica. *Business Support Aneth*.

Sophia, E. C., Tavares, H., y Zilberman, M. L. (2007). Pathological love: Is it a new psychiatric disorder? *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 29(1), 55-62. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462007000100016>