



Universidad
Norbert Wiener

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

Tesis

Dependencia emocional y calidad de vida en mujeres del programa Vaso de
Leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Gutierrez Gamboa, Kelly Alisson

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1133-5055>

Asesor: Dr. Cruz Telada, Yreneo Eugenio

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3770-1287>

Lima – Perú

2026

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022
		REVISIÓN: 01	

Yo, Kelly Alisson Gutierrez Gamboa egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Programa Académico de **Psicología** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación “DEPENDENCIA EMOCIONAL Y CALIDAD DE VIDA EN MUJERES DEL PROGRAMA VASO DE LECHE DE LA URBANIZACIÓN LOS LICENCIADOS, AYACUCHO, 2025” Asesorado por el docente: Yreneo Eugenio Cruz Telada DNI 09946516 ORCID 0000-0002-3770-1287 tiene un índice de similitud de (20) veinte % con código trn:oid::14912:556529319 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

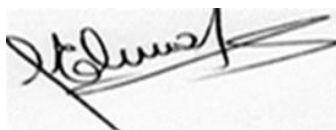
Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



Firma de autor 1

Kelly Alisson Gutierrez Gamboa
DNI:73907195



Firma

Yreneo Eugenio Cruz Telada
DNI: 09946516

Lima, 06 de junio de 2026

DEDICATORIA

A Dios, por darme la fortaleza y salud para
culminar esta meta importante en mi vida.

A mi madre, por su apoyo, sus sacrificios y
por enseñarme con su ejemplo el valor del
esfuerzo y la dedicación.

Y a mi hijo, por ser la razón que me impulsa
a seguir creciendo y superándome cada día.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por haberme brindado la sabiduría, salud y oportunidades necesarias para culminar esta etapa importante de mi vida.

A mi familia, por su amor, apoyo constante y por ser mi mayor fuente de motivación y fortaleza en todo momento.

Al Dr. Cruz Telada Yreneo Eugenio, mi asesor, por su orientación y compromiso durante el desarrollo de esta tesis, cuya guía fue fundamental para lograr este objetivo académico.

A cada uno de mis profesores, por compartir sus conocimientos a lo largo de mis estudios

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iiiiv
INDICE	v
RESUMEN	ix
ABSTRAC	x
INTRODUCCIÓN	xi
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	3
1.2.1. Problema general	3
1.2.2. Problemas específicos	3
1.3. Objetivos de la investigación	4
1.3.1. Objetivo General	4
1.3.2. Objetivos Específicos	4
1.4. Justificación de la investigación	5
1.5. Limitaciones	6
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	7
2.1. Antecedentes de investigación	7
2.2. Bases teóricas	11
2.2.1. Dependencia emocional	13
2.2.2. Calidad de vida	18
2.3. Formulación de hipótesis	24
CAPITULO III. METODOLOGÍA	25
3.1. Método de investigación	25
3.2. Enfoque de la investigación	25
3.3. Tipo de investigación	25
3.4. Diseño de investigación	25

3.4.1. Corte	25
3.4.2. Nivel o alcance	25
3.5. Población, muestra y muestreo	26
3.6. Operacionalización de las variables	27
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	30
3.7.1. Técnica	31
3.7.2. Instrumentos	31
3.7.3. Validación de Instrumentos	33
3.7.4. Confiabilidad	34
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	35
3.9. Aspectos éticos	36
CAPÍTULO IV: EL PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	
4.1. Resultados	
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados	
4.1.2. Prueba de hipótesis	
4.1.3. Discusión de resultados	
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Conclusiones	
5.2. Recomendaciones	
REFERENCIAS	
Anexo 1. Matriz de consistencia	
Anexo 2. Instrumentos	
Anexo 3. Validez de instrumentos	
Anexo 4. Aprobación del Comité de Ética	
Anexo 5. Formato de Asentimiento Informado	
Anexo 6. Formato de Consentimiento Informado	
Anexo 7. Carta de aprobación de la Institución para la recolección de datos.	
Anexo 8. Informe del asesor de Turnitin	

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Participantes según estado civil	40
Figura 2. Participantes según rango de edad	41
Figura 3. Nivel de dependencia emocional	42
Figura 4. Nivel de la dimensión miedo a la ruptura	43
Figura 5. Nivel de dimensión miedo e intolerancia a la Soledad	44
Figura 6. Nivel de dimensión subordinación y sumisión	45
Figura 7. Nivel de Dimensión prioridad de la pareja	46
Figura 8. Nivel de Dimensión Necesidad de Acceso a la Pareja.	47
Figura 9. Nivel de Dimensión Deseo de Exclusividad	48
Figura 10. Nivel de dimensión deseo y control de dominio	49
Figura 11. Nivel de Calidad de Vida	50

RESUMEN

El estudio tuvo como finalidad demostrar la asociación “dependencia emotiva con calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025, el enfoque fue cuantificado, de no experimento y transeccional, de tipo básica y alcance relacional. La muestra fue de 115 mujeres del programa vaso de leche, a quienes se les aplicó dos instrumentos que son: la escala de bienestar psicológico y la escala de calidad de vida llegando a obtener los siguientes resultados en el nivel de dependencia emocional la mayoría de los participantes presentaron un nivel bajo (99,1%) y en calidad de vida la mayoría un nivel medio (88,7%). Se concluye que, existe una asociación de significancia inversa, débil entre dependencia emocional y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($\rho = -.260$)

Palabras clave: Bienestar emocional, autodeterminación, ansia de posesión, ganas de acceder a la pareja.

ABSTRAC

The purpose of the study was to demonstrate the association "emotional dependence with quality of life In the project ladies of the milk cup of the Graduates urbanization, Ayacucho, 2025, the approach was quantified, non-experimental and cross-sectional, of a basic type and relational scope. The sample consisted of 115 women from the glass of milk program, to whom two instruments were applied: the psychological well-being scale and the quality of life scale, obtaining the following results: in the level of emotional dependence, most of the participants presented a low level (99.1%) and in quality of life, most of them a medium level (88.7%). Concluding that there is a significant inverse, weak relationship between emotional dependence and quality of life in women participating in the Glass of Milk program in the Graduates Urbanization, Ayacucho, 2025. ($\rho = -.260$)

Keywords: Emotional well-being, self-determination, desire for possession and dominance, need for access to the partner.

INTRODUCCIÓN

El estudio realizado abordó la relación entre el bienestar emocional y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025, Esta problemática estudiada es de relevancia puesto ya que permitió a conocer sobre las vivencias del bienestar de los estados psicológicos que permite el pensar, sentir y el comportamiento de forma plena en nuestro día a día, lo que permite una buena salud emocional. Estudio fue realizado con el objetivo de demostrar la relación entre la dependencia emocional y calidad de vida en mujeres beneficiarias del programa vaso de leche. Fue importante y relevante lo estudiado porque la metodología facilitó el conocimiento de las causas la realizar el abordaje correspondiente a nivel personal y social que se convierten en activadores de riesgo de la salud integral de toda persona, afectando de forma significativa a las mujeres del programa de vaso de leche.

El proceso de la investigación se estructuró conforme al detalle siguiente, en el primer capítulo, está el planteamiento, justificación y formulación del problema, así como las limitaciones. El segundo capítulo se centró en los antecedentes del estudio su fundamentación teórica como bases e hipótesis del estudio del marco teórico. La metodología, con método, tipo, diseño, nivel, la operacionalización, además de la población y muestra, las técnicas e instrumentos, el proceso de evaluación de datos, y aspectos éticos serán abarcados en el tercer capítulo. Mientras que, en el cuarto capítulo se mencionan los hallazgos con el análisis descriptivo, e inferencial, la discusión de los hallazgos. Por otro lado, las conclusiones y sugerencias dentro del quinto capítulo. Y en la sección final, están las referencias además de los anexos según conformidad a la guía de elaboración de tesis de la Universidad Norbert Wiener.

CAPITULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

El propósito del estudio fue establecer la relación entre dependencia emocional y calidad de vida en mujeres de un programa de vaso de leche de una urbanización en Ayacucho. Se considera que esta problemática presenta una connotación a nivel mundial. Siendo que el sexo femenino cumple un rol importante en la familia, en muchas ocasiones realizan el papel de líder, y en su interacción de pareja desarrollan conductas de dependencia emocional, como es el miedo a terminar su relación afectiva, descuido en su arreglo personal, esto como resultado de necesidades emocionales insatisfechas que se buscan cubrir desadaptativamente con otras personas, afecta la calidad de vida, en lo emocional, relaciones interpersonales, y desarrollo personales en las mujeres (Rocha et al. 2019).

A nivel nacional, en Perú Según un Informe realizado por ESSALUD (2021), muestra que “las mujeres tienen hasta dos o tres veces más posibilidades de dependencia emocional que los varones”, según ese informe se conoce que esto acontece debido a la violencia que sufre este género. Asimismo, se encontró una investigación de Fiestas y Piazza (2014), donde se concluye que, en una población de 3930 sujetos, donde más de la mitad (52%) eran mujeres, 15% de ellas – comprendidas entre los 18 y 45 años, presentaron un trastorno de ansiedad de separación con indicadores de intenso temor por distanciarse de su pareja o de alguien con quien tenían un vínculo afectivo muy estrecho, presentando malestar psicológico, rechazo a estar solo y/o síntomas físicos (Tortella-Feliu, 2014)

Igualmente, al respecto Ríos (2018), en su estudio de dependencia emocional y calidad de vida en estudiantes de sexo femenino en Chorrillos - Lima, concluyó que existe una asociación inversa entre las variables mencionadas de estudio anteriormente lo que

nos dice que, como la dependencia emocional en estas poblaciones de estudio mujeres jóvenes están asociadas a percepción de los estados calidad de vida y el bienestar psicológico percibido. Es decir, estos estados dependientes son debido a un conjunto constante de necesidades emocionales insatisfechas y que, ante situaciones de vivencias se tratan de ocultar estos déficits de manera mal adaptativa con las demás personas y como tales, estas necesidades esta relacionadas a creencias irracionales sobre sí y los demás, entre las que se destacan las que provienen de temas de amistad, intimidad y la dependencia externa. (Lemos, 2006)

A nivel local, se puede observar que, ver que existen programas sociales que benefician en su mayoría a mujeres, sin embargo no presentan una calidad de vida adecuada ya que muchas de ellas presentan baja autoestima, viéndose reflejado ello en su forma de vestir, cuidado y aseo personal; trastornos alimenticios, algunas de estas mujeres presentan delgadez extrema con esto vulnerabilidad; también trae consigo trastornos en el estado de ánimo, pues son mujeres que en su mayoría están tristes, aburridas y cansadas, así mismo otros que pueden estar demostrando que no están llevando buena calidad de vida, pues no reflejan bienestar estado físico, mental y social. (Rocha et al. 2019).

Mediante el presente estudio se pretende contribuir con la solución de la problemática de dependencia emocional y calidad de vida en mujeres que participantes del programa vaso de leche de la urbanización de Ayacucho, logrando también mejorar su bienestar emocional y así mismo potenciar su autoestima, de esta manera podrán desarrollar habilidades personales y por medio de ello controlar estados emocionales dependientes de otros, con una autorregulación emocional y conductual, siendo de beneficios personales y de sus familias, que lo ayudara a una mejor percepción de la calidad de vida mejorando sus relaciones interpersonales y desarrollo personal.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Existe relación entre Dependencia emocional y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025?

1.2.2. Problemas específicos

PE1. ¿Cuál es la relación entre miedo a la ruptura y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025?

PE.2. ¿Existe relación entre miedo e intolerancia a la soledad y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025?

PE.3. ¿Existe relación entre prioridad de la pareja y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025?

PE.4. ¿Existe relación entre Necesidad de Acceso a la Pareja y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025?

PE.5. ¿Qué relación existe entre deseo de exclusividad y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025?

PE.6. ¿Cuál es la relación entre subordinación y sumisión y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025?

PE.7. ¿Existe relación entre deseo de control y dominio y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo General

Establecer la relación entre dependencia emocional y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

1.3.2. Objetivos Específicos

OE1. Determinar la asociación de temor a la ruptura y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

OE2. Determinar la asociación del temor e intolerancia a estar solo y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

OE3. Determinar la asociación entre prioridad de la pareja y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

OE4. Determinar la asociación entre necesidad de acceder a la pareja y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

PE5. Determinar la relación existe entre deseo de exclusividad y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

OE6. Determinar la relación entre subordinación y sumisión y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

OE7. Determinar la relación entre deseo de control y dominio y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

Se realizó en enfoques teóricos que nos dio a conocer sobre la realidad problemática que existía en las beneficiarias del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho sobre la dependencia emocional, estos aportes teóricos nos ayudaron a poder describir el problema, así como explicar el problema para poder realizar las predicciones del control de la realidad problemática; siendo de relevancia porque estos aportes teóricos fueron actualizados de fuentes bibliográficas, así como otras investigaciones.

1.4.2. Metodológica

Este estudio a realizar en el programa Vaso de leche será importante porque se estableció la relación entre dependencia emocional y calidad de vida, porque permitió la aplicación del Inventario de dependencia emocional (IDE) y la Escala GENCAT instrumentos que son válidos y confiables. Siendo de suma importancia ya que, en el proceso de investigación realizada, se obtuvo la validación de contenido mediante el juicio de expertos, la cual fue validada por tres psicólogos de la

especialidad, así es como se obtuvo la confiabilidad durante el proceso estadístico con el Alfa de Cronbach.

1.4.3. Práctica

Una vez conocida científicamente la problemática se llevará a cabo múltiples acciones para poder mejorar la dependencia emocional y la calidad de vida, para así llegar a la finalidad de aportar con esta investigación a la psicología, dando como resultado conocimientos sobre el ámbito de una población muy poco estudiada, generando en profesionales o estudiantes continuar con investigaciones en lugares rurales.

1.5. Limitaciones

Una limitación importante fueron los horarios para coordinar con los responsables del vaso de leche. Además del acceso para evaluar a las usuarias, ya que, a pesar de los esfuerzos por garantizar condiciones adecuadas para la recolección de datos, factores como la disponibilidad de tiempo de las mujeres, y la posibilidad de distracciones durante la evaluación.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de investigación

En este segmento, se presentarán los principales antecedentes, tanto nacionales como internacionales. Entre ellas tenemos:

2.1.1. A nivel Internacional

Villena Barrera, y Vargas Espín, (2023) llevaron a cabo una investigación cuyo objetivo fue “establecer la relación entre la inteligencia emocional y la dependencia emocional en estudiantes universitarios. Para ello, emplearon un diseño no experimental, de tipo transversal y cuantitativo, con un enfoque descriptivo-correlacional. La muestra estuvo compuesta por 827 estudiantes universitarios mayores de 18 años, seleccionados mediante criterios de inclusión y exclusión. Se aplicó el test Escala de Meta-Estado de Ánimo de rasgos (TMMS-24) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE). Los resultados revelaron una leve relación positiva entre la dimensión de atención de la inteligencia emocional y la dependencia emocional ($Rho=0.338$ $p < 0.05$) una relación negativa leve entre claridad y dependencia emocional ($Rho=-0.103$ $p < 0.05$) y una relación negativa leve entre y dependencia emocional ($Rho=-0.106$ $p < 0.05$) Se concluye que, a mayor atención emocional mayor dependencia emocional, mientras que, a menor claridad y reparación emocional existe mayor dependencia emocional.

Díaz, D. y Morales, A. (2021) en su estudio de objetivo, “demostrar la relación Entre emocional en las relaciones violentas de pareja de estudiantes de 18 a 22 años de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador” La investigación es no experimental, cuantitativa, alcance descriptivo y correlacional, de corte transversal, La muestra de 148 personas con una edad promedio. Se les aplicaron el cuestionario de dependencia emocional (CDE), y el cuestionario de violencia entre novios

(CUVINO). Una vez recabados los datos, fueron procesados para base de datos en Excel. Entre los resultados obtenidos destaca que la dependencia emocional no tiene una influencia en las relaciones violentas de pareja, sin embargo, existen ciertos factores que se encuentran interrelacionados, como la expresión de límite, la cual puede indicar una posible ruptura en una relación. Para una persona que padece de dependencia emocional, esto puede ser una experiencia devastadora, ya que se enfrenta a la soledad y a la pérdida de sentido en su vida. Además, también se deben considerar los factores que se indican en el cuestionario sobre la violencia en parejas (CUVINO), dan a notar que en este aspecto si influye la dependencia emocional en las relaciones violentas de pareja.

Hernández et al (2020). realizaron una investigación que tuvo como objetivo “determinar la relación entre las condiciones que generan estrés asociados con la calidad de vida de las pacientes mujeres que sufren cáncer de mama”. Partieron de la siguiente premisa, El cáncer de mama (CaMa) genera un choque emocional que merma la calidad de vida. Se analizó el efecto predictivo de la depresión, ansiedad y estrés en la calidad de vida de 102 mujeres mexicanas con el diagnóstico, de 25 a 60 años, escolaridad indistinta y sin enfermedades psiquiátricas. Tras el consentimiento informado, se les aplicó la Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión (HADS), la Escala de Estrés Percibido (PSS) y la Organización Europea para investigar y dar tratamiento al cáncer (EORTC-QLQ-C30). Se realizaron análisis descriptivos, relacionales y de regresión lineal intro. Hubo manifestaciones de ansiedad, depresión y estrés; relaciones negativas de ansiedad y estrés con la salud global y la escala de funcionamiento; pero positivas con la escala de síntomas. La ansiedad y estrés influyeron negativamente sobre el estado global de salud y en las funciones físicas, cognitiva y rol) y positivamente con los síntomas (nauseas, dolor, fatiga, pérdida de

apetito y dolor). Se concluye que la ansiedad y el estrés disminuyen la calidad de vida e incrementan la carga sintomática. Se sugiere considerar el efecto por fase del cáncer y tipo de tratamiento, para ratificar el acompañamiento centrado en la disminución de estas manifestaciones a lo largo de la atención.

Por otro lado, Rocha, et al.. (2019) en un estudio cuyo objetivo fue “identificar la relación entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional en las relaciones románticas de un grupo de jóvenes universitarios en Colombia”. De cuantitativa de tipo descriptivo-correlacional. La muestra incluyó a 500 estudiantes universitarios de 15 ciudades colombianas, de los cuales el 34,2 % eran hombres y el 65,8 % mujeres, con edades comprendidas entre los 18 y los 25 años. Se aplicó el Inventario de Apego con Padres y Pares modificado (IPPA modificado) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE). Los resultados revelan una correlación positiva entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional en las relaciones románticas de los jóvenes que participaron en el estudio. Además, se observó una correlación positiva entre el nivel socioeconómico y el sexo en las manifestaciones de dependencia emocional dentro de estas relaciones románticas.

Acuña (2019) realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre Dependencia emocional y violencia intrafamiliar hacia las mujeres de la fundación ser familia”. La naturaleza del método utilizado en este trabajo fue de tipo descriptivo y correlacional. La investigación se llevó a cabo con una muestra de 30 mujeres pertenecientes a la fundación, empleando el Inventario de Pensamiento y un Cuestionario de Variables Dependientes de Agravio. Además, se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional. Los resultados obtenidos revelaron una

correlación positiva del 83%, con un valor de correlación de 0,826. Este hallazgo indica que las mujeres con edades entre 29 y 33 años mostraron un porcentaje considerable de dependencia emocional de nivel alto que se relacionaron directamente al 63 % de las respuestas afirmativas sobre la violencia y la sensación de inferioridad ante los hombres. Las conclusiones obtenidas a partir de esta investigación son prueba fehaciente de la presencia de una correlación entre la dependencia emocional y violencia intrafamiliar.

2.1.2. A nivel Nacional

Llacuachaqui y Medrano (2023) en su estudio con el objetivo de establecer la relación entre la violencia intrafamiliar y dependencia emocional en mujeres participantes del programa vaso de leche de Santa Rosa - Ocopa. La población estuvo compuesta por 96 mujeres adultas. De enfoque cuantitativo diseño descriptivo correlacional. Se aplicó la Escala de Violencia Familiar (VIF-J4) y el Inventario de dependientes emocionales (IDE) de Aiquipa. Siendo la conclusión que hay una asociación directa, significativa y media entre violencia intrafamiliar y dependientes emocionales. Asimismo, se identificó una correlación positiva débil entre violencia intrafamiliar y temor a la ruptura ($Rho = 0.446$), así como con el miedo combinado con intolerancia ($Rho = 0.499$) También se observó una correlación positiva débil entre violencia familiar y priorizar que a la pareja ($Rho = 0.371$), junto con las ganas de ser exclusivos ($Rho = 0.482$) y subordinación y sumisión ($Rho = 0.399$). Además, una correlación positiva moderada entre violencia familiar y necesidad de acceso ($Rho = 0.568$), violencia familiar y deseos de control ($Rho = 0.501$)

Quispe y Hanco (2023) Realizó una investigación con objetivo explorar la

relación entre las prácticas de autocuidado y la calidad de vida en mujeres con premenopausias que participan en el programa vaso de leche en Juliaca durante el año 2015. Fue de nivel correlacional, diseño no experimental, transeccional o transversal. La muestra fue de 101 mujeres premenopáusicas. Se aplicó el cuestionario SF-36. Los resultados evidencian la relación entre las prácticas de autocuidado y la calidad de vida ($r = .502$). Las limitaciones en el rol atribuibles a problemas físicos ($r = .488$) revelaron variaciones en la calidad de vida, que pudo ser buena o mala. Por otro lado, las limitaciones en el rol debidas a problemas emocionales ($r = .275$) se correlaciona con una mala calidad de vida. En cuanto al estado mental ($r = .217$) y a la dimensión de energía y fatiga ($r = .534$), se observó un nivel regular de calidad de vida, mientras que en el aspecto del dolor ($r = .363$) la calidad de vida también se situó en niveles regulares. La percepción de la salud en general ($r = .398$) mostró, por su parte, una calidad de vida igualmente regular. Además, se reveló que el 50.5% de los participantes mantenían prácticas de autocuidado saludables mientras que un 48.5% de ellos reportaron una calidad de vida regular. En conclusión, se puede afirmar que las prácticas de autocuidado están relacionadas con la calidad de vida, abarcando dimensiones como funcionalidad física, las limitaciones en el rol por problemas físicos y emocionales, el estado mental, la energía y fatiga, el dolor, así como la percepción general de la salud.

Cuaresma y De La Cruz (2021). Su investigación tuvo como objetivo fundamental describir y evidenciar la existencia de la relación entre resiliencia y dependencia emocional, en las víctimas de agresión de pareja entre 20 a 49 años, de Ica, 2021. Su muestra estuvo conformada por 138 mujeres; para ello se empleó

el diseño no experimental, descriptivo – correlacional transversal. Los instrumentos aplicados fueron la escala de resiliencia de Wagnild y Young, adaptado por Novella (2002), y el inventario de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006). En tanto, los resultados concluyeron en que la resiliencia se relaciona con la dependencia emocional de forma inversa, siendo esta relación media y muy significativa.

De igual forma García y Gomez (2020) en su investigación por “determinar la calidad de vida en pacientes femeninas premenopáusicas y postmenopáusicas en el distrito Carmen Alto, Ayacucho, Perú estudiaron a 217 mujeres, en el cual los resultados del análisis prospectivo, transversal y descriptivo fueron que un 54.8% (postmenopáusicas) tiene una calidad de vida regular, 16.6% mala calidad de vida; 31.8% (pre menopáusicas) tienen una buena calidad de vida y el 13.4% regular calidad de vida, Concluyendo que las mujeres postmenopáusicas tienen una calidad de vida regular a diferencia de las mujeres pre menopáusicas que muestran una calidad de vida buena.

Ponce, Aiquipia J. & Arboccó, M. (2019). Realizaron un estudio cuyo objetivo fue “analizar la relación entre la dependencia emocional y la satisfacción con la vida en un grupo de estudiantes de Psicología de universidades públicas y privadas de Lima Metropolitana, víctimas y no-víctimas de violencia de pareja. Participaron 1211 estudiantes universitarias con edad promedio de 21.7 años (DE=4,7), 54% sin violencia de pareja y 46% con violencia. Se aplicó el cuestionario de violencia entre novios (CUVINO, Rodríguez-Franco et al., 2010), el Inventario de Dependencia Emocional (IDE, Aiquipa, 2015) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS,

Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Los resultados muestran que en el grupo de mujeres que experimentan violencia de pareja se observa una relación estadísticamente significativa de tipo inverso entre la dependencia emocional y la satisfacción con la vida. Este hallazgo se refleja tanto en la escala total, con un coeficiente de $-0,24$ (p.). No obstante, el grupo de mujeres que no experimentaron violencia de pareja, la relación entre las variables estudiadas fue más débil, con un coeficiente de $-0,11$ y un valor de p correspondiente.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Dependencia emocional

Para este estudio, se tomaron en cuenta los conceptos de los teóricos más destacados en el análisis de las variables. A continuación, se presentan estos conceptos:

Sobre las definiciones, encontramos la de Sangrador (1998) quien define dependencia emocional como “La necesidad patológica del otro y se explicaría por la inmadurez afectiva del individuo añadida a su satisfacción egocéntrica”. Para Vargas (2007) la dependencia emocional: Se trata de una actitud obsesiva y compulsiva que busca controlar a otras personas y sus relaciones, originada en la propia inseguridad. Es importante señalar que esto ocurre cuando la condición del otro es crónica, aunque siempre se acompaña de la esperanza de que pueda ser curada. De manera similar, Moral y Ruiz (2008) definen la dependencia emocional como un patrón persistente de necesidades afectivas insatisfechas que una persona busca satisfacer a través de relaciones interpersonales marcadas por un apego patológico.

Moral y Sirvent (2009) define la dependencia emocional como los comportamientos adictivos y la búsqueda de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas, Castello J. (2010), sostiene que, a su vez sienten la necesidad de vincularse afectivamente de forma estable e inestable pero poco saludable.

Modelos teóricos de la dependencia emocional

Modelo teórico cognitivo conductual de la dependencia emocional

Hirschfeld et. al (1977) refieren que son trastornos del comportamiento, pensamientos, sentimientos y creencias. Los individuos se enfrentan a condiciones emocionales que pueden influir en su autoestima.

Según diversos autores, se pueden identificar diferentes tipos de personas dependientes. En particular, está el dependiente instrumental, que busca apoyo emocional y presenta una falta de exhibición de su individualidad. Este tipo de persona suele experimentar indecisión y conflictos a la hora de tomar decisiones, lo cual surge de la carencia de afecto que siente, especialmente en sus relaciones interpersonales. Se caracteriza por ser emocional y dependiente, sintiéndose incapaz de cuidar de sí misma y de atender sus propias necesidades, por lo que requiere apoyo de otros o de elementos externos que le proporcionen bienestar.

La teoría psicoanalítica Freud, 1969. El prestigio se podría tomar como un atractivo que un individuo ejerce sobre otro. Este atractivo anula la crítica y lleva al asombro y el respeto por ese individuo. La persona dependiente dentro de la pareja es quien siente ese atractivo por el otro y no observa de manera crítica ninguno de sus actos.

La teoría de Schore (1994); Se relaciona con la sobreprotección de los padres, independientemente de la cultura. En otras palabras, el autoritarismo parental está conectado con la creación de dependencias en niños, adolescentes y adultos.

Dimensiones de la variable dependencia emocional para la presente investigación:

Como lo comenta Aiquipa J. (2010) las dimensiones de la dependencia emocional son:

- **Miedo a la Ruptura**

Un temor desmedido frente a la posibilidad de que la relación se termine, que impulsa a llevar a cabo conductas inapropiadas con el objetivo de mantenerla. Esta persona podría negar la posibilidad de una ruptura y buscar constantemente reanudar la relación.

Dicha expresión emocional es producto de la posible disolución, distanciamiento o separación donde se asignan significados erróneos que alteran el bienestar emocional (Cid, 2021). El temor genera aprensión por evitar que la relación culmine estando así presente el síndrome de abstinencia en el dependiente esta ansiedad por separación acompañados de sensaciones de desprotección (Sánchez, 2016).

- **Miedo e Intolerancia a la Soledad:** Se experimenta una profunda angustia ante la idea de estar solo, acompañada de sentimientos incómodos por la ausencia de la pareja. Esta situación a menudo impulsa a las personas a

intentar reiniciar o comenzar una nueva relación lo más rápido posible con el fin de eludir la soledad.

Castelló (2005) señala que la ausencia de la pareja genera un aumento en la intensidad y frecuencia del deseo de estar junto a ella, sin importar los costos que eso implique. Esto evidencia, por un lado, la dificultad de estar en paz con uno mismo y, por otro, la aversión que se siente hacia la propia compañía, lo que altera la percepción y prioriza la necesidad de la presencia del otro.

- **Premiencia de la Pareja:** Prioriza a la pareja sobre todas las cosas y personas, le brinda toda su atención e importancia, descuidando sus propias necesidades. Castello (2005) refiere que la prioridad de la pareja se va a sobreponer ante cualquier cosa y estas a su vez va a generar déficit en las habilidades sociales, genera estados anímicos negativos afectando otras áreas de su desempeño.
- **Necesidad de conexión con la pareja:** Comportamiento de acosar por medio de llamar y mensajes, un apego intenso y el deseo de compartir actividades únicamente con la pareja. La persona dependiente busca tener cuidado en su apariencia física y llega en ocasiones a sufrir el trastorno alimenticio; vive una constante sumisión hacia su pareja dentro de su preocupación, llega a exacerbar ciertas interpretaciones frente a las reacciones no verbales emitidas por su pareja infiriendo estas en sus pensamientos que le generan malestar (Castelló, 2005).

- Deseos de Exclusividad: focalización exclusiva sobre la persona, esperando que la pareja proceda del mismo modo. Se aísla de su entorno. Por su parte Riso (2013) hace referencia a la exclusividad radical, ya que la persona dependiente padece de “una fidelidad biológica obligada”, es decir, que su atención y concentración está solo enfocado en una persona de su interés capturado y focalizado.
- Subordinación y Sumisión: Referidas a las conductas, pensamientos y afectos de la pareja, y los propios son minimizados. Así el individuo dependiente asume su rol subordinado.
- Es donde la obediencia forma parte de la relación entre la persona dependiente y su pareja idealizada formando como conducta normal entre los mismos, los roles se encuentran establecidos entre ambos tanto como dominante y subordinado se mantiene este tipo de vínculo con la finalidad de agradar y satisfacer a la dominante, inhibe así sus anhelos, actividades, necesidades a nivel físico, sexual, laboral, económico de la subordinada (Castelló, 2005).
- Deseo de Controlar y Dominar: Se busca captar la atención y el afecto de la pareja, así como establecer un control que asegure la relación y la permanencia del otro. La acción está motivada por anhelo de posesión el dominio y control el objeto amado, un deseo que a menudo está arraigado en el miedo a la soledad y al abandono. Esta búsqueda constante de afecto y atención por parte de la pareja se convierte en un medio para asumir el control de la relación y garantizar su continuidad (Castelló, 2005).

2.2.2. Calidad de vida

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la calidad de vida se define como la percepción que una persona tiene sobre su situación en la vida, en relación con el contexto cultural y el sistema de valores en el que se encuentra, así como en función de sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones. Es un concepto de amplio alcance que está atravesado de forma compleja por la salud física de la persona, su estado fisiológico, el nivel de independencia, sus relaciones sociales y la relación que tiene con su entorno.” (OMS, 2002).

En la actualidad, el término "calidad de vida" abarca una variedad de dimensiones que reflejan las necesidades biológicas, económicas, sociales y psicológicas, tanto a nivel individual como comunitario. Además, este concepto se vincula estrechamente con diversos aspectos del bienestar social. (María, G.B. 2009).

Por su parte, Szalai, (1980) define calidad de vida como la evaluación subjetiva del carácter bueno o satisfactorio de la vida como un todo, que puede apreciarse como lo que la persona hace de su vida para satisfacerse, comparándolo con lo que él percibe como ideal. Celia y Tulsy (1990) sugieren que dentro de este contexto también es posible encontrar tanto el bienestar material como el espiritual, enmarcados en un contexto social y cultural, según lo plantea Quintero (1992).

Para Schalock (2003) la calidad de vida se define como un concepto que refleja las condiciones de vida deseadas por una persona en relación a su vida en el hogar y en la comunidad, en el trabajo (o escuela en el caso de los niños), y de salud y bienestar. La calidad de vida es un fenómeno subjetivo que se basa en la percepción individual

de diversos aspectos de las experiencias vividas. Esta percepción abarca características personales, condiciones objetivas de vida y las opiniones de personas significativas en la vida del individuo. Por lo tanto, el estudio de la calidad de vida percibida se centra en la relación entre lo objetivo y lo subjetivo. Entre los aspectos más comunes que se consideran para medir la calidad de vida se encuentran: la vida en el hogar y en la comunidad, el empleo (incluyendo el nivel económico), la integración social (familia, amigos y redes de apoyo) y el estado de salud, entre otros.

Teorías sobre calidad de vida.

Según la teoría de Belisario (1998) la expresión calidad de vida comprende aspectos materiales del ambiente y la percepción que tiene el individuo de ese ambiente. Es decir refiere que es necesario que la persona integre el valor personal con su entorno material y lo socioemocional, todo esto dentro de un contexto cultural específico, lo que le va permitir definir su percepción de bienestar.

Flores (1986), “Una verdadera calidad de vida está consubstanciada con la condición de pueblos libres, con el respeto recíproco en todas las expresiones culturales y con la satisfacción de las necesidades básicas de la sociedad humana en toda su dimensión”. También se va centrar de forma significativa en las diversas condiciones de índole material, las vivencias personales, la libertad y el aprendizaje de habilidades de iniciativa, de relaciones de interacción social, lo que favorece la autodeterminación.

Teoría necesidades básicas

Esta teoría se centra en satisfacer las necesidades básicas de una persona, como tener comida suficiente, un lugar donde vivir y acceso a la sanidad y la educación,

es el principal objetivo de esta idea. Se considera que la calidad de vida de una persona mejorará si se atienden estas necesidades.

Alguacil (1998) menciona que Maslow organiza una escala ascendente de categorías de necesidades. Donde lo organiza en dos bloques, en la cual la persona tiene que satisfacer las necesidades de niveles bajos (objetivos), para verse impulsado a realizar las necesidades más elevadas (subjetivas). En el primer bloque se si tiene a:

- Necesidades fisiológicas; también conocidas como las necesidades básicas en la cual sin su satisfacción no sería posible desarrollar las demás necesidades, y su falta de consideración a esta necesidad amenaza la sobrevivencia de la persona.
- Necesidades de salud y seguridad; donde la persona debe sentirse seguros en la vida, donde se encuentran ausentes los riesgos y peligros, dando una cierta estabilidad en el orden y la seguridad.
- Necesidades de pertenencia y filiación; la persona siente la necesidad de reconocer y ser reconocido, por los suyos. Esta necesidad establece que la persona debe tener lazos o vínculos con otras personas, sintiéndose arraigados en lugares o en la formación de grupos; por lo tanto, el ambiente social debe posibilitar las relaciones amicales, de asociación y relaciones sociales.
- Necesidades de reconocimiento; esta necesidad se basa en la estima, como nos ve los demás y como nos vemos. En la cual muestra las condiciones de evaluación personal y el reconocimiento de los otros hacia uno mismo, muestra la capacidad de sentirse incluido en un cuerpo social.

En un segundo bloque Maslow desarrolla la quinta necesidad, que lo denomina autorrealización, Espinoza (2023), también conocida como motivación de

crecimiento o necesidad de ser, proporciona la oportunidad de que las circunstancias consigan impulsos hacia objetivos ilimitados cuando se satisfacen las demás necesidades, de la más baja a la más alta. Cada persona tendrá demandas únicas de autorrealización, como las de apoyo moral, espiritual y ayuda desinteresada.

Teoría de los dominios

Olson & Barnes (como citó Grimaldo, 2003). Formula que la satisfacción de las áreas de experiencia de una persona constituye su calidad de vida, los dominios. En la cual cada dominio se caracteriza por un área de la experiencia de la persona, por ejemplo, amigos, educación, trabajo, familia, etc. Es así que cada persona logra realizar cada dominio, que constituye un juicio individual y subjetivo para lograr sus intereses.

García (2008) refiere un concepto subjetivo, para referirse a calidad de vida, donde se relaciona la persona y el ambiente, en la cual la persona percibe la calidad de vida como posibilidad de las circunstancias, para realizar sus satisfacciones.

Olson & Barnes (como citó Summers, 2005) manifiesta dos posturas de calidad de vida:

- Objetiva: vínculo con las estructuras sociales, la normativa de trabajo y las actividades de las distintas agrupaciones sociales.
- Subjetiva: grado de insatisfacción o de satisfacción que la persona logra en sus experiencias de vida.

Para Grimaldo (2012). El vínculo entre las condiciones objetivas y las condiciones subjetivas o personales, que se traduce en un mayor o menor valor del placer y la satisfacción de las personas, tiende a determinar la calidad de vida. No existe una definición última de lo que constituye una buena vida, por lo que es inherente a toda

persona buscar la mejor calidad de vida posible, como demuestra su potencial de bienestar social, físico y mental.

Dimensiones de la variable calidad de vida para la presente investigación:

Las dimensiones de calidad de vida según Schalock, Verdugo, Arias y Gómez. (2009):

- El bienestar emocional (BE) se refiere a la sensación de tranquilidad y seguridad que experimentamos, así como a la ausencia de preocupaciones en nuestra vida diaria.
- Por otro lado, las relaciones interpersonales (RI) implican la calidad de nuestras interacciones con los demás y la capacidad de mantener relaciones saludables en nuestro entorno social.
- El bienestar material (BM) abarca la disponibilidad de recursos financieros suficientes para cubrir nuestras necesidades y deseos, así como la posesión de un lugar apropiado tanto para vivir como para trabajar.
- Desarrollo Personal (DP): Se refiere a la capacidad de adquirir nuevos conocimientos y crecer en lo personal.
- Bienestar Físico (BF): Implica mantener hábitos alimenticios y de ejercicio saludables, así como tener acceso a atención sanitaria, disfrutar de un sueño reparador y cuidar de la salud en general.
- Autodeterminación (AU): Es la habilidad para ser autónomo y tener la posibilidad de decidir cómo quiere vivir en todos los aspectos de su vida.
- Inclusión Social (IS): Hace referencia a la integración y participación del individuo en su comunidad y en otros entornos, sintiéndose parte activa de la sociedad.

- Derechos (DE): Abarca el reconocimiento y el respeto de sus opiniones, deseos, derechos, inquietudes y su forma de ser.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Se observa una relación entre la dependencia emocional y la calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, en el año 2025.

2.3.2. Hipótesis específicas

HE1. Hay relación entre miedo a la ruptura y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

HE2 Hay correlación entre miedo e intolerancia a la soledad y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

HE3. Existe asociación entre priorizar de la pareja y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

HE4. Existe relación entre necesidad de acceso a la pareja en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

HE5. Hay relación entre deseo de exclusividad en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

HE6. Hay relación entre subordinación y sumisión y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

HE7. Hay relación entre deseo de control y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

CAPITULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

En el informe, se adoptó la estrategia metodológica deductivo hipotético como fundamento metodológico, lo cual implicó la adhesión a un procedimiento riguroso, sistemático y controlado. Este enfoque metodológico tuvo como objetivo principal enriquecer el entendimiento de los conceptos sobre las variables, a través de la generación de evidencia empírica sólida y la aplicación crítica del análisis (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

3.2. Enfoque de la investigación

La metodología de este estudio se fundamentó en un enfoque cuantitativo, dado que este enfoque inició con la identificación y la formulación precisa de una pregunta de investigación, seguido por una exhaustiva revisión de la literatura y documentación oficial pertinente al tema de estudio (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

3.3. Tipo de investigación

La investigación presente fue básica, enfocándose en la utilización de los conocimientos adquiridos para abordar problemas concretos relacionados con las dos variables de estudio (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

3.4. Diseño de investigación

El estudio adoptó un diseño no experimental de corte transversal, ya que las variables no fueron manipuladas y se llevó a cabo únicamente durante el año un determinado periodo de tiempo. (Hernández, et al 2018)., También se limitó a observar

circunstancias ya existentes debido a la capacidad de influencia en las variables y en sus efectos.

El corte de la investigación fue transversal porque el estudio se realizó en un determinado periodo de tiempo. (Hernández-Sampieri y Mendoza 2018)

Nivel: Este estudio fue de tipo correlacional, ya que tuvo como objetivo establecer la relación entre las variables de dependencia emocional y la calidad de vida.

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

La población estuvo constituida por 133 mujeres beneficiarias del programa vaso de leche de la región Ayacucho. Con diferentes rangos de edad, siendo estas mujeres gestantes y mujeres lactantes. Considerando que la población es definida según Arias (2006, p. 81) como “un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación. Esta queda delimitada por el problema y por los objetivos del estudio”.

Criterios de inclusión

Mujeres gestantes que inscritas en el programa de vaso de leche

Mujeres lactantes inscritas en el programa vaso de leche

Mujeres gestantes y lactantes que acepten voluntariamente participar en el estudio.

Criterios de exclusión

Mujeres gestantes que no estén inscritas en el programa de vaso de leche

Mujeres lactantes que no estén inscritas en el programa del vaso de leche.

Mujeres gestantes y lactantes que no deseen participar en el estudio.

3.5.2. Muestra

Tamayo y Tamayo (2007), La investigación realizada conto con una muestra estimada de 115 mujeres. define la muestra como, lo que es definida por Tamayo y Tamayo (2007) como " el grupo de individuos que se toma de la población, para estudiar un fenómeno estadístico".

3.5.3 Muestreo

El muestreo fue no probabilístico, por conveniencia, ya que este procedimiento estuvo basado en la selección de la población a aplicar. Lo que es definida por Hernández, Fernández y Baptista, 2018). Como un procedimiento de muestreo cuantitativo en el que el investigador selecciona a los participantes, ya que están dispuestos y disponibles para ser estudiados, siendo las mujeres elegidas debido al fácil acceso y disponibilidad de estas para poder ser parte de la muestra y de acuerdo a los siguientes criterios de inclusión y exclusión.

3.6. Variables y operacionalización

Dependencia emocional

Definición conceptual

La dependencia emocional se refiere a un patrón de comportamientos adictivos y a la búsqueda de satisfacer necesidades emocionales que, al no estar cubiertas, se intentan lograr de manera desadaptativa a través de las relaciones con otras personas.

Definición operacional

Para realizar la presente investigación se obtendrá con la aplicación del inventario de dependencia emocional – IDE, Se identificarán diversas variables, tales como el miedo a la ruptura, la intolerancia a la soledad, la prioridad que se concede a la

pareja, la necesidad de cercanía con ella, los anhelos de exclusividad, así como las dinámicas de subordinación y sumisión, acompañadas del deseo de control y dominio.

Calidad de vida

Definición conceptual

Es la apreciación personal del valor positivo o satisfactorio de la vida en su totalidad, puede apreciarse como lo que la persona hace de su vida para satisfacerse, comparándolo con lo que él percibe como ideal.

Definición operacional

Para realizar la presente investigación se obtendrá con la aplicación del instrumento Escala de calidad de vida GENCAT. Se identificarán las variables que incluyen el bienestar emocional, las relaciones interpersonales, bienestar material, el desarrollo personal, el bienestar físico, la autodeterminación, la inclusión social y los derechos.

3.6. Operacionalización de la variable dependencia emocional

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Rango
Dependencia emocional	La dependencia emocional se conoce como los comportamientos adictivos y la búsqueda de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas	Para realizar la presente investigación se aplicó el inventario de dependencia emocional – IDE, y se conoció las variables como miedo a la ruptura, miedo e intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja, necesidad de acceso a la pareja, deseos de exclusividad, subordinación y sumisión y deseo de control y dominio.	Temor a la Ruptura	• Temor desmesurado a terminar una relación • Conductas poco convencionales	5,9,14,15,17,22,26,27,28	Bajo o normal [9-18] Significativo [19-27] Moderado [28-35] Alto [36-45]
			Miedo al abandono y a la soledad	• Angustia pavorosa ante alguna ausencia • Sentimientos desagradables • Deseo de iniciar una relación cuanto más antes mejor. • Evitación al abandono y soledad	4,6,13,18,19,21,24,25,29,31,46	Bajo o normal [11-22] Significativo [23-33]. Moderado [34-43] Alto [44-55]
			Prioridad de la Pareja	• Enaltecimiento de las conductas • Pensamientos primordiales sobre la pareja • Fuertes sentimientos hacia la pareja • Abundante interés por la pareja • Dependencia de la otra persona • Subordinación	30,32,33,35,37,40,43,45	Bajo o normal [8-16] Significativo [17-24]. Moderado [25-31] Alto [32-40]
			Necesidad de Acceso a la Pareja	• Deseo de tener a la pareja en todo momento • Busca ser la primera atención • Brinda mucha importancia a la pareja. • Descuido personal • Busca cubrir sus necesidades solo con la pareja.	10,11,12,23,24,48.	Bajo o normal [6-12] Significativo [13-18] Moderado [19-23] Alto [24-30]
			Deseos de Exclusividad	• Demanda física exagerada • Demanda mental exagerada • Acoso hacia otra persona • Aferramiento extremo • Aislamiento de su entorno social • Anhelo de disfrutar de la compañía de la pareja en las actividades diarias.	16,36,41,42,49	Bajo o normal [5-10] Significativo [11-15] Moderado [16-19] Alto [20-25]

			Subordinación y Sumisión • Focalización exclusiva en la pareja • Focalización aislacionista • Busca reciprocidad • Tiende a tener sentimientos de inferioridad	1,2,3,7,8	Bajo o normal [5-10] Significativo [11-15]. Moderado [16-19] Alto [20-25]
			Deseo de posesión y dominio • Búsqueda de ser el centro de atención • Búsqueda de amor y cariño • Busca dominar la relación con la pareja • Busca extender la relación con su pareja • Afán de posesividad • Desgaste energético	20, 38, 39, 44, 47	Bajo o normal [5-10] Significativo [11-15] Moderado [16-19] Alto [20-25]

Operacionalización de la variable calidad de vida

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Item	Rango
Calidad de vida	Evaluación subjetiva del carácter bueno o satisfactorio de la vida como un todo, que puede apreciarse como lo que la persona hace de su vida para satisfacerse, comparándolo con lo que él percibe como ideal	Para poder realizar el trabajo de investigación se aplicó la prueba GENCAT validada por Keyla Carranza Paz y Kelly Quiroz López (2019)	Bienestar emocional	• Autoconcepto • Falta de estrés o sentimientos negativos • Satisfacción	1,2,3,4,5,6,7,8	Baja 0-8 Regular 9-16 Buena 17-24 Muy buena 25-32
			Relaciones interpersonales	• Relaciones sociales y familiares • Amigos duraderos • Relaciones positivas • Relaciones amorosas saludables • Sexualidad segura	9,10,11,12,13,14,15,16,17,18	Baja: 0-10 Regular: 11-20 Buena: 21-30 Muy Buena: 32-40
			Bienestar material	• Salario mínimo para vivir • Vivienda • Trabajo estable • Posesión de bienes materiales	19,20,21,22,23,24,25,26	Baja: 0-8 Regular: 9-16 Buena: 17-24 Muy Buena: 25-32]
			Desarrollo personal	• Desarrollo de habilidades • Mostrar sus límites • Capacidad de acceder a nuevas tecnologías • Buscar aprendizaje • Desarrollo de habilidades funcionales • Demostrar capacidades en el trabajo	27,28,29,30,31,32,33,34	Baja: 0-8 Regular: 9-16 Buena: 17-24 Muy Buena: 25-32
			Bienestar físico	• Manejo de una vida saludable • Atención de la salud • Descanso	35,36,37,38,39,40,41,42	Baja 0-8 Regular 9-16 Buena 17-24 Muy buena 25-32

			Autodeterminación	• Autonomía • Metas personales • Oportunidad de tomar decisiones • Valores personales	43,44,45,46,47,48,49,50,51	Baja 0-9 Regular 10-18 Buena 19-27 Muy buena 28-36
			Inclusión social	• Integración comunitaria • Participación con la sociedad • Apoyos sociales • Cumplimiento de roles de su comunidad	52,53,54,55,56,57,58,59	Baja 0-8 Regular 9-16 Buena 17-24 Muy buena 25-32
			Derechos	• Derechos humanos • Derechos legales	60,61,62,63,64,65,66,67,68,69	Baja 0-10 Regular 11-20 Buena 21-30 Muy buena 31-40

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

El instrumento seleccionalo, se aplicó el cuestionario, el cual se compone de una agrupación estructurada de preguntas dispuestas de manera secuencial en una tabla, acompañadas de opciones de respuesta previamente establecidas. Este formato estandarizado garantiza que todas las interrogantes converjan en un único propósito, facilitando la recolección de datos uniformes por parte de los encuestados (Arias et al., 2022).

La encuesta, como lo define Carrasco en el 2008, es una técnica de investigación social que permite explorar, indagar y recolectar datos, planteando preguntas de manera directa o indirecta a los sujetos que comprende la muestra (p. 314).

La observación: comprendido por Hernández et al. (2014) como un registro sistemático, confiable y valido para situaciones y comportamientos observables, mediante una agrupación de categorías y subcategorías. Se utilizaron técnicas psicométricas, los inventarios psicológicos para la dependencia emocional y la calidad de vida.

3.7.2. Instrumentos

Los instrumentos que se utilizaron para la recolección de información sobre las variables del estudio fueron los siguientes: la escala de dependencia emocional y el cuestionario de calidad de vida.

Como expresa Hernández (2010) viene a ser una agrupación de preguntas que integra una variable, con la intención de medirla. Esto debe estar relacionado con La problemática, los objetivos y las hipótesis.

Instrumento 1. Inventario de dependencia emocional- IDE

Ficha Técnica

Nombre	Inventario de dependencia emocional- IDE
Autores	Jesús Joel Aiquipa Tello
Año	2010
Procedencia	Perú
Adaptación al español	Jesús Joel Aiquipa Tello
Administración	Individual o colectiva
Edad	Mayores de 18 años
Duración	Aproximadamente 20 a 25 minutos
Significación	Evaluar la dependencia emocional de una personal en el contexto de su relación de pareja.
Material	Manual
Descripción	El IDE está conformado por 49 ítems y posee 7 dimensiones; las opciones de respuesta son: Rara vez o nunca es mi caso, pocas veces es mi caso, regularmente es mi caso, muchas veces es mi caso y muy frecuente o siempre es mi caso. Cada uno de estas alternativas tiene un valor indicado del (1 al 5) con el formato de una escala Likert que posteriormente será sumado de acuerdo a la respuesta del evaluado (a).

Interpretación: Baremos

Baremos de la variable Dependencia emocional

	Bajo o normal	Significativo	Moderado	Alto
D1 = Miedo a la ruptura	9-18	19-27	28-35	36-45
D2= Miedo e intolerancia a la Soledad	11-22	23-33	34-43	44-55
D3 = Prioridad de pareja	8-16	17-24	25-31	32-40
D4 = Necesidad de acceso a la Pareja	6-12	13-18	19-23	24-30
D5 = Deseos de exclusividad	5-10	11-15	16-19	20-25
D6 = subordinación y Sumisión	5-10	11-15	16-19	20-25
D7 = Deseos de control y Dominio	5-10	11-15	16-19	20-25
V2 = Dependencia emocional	1-30	31-50	51-70	71-99

Escala de calidad de vida GENCAT

Ficha Técnica

Nombre	Escala GENCAT
Autores	Miguel Ángel Verdugo Alonso, Benito Arias Martínez, Laura E. Gómez Sánchez y Robert L. Schalock.
Procedencia	España
Adaptación al español	Keyla Carranza Paz y Kelly Quiroz López (2019)
Procedencia	Perú
Administración	Individual
Total, de ítems	69
Duración	Aproximadamente 10 a 15 minutos
Aplicación	Adultos mayores de 18 años

Significación	Evaluación objetiva de la calidad de vida, que abarca aspectos como el bienestar emocional, físico y material, así como las relaciones interpersonales, la inclusión social, el desarrollo personal, la autodeterminación y los derechos individuales.
Descripción	Consta de 69 ítems, es un modelo multidimensional en ocho dimensiones, con respuestas para ser marcadas, se interpreta por cada dimensión.
Interpretación	Baremos, puntuaciones estándar (Media es 10; Desviación típica es 3) de cada dimensión de calidad de vida, percentiles e índice de calidad de vida.

3.7.3. Validación de Instrumentos

Inventario de dependencia emocional- IDE

Aiquipa (2013) demuestra la validez de constructo con el análisis factorial al evaluar la adecuación de las matrices de correlaciones. Para ello, utilizó la muestra de Kaiser-Meyer-Olkin, obteniendo un valor satisfactorio de 0.96.

Además, El test de esfericidad de Barlett resultó ser significativo ($\chi^2 = 10969.743$; $\alpha = .000$) Lo que indica la existencia de correlaciones relevantes y la conveniencia de realizar el análisis factorial.

Se realizó análisis factorial confirmatorio, en el que se analizaros 8 factores relacionados, se obtuvieron índices S-B $\chi^2 (3122) = 734.325$; $p < .05$; CFI = .907; NNFI = .894; RMSEA = 0.044, indicando un adecuado ajuste entre el modelo teórico y el propuesto.

En el contenido se obtuvieron índices de V de Aiken entre .80 y 1.00.; indicando la pertinencia para medir el constructo. Carranza y Quiroz (2019).

3.7.4. Confiabilidad

Inventario de dependencia emocional- IDE

La confiabilidad se evaluó utilizando el método de división por mitades. El coeficiente de correlación “r” de Pearson, ajustado con la fórmula de Spearman-Brown, alcanzó un valor de 0.91 (Aiquipa, 2012).

Escala de calidad de vida. GENCAT

La confiabilidad lo evaluaron, utilizando el Alfa de Cronbach. Los resultados mostraron los siguientes índices: bienestar emocional con $\omega = .76$, relaciones interpersonales con $\omega = .76$, bienestar material con $\omega = .73$, desarrollo personal con $\omega = .75$, bienestar físico con $\omega = .64$, autodeterminación con $\omega = .81$, inclusión social con $\omega = .82$ y, finalmente, la dimensión derechos con $\omega = .85$. Esto indica que el factor de bienestar físico presenta una baja confiabilidad, ya que su índice se sitúa por debajo de .70 (Carranza y Quiroz, 2019)

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

En el estudio realizado, el procesamiento y analizar los datos se llevó cabo conforme al siguiente detalle:

Previo a la recolección de los datos se coordinó y comunicó a las integrantes del programa el objetivo de la investigación, evaluando a las que muestren su consentimiento.

A continuación, se realizó el procedimiento de análisis de datos conforme se detalla a continuación:

- Para el procesamiento de datos se realizó una base de datos en Microsoft Excel 2019 y se trasladó el paquete estadístico para ciencias sociales (SPSS).²⁵ Dentro de la estadística se utilizó la estadística descriptiva e inferencial en primera instancia

utilizando la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para poder determinar la normalidad de los datos recogidos para posteriormente seleccionar el estadístico para realizar la relación de las variables.

- Se realizó la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov, la cual nos permitió determinar que las puntuaciones obtenidas de la muestra siguen una distribución no normal. En otras palabras, esta prueba permitió evaluar el grado de coincidencia entre la distribución de un conjunto de datos y una distribución teórica específica.
- Se empleó la estadística descriptiva para verificar los datos recogidos, que permitió comprender la distribución y calcular porcentajes, así como la desviación estándar, entre otros aspectos. Por otro lado, para llevar a cabo los análisis multivariados, se hizo uso de la estadística inferencial, que ayudó a obtener los resultados necesarios para comprobar las hipótesis y objetivos planteados en este estudio.

3.9. Aspectos éticos

Para la presente investigación se tuvo en cuenta en el cumplimiento del código de ética de psicología y deontológico del colegio de psicólogos del Perú del capítulo 8 que menciona sobre los instrumentos de investigación como nos refiere en el artículo 50 que menciona que después de aplicar el test se debe dar a conocer los resultados de manera clara y precisa; esto se tuvo en cuenta, ya que después de culminar con esta investigación se hará llegar los resultados al programa. Asimismo, Otro de los capítulos que nos hace mención en el artículo 65 sobre las publicaciones, donde menciona primeramente que en una investigación si se hace mención o se recopila información de otra investigación se tiene que incluir el nombre del autor, preservando los derechos del autor.

El código bioético de Helsinki, introducidas por la 52ª Asamblea General de la Asociación Médica Mundial en octubre del año 2000,” El propósito principal de la investigación médica en seres humanos es mejorar los procedimientos preventivos, Incluso, los mejores métodos preventivos, diagnósticos y terapéuticos disponibles deben ponerse a prueba continuamente a través de la investigación para que sean eficaces, efectivos, accesibles y de calidad (Manzini,2000).

Finalmente, se ha considerado el reglamento de ética de la Universidad Norbert Wiener, considerando la integridad académica, no se vulnerarán derechos de autor y el trabajo fue sometido a revisión de similitudes mediante el software antiplagio Turnitin. Considerando el 20% y el 4% a nivel de fuentes. También, se utilizó el formato Wiener APA en su 7.ª edición y se siguió lo establecido en la guía de redacción de investigación.

CAPÍTULO IV: EL PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Tabla 1

Descripción por Estado Civil

	Frecuencia	Porcentaje
Casado	17	14,8%
Soltero	98	85,2%
Total	115	100%

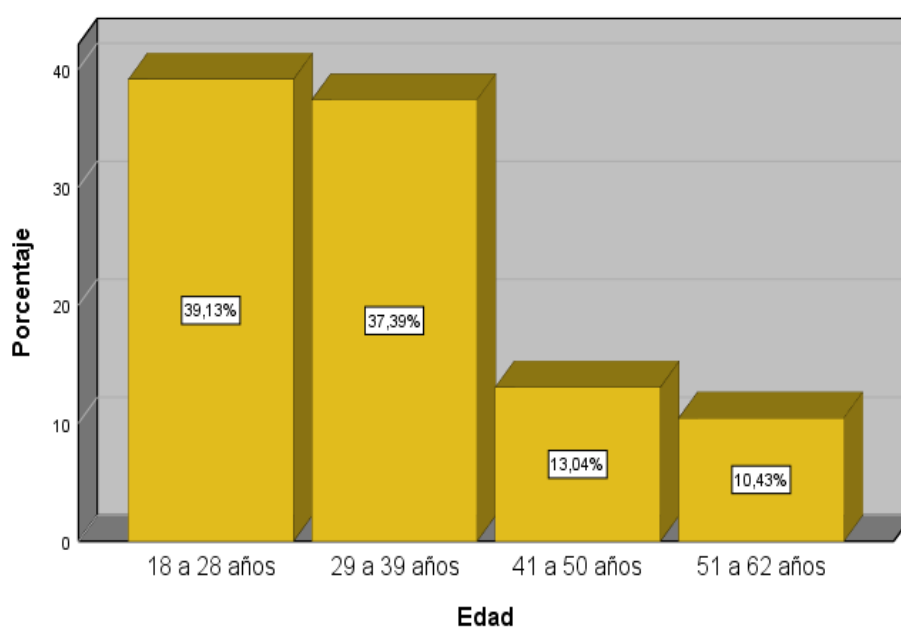
Figura 1. Participantes según estado civil



Como se observa en la tabla 1 y figura 1, la mayor parte de los participantes, que conformaron esta investigación, tienen el estado civil soltero (85,2%), y en menor proporción tienen el estado civil casado (14,8%).

Tabla 2*Descripción por rango de edad*

	Frecuencia	Porcentaje
18 a 28 años	45	39,1%
29 a 39 años	43	37,4%
41 a 50 años	15	13,0%
51 a 62 años	12	10,4%
Total	115	100%

Figura 2. Participantes según rango de edad

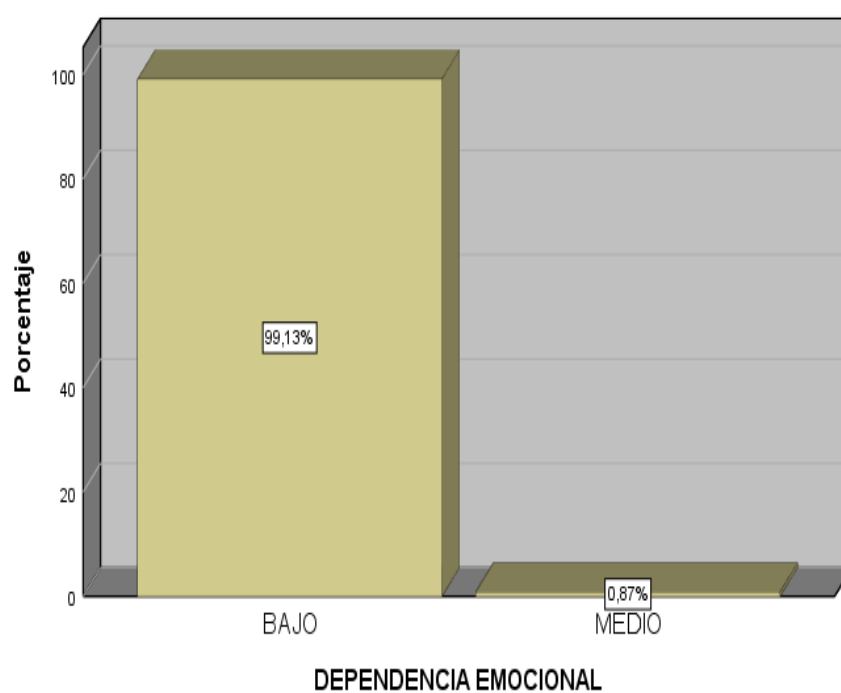
Como se observa en la tabla 2 y figura 2, la mayor parte de los participantes, que conformaron esta investigación, tienen entre 18 a 28 años de edad (39,1%), y en menor proporción fueron de entre 51 a 62 años de edad (10,4%).

Tabla 3

Nivel de Dependencia Emocional

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	114	99,1%
Medio	1	,9%
Total	115	100%

Figura 3. *Nivel de dependencia emocional*

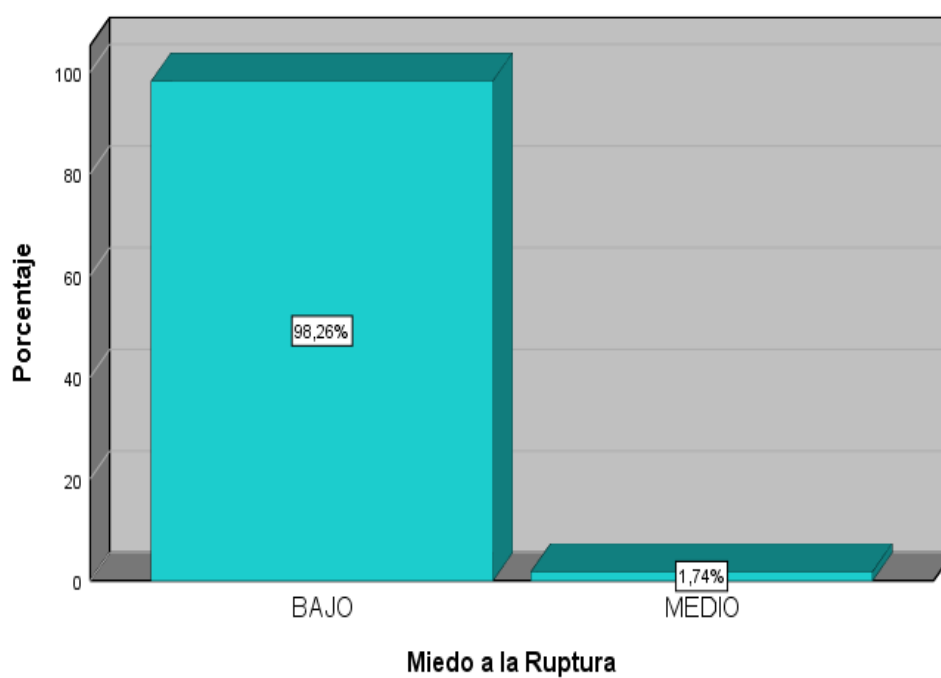


En la tabla 3 y figura 3, se presenta el nivel de Dependencia Emocional de los participantes, de los cuales la mayoría presentó un nivel bajo (99,1%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel medio (0,9%).

Tabla 4,
Nivel de dimensión miedo a la ruptura

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	113	98,3%
Medio	2	1,7%
Total	115	100%

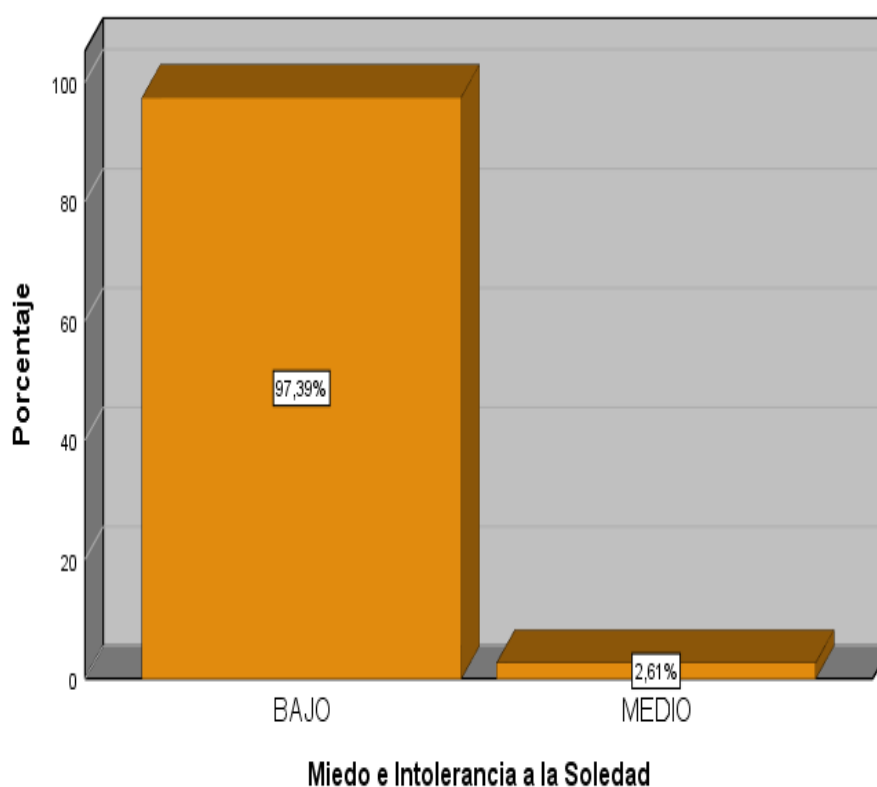
Figura 4. *Nivel de la dimensión miedo a la ruptura*



En la tabla 4 y figura 4, se presenta el nivel de dimensión miedo a la ruptura de los participantes, de los cuales la mayoría presentó un nivel bajo (98,3%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó entre un nivel medio (1,7%).

Tabla 5.*Nivel de Dimensión Miedo e Intolerancia a la Soledad*

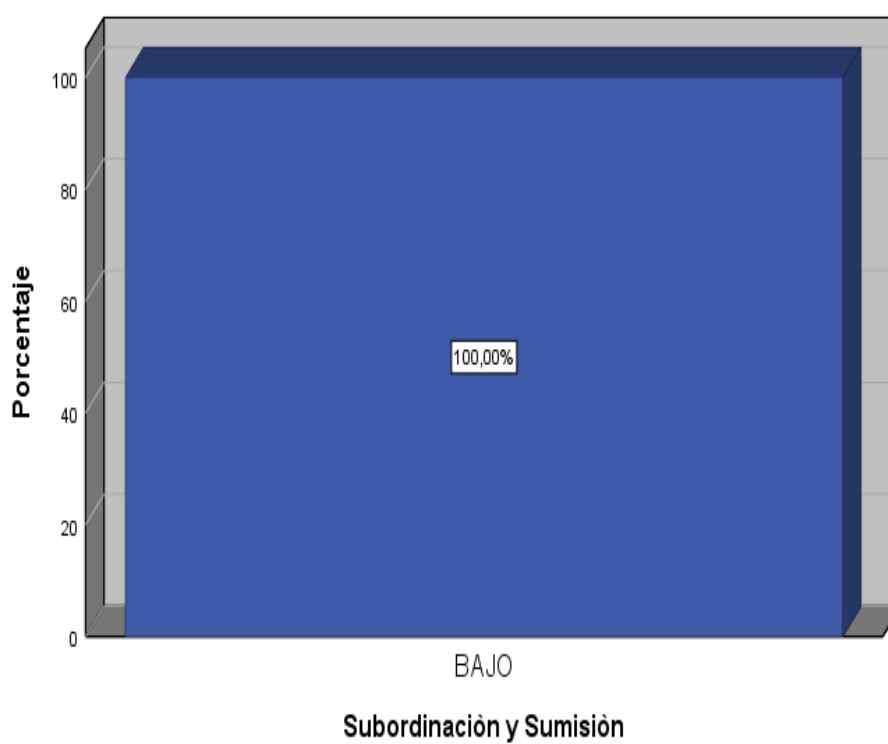
	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	112	97,4%
Medio	3	2,6%
Total	115	100%

Figura 5. *Nivel de dimensión miedo e intolerancia a la Soledad*

En la tabla 5 y figura5, se presenta el nivel de dimensión miedo e intolerancia a la soledad de los participantes, de los cuales la mayoría presentó un nivel bajo (97,4%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel medio (2,6%).

Tabla 6.*Nivel de dimensión subordinación y sumisión*

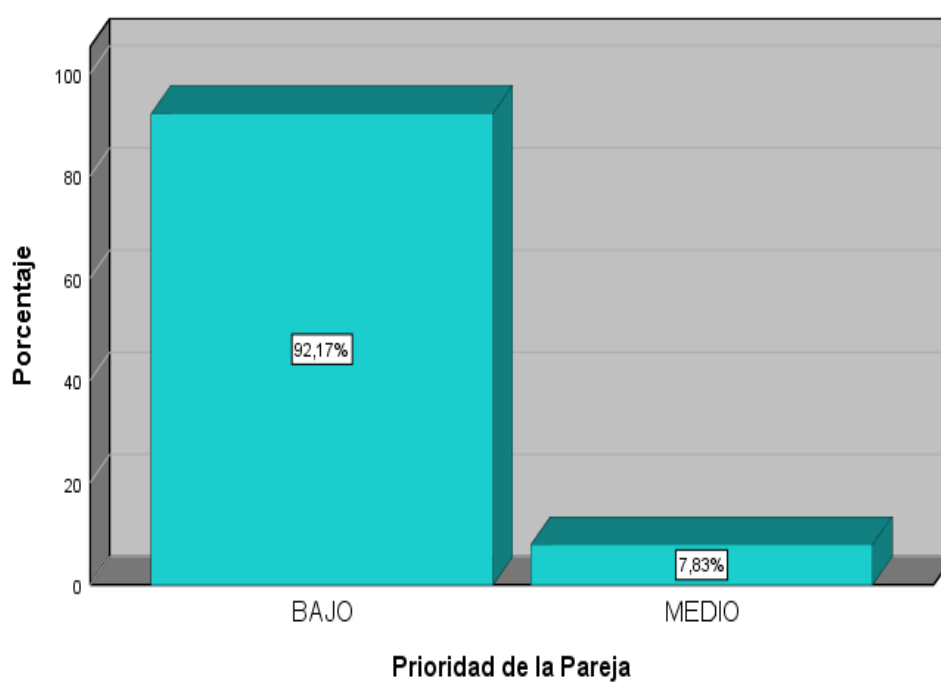
	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	115	100%
Total	115	100%

Figura 6. *Nivel de dimensión subordinación y sumisión*

En la tabla 6 y figura 6, se presenta el nivel de la dimensión subordinación y sumisión de los participantes, de los cuales el total de participantes presentaron un nivel bajo (100%)

Tabla 7*Nivel de Dimensión prioridad de la pareja*

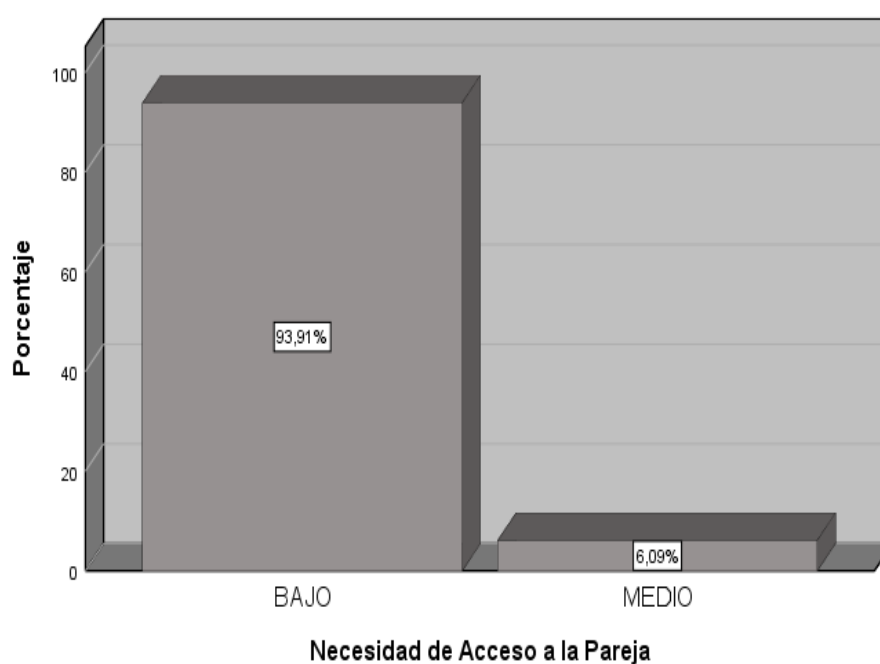
	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	106	92,2%
Medio	9	7,8%
Total	115	100%

Figura 7. *Nivel de dimensión prioridad de la pareja*

En la tabla 7 y figura 7, se presenta el nivel de dimensión prioridad de la pareja de los participantes, de los cuales la mayoría presentó un nivel bajo (92,2%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel medio 7,8%).

Tabla 8.*Nivel de Dimensión Necesidad de Acceso a la Pareja.*

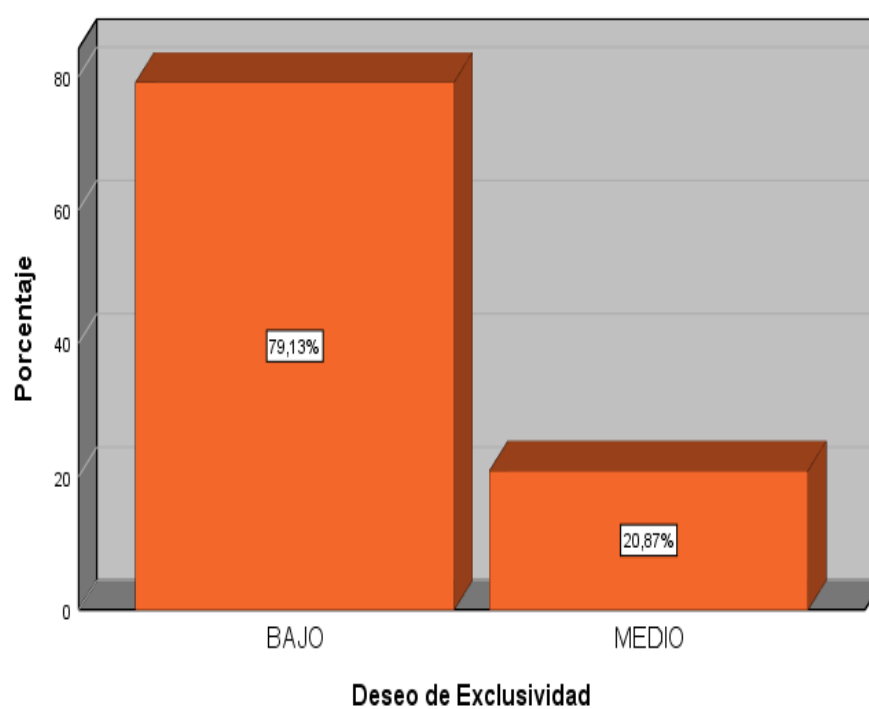
	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	108	93,9%
Medio	7	6,1%
Total	115	100%

Figura 8. Nivel de dimensión necesidad de acceso a la pareja

En la tabla 8 y figura 8, se presenta el nivel de dimensión necesidad de acceso a la pareja de los participantes, de los cuales la mayoría presentó un nivel bajo (93,9%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel medio 6,1%).

Tabla 9.*Nivel de Dimensión Deseo de Exclusividad*

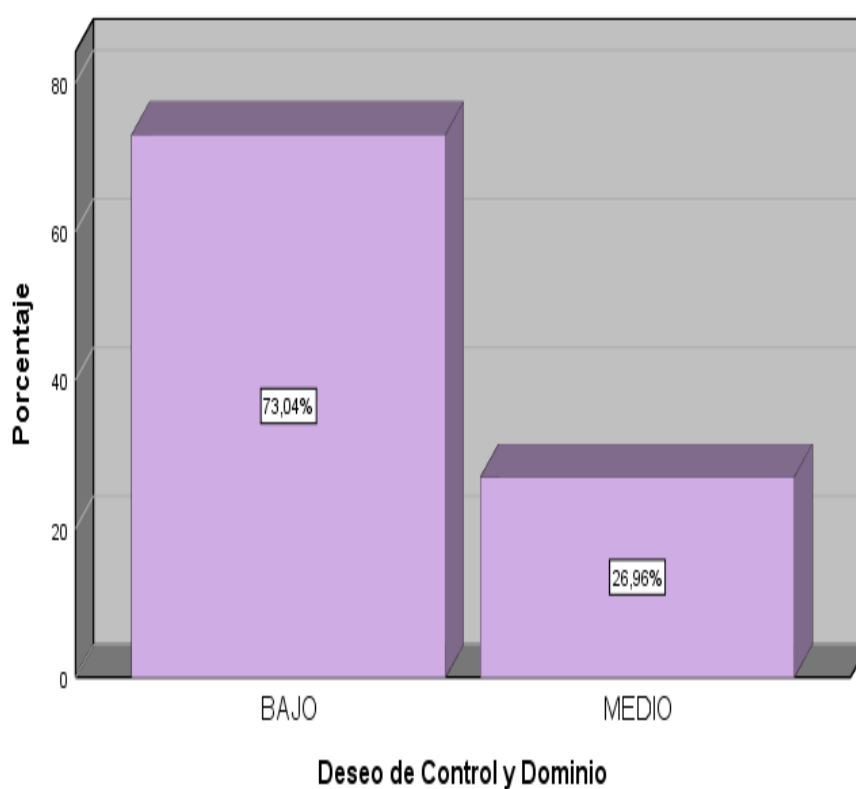
	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	91	79,1%
Medio	24	20,9%
Total	115	100%

Figura 9. *Nivel de dimensión deseo de exclusividad*

En la tabla 9 y figura 9, se presenta el nivel de dimensión deseo de exclusividad de los participantes, de los cuales la mayoría presentó un nivel bajo (79,1%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel medio (20,9%).

Tabla 10*Nivel de dimensión deseo y control de dominio*

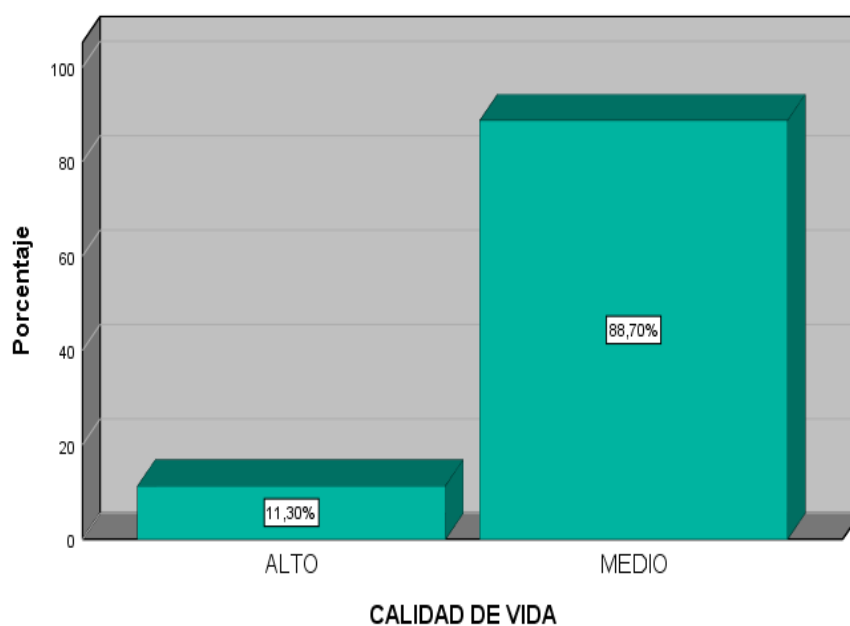
	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	84	73,0%
Medio	31	27,0%
Total	115	100%

Figura 10. *Nivel de dimensión deseo y control de dominio*

En la tabla 10 y figura 10, se presenta el nivel de dimensión deseo de control y dominio de los participantes, de los cuales la mayoría presentó un nivel bajo (73,04%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel medio (27,0%).

Tabla 11*Nivel de Calidad de Vida*

	Frecuencia	Porcentaje
Alto	13	11,3%
Medio	102	88,7%
Total	115	100%

Figura 11. *Nivel de calidad de vida*

En la tabla 11 y figura 11, se presenta el nivel de Calidad de Vida de los participantes, de los cuales la mayoría presentó un nivel medio (88,7%); mientras que, la menor proporción de participantes manifestó un nivel alto (11,3%).

4.1.2. Prueba de hipótesis

Prueba de normalidad

Tabla 12. *Prueba de normalidad de dependencia emocional y calidad de vida*

Variables	Kolmogorov Smirnov		
	Estadístico	Gl	Sig
Dependencia emocional	.128	115	.000
Temor a la ruptura	.160	115	.000
Temor e Intolerar a esta solo	.092	115	.000
Subordinación y sumisión	.150	115	.000
Priorizar a la pareja	.167	115	.000
Necesidad de acceder a la pareja	.184	115	.000
Deseo de ser exclusivo	.150	115	.000
Deseo de control y dominio	.191	115	.000
Calidad de vida	.070	115	.200
Bienestar emocional	.130	115	.000
Relaciones interpersonales	.160	115	.000
Bienestar material	.145	115	.000
Desarrollo personal	.205	115	.000
Bienestar físico	.180	115	.000
Autodeterminación	.132	115	.000
Inclusión social	.164	115	.000
Derechos	.136	115	.000

Los resultados de la tabla 12 indicaron que tanto la variable de Dependencia Emocional como Calidad de Vida no siguen una distribución normal ($p < 0.05$) al igual que sus dimensiones específicas, debido a esto se optó por emplear la prueba no paramétrica rho de Spearman para los análisis posteriores.

1. Prueba de hipótesis general

Ho: No está relacionado la dependencia emocional y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

Ha: Si existe relación entre dependencia emocional y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

2. Elección de nivel de significación (α)

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 115$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} < 0.05$, se rechaza H_0 y se acepta la H_a .

Tabla 13.

Coeficiente de Correlación entre Dependencia Emocional y Calidad de Vida

		Calidad de Vida
Dependencia Emocional	Rho Spearman	-.260
	P	.005
	N	115

En la tabla 13, se demostró valores de $p = .005$, lo cual es menor a $.05$ existiendo una relación estadísticamente significativa entre las variables; y un coeficiente de correlación $\rho = -.260$, siendo correlación inversa, estos valores indican, que la Dependencia Emocional demuestra relación inversa y negativa baja con el Calidad de Vida, por tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) es decir, existe relación entre Dependencia Emocional y Calidad de Vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

1. Prueba de hipótesis específica 1

H_0 : No se relaciona el temor a la ruptura y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

H_a : Si se relaciona el temor a la ruptura y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

2. Elección de nivel de significación (α)

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 115$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} > 0.05$, se rechaza H_a y se acepta la H_0 .

Tabla 14

Correlación entre Dimensión Miedo a la Ruptura y Calidad de Vida

		Calidad de Vida
Miedo a la Ruptura	Rho Spearman	-.152
	P	.105
	N	115

En la tabla 14, se demostró valores de $p = .105$, lo cual es mayor a $.05$ no existiendo una relación estadísticamente significativa entre las variables; y un coeficiente de correlación $\rho = -.152$, siendo correlación inversa, estos valores indican, que la dimensión Miedo a la Ruptura no demuestra relación con la Calidad de Vida, por tanto, se acepta la hipótesis nula (H_0) es decir, no existe relación entre la dimensión Miedo a la Ruptura y Calidad de Vida.

1. Prueba de hipótesis específica 2

H_0 : No existe la asociación del miedo e intolerancia a la soledad y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

H_a : Si existe la asociación del miedo e intolerancia a la soledad y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

2. Elección de nivel de significación (α)

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 115$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} > 0.05$, se rechaza H_a y se acepta la H_0 .

Tabla 15

Correlación entre dimensión miedo al abandono y a la soledad y Calidad de Vida

		Calidad de Vida
Miedo e Intolerancia a la Soledad	Rho Spearman	-.024
	P	.797
	N	115

En la tabla 15, se demostró valores de $p = .797$, lo cual es mayor a .05 no existiendo una relación estadísticamente significativa entre las variables; y un coeficiente de correlación $\rho = -.024$, siendo correlación inversa, estos valores indican, que la dimensión Miedo e Intolerancia a la Soledad demuestra relación inversa y negativa muy baja con la Calidad de Vida, por tanto, se acepta la hipótesis nula (H_0) es decir, no existe relación entre la dimensión Miedo e Intolerancia a la Soledad y Calidad de Vida

1. Prueba de hipótesis específica 3

Ho: No existe relación entre subordinación y sumisión y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

Ha: Si existe relación entre subordinación y sumisión y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

2. Elección de nivel de significación (α)

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 115$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} < 0.05$, se rechaza H_0 y se acepta la H_a .

Tabla 16.

Correlación entre dimensión subordinación y sumisión y calidad de vida

		Calidad de Vida
Subordinación y sumisión	Rho Spearman	-.194
	P	.038
	N	115

En la tabla 16, se demostró valores de $p = .038$, lo cual es menor a $.05$ existiendo una relación estadísticamente significativa entre las variables; y un coeficiente de correlación $\rho = -.194$, siendo correlación inversa, estos valores indican, que la dimensión subordinación y sumisión demuestra relación inversa y negativa muy baja con la Calidad de Vida, por tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) es decir, existe relación entre dimensión subordinación y sumisión y Calidad de Vida

1. Prueba de hipótesis específica 4

H_0 : No existe asociación de priorizar a la pareja y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

H_a : Si se relaciona el priorizar a la pareja y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

2. Elección de nivel de significación (α)

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 115$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} < 0.05$, se rechaza H_0 y se acepta la H_a .

Tabla 17.

Correlación entre dimensión prioridad de la pareja y Calidad de Vida

		Calidad de Vida
Prioridad de la Pareja	Rho Spearman	-.222
	P	.017
	N	115

En la tabla 17, se demostró valores de $p = .017$, lo cual es menor a $.05$ existiendo una relación estadísticamente significativa entre las variables; y un coeficiente de correlación $\rho = -.222$, siendo correlación inversa, estos valores indican, que la dimensión prioridad de la pareja demuestra relación inversa y negativa baja con la calidad de vida, por tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) es decir, existe relación entre dimensión prioridad de la pareja y calidad de Vida

1. Prueba de hipótesis específica 5

Ho: No existe relación entre necesidad de acceso a la pareja y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

Ha: Si existe relación entre necesidad de acceso a la pareja y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

2. Elección de nivel de significación (α)

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 115$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} < 0.05$, se rechaza H_0 y se acepta la H_a .

Tabla 18.

Correlación entre dimensión necesidad de acceso a la pareja y calidad de vida

		Calidad de Vida
Necesidad de Acceso a la Pareja	Rho Spearman	-.332
	P	.000
	N	115

En la tabla 18, se demostró valores de $p = .000$, lo cual es menor a $.05$ existiendo una relación estadísticamente significativa entre las variables; y un coeficiente de correlación $\rho = -.332$, siendo correlación inversa, estos valores indican, que la dimensión necesidad de acceso a la pareja demuestra relación inversa y negativa baja con la calidad de vida, por tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) es decir, esta relacionado la exigencia de acceder a la pareja y calidad de vida

1. Prueba de hipótesis específica 6

Ho: No existe relación entre el deseo de exclusividad y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

Ha: Si existe relación entre el deseo de exclusividad y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

2. Elección de nivel de significación (α)

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 115$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} < 0.05$, se rechaza H_0 y se acepta la H_a .

Tabla 19.

Correlación entre dimensión deseo de exclusividad y calidad de vida

		Calidad de vida
Deseo de exclusividad	Rho Spearman	.068
	P	.468
	N	115

En la tabla 19, se demostró valores de $p = .468$, lo cual es mayor a $.05$ no existiendo una relación estadísticamente significativa entre las variables; y un coeficiente de correlación $\rho = .068$, siendo correlación directa, estos valores indican, que la dimensión deseo de exclusividad demuestra relación directa y positiva muy baja con la Calidad de vida, por tanto, se acepta la hipótesis nula (H_0) es decir, no existe relación entre dimensión deseo de exclusividad y calidad de vida

1. Prueba de hipótesis específica 7

H_0 : No existe relación entre el deseo de control y dominio y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

H_a : Si existe relación entre el deseo de control y dominio y calidad de vida en mujeres participantes del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

2. Elección de nivel de significación (α)

Confianza: 95%

Nivel crítico: $\alpha = 0.05$ (5%)

3. Prueba estadística: Al considerarse una muestra ($n = 115$) en el análisis de resultados, se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

4. Criterio de decisión: Se estableció que: $p\text{-valor} < 0.05$, se rechaza H_0 y se acepta la H_a .

Tabla 20.

Correlación entre dimensión deseo de control y dominio y Calidad de Vida

		Calidad de Vida
Deseo de Control y Dominio	Rho Spearman	-.259
	P	.005
	N	115

En la tabla 20, se demostró valores de $p = .005$, lo cual es menor a $.05$ existiendo una relación estadísticamente significativa entre las variables; y un coeficiente de correlación $\rho = -.259$, siendo correlación inversa, estos valores indican, que la dimensión deseo de control y dominio demuestra relación inversa y negativa baja con la calidad de vida, por tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) es decir, existe relación entre dimensión deseo de control y dominio y calidad de vida

4.1.3. Discusión de resultados

La investigación planteó el propósito de identificar como se relaciona la dependencia de las emociones con calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. A continuación, se prosigue con la contrastación de los resultados inferenciales con los antecedentes y enfoque teóricos conforme se detalla a continuación:

En relación a la hipótesis general en la tabla 13, se demostró que, existe relación significativa inversa, débil entre dependencia emocional y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .005$, es menor a $.05$; $\rho = -.260$). Resultado que coincide con el estudio de Quispe y Hancoco (2023) Realizó una investigación con objetivo explorar la relación entre las prácticas de autocuidado y la calidad de vida en mujeres con premenopausias que participan en el programa vaso de leche en Juliaca durante el año 2015. Fue de nivel correlacional, diseño no experimental, transeccional o transversal. La muestra fue de 101 mujeres premenopáusicas del programa, y se empleó un cuestionario. Se aplicó el cuestionario SF-36. Los resultados evidencian la relación entre prácticas de autocuidado y calidad de vida ($r = .502$). Estos resultados tienen el soporte del modelo teórico cognitivo conductual de la dependencia emocional de Hirschfeld et. al (1977) refieren que, los dependientes emocionales son trastornos del comportamiento, pensamientos, sentimientos y creencias. Los individuos se enfrentan a condiciones emocionales que pueden influir en su autoestima convirtiéndose en un dependiente instrumental, que busca apoyo emocional y presenta una falta de su individualidad. Este tipo de persona suele experimentar indecisión y conflictos a la hora de tomar decisiones, lo cual surge de la carencia de afecto que siente, especialmente en sus relaciones interpersonales. Conforme a lo expuesto se puede

afirmar que cuando los integrantes de la muestra de estudio presenten altos niveles de dependencia emocional experimentaran bajos estados de calidad de vida.

Asimismo, en lo relacionado a la primera hipótesis específica, en la tabla 14, se demostró que, no existe relación significativa entre la dimensión miedo a la ruptura y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .105$, es mayor a $.05$; $\rho = -.152$). Lo que se asemeja con el estudio de Rocha, et al. (2020) en un estudio cuyo objetivo fue “identificar la relación entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional en las relaciones románticas de un grupo de jóvenes universitarios en Colombia”. De cuantitativa de tipo descriptivo-correlacional. La muestra incluyó a 500 estudiantes universitarios de 15 ciudades colombianas, de los cuales el 34,2 % eran hombres y el 65,8 % mujeres, Se aplicó el Inventario de Apego con Padres y Pares modificado (IPPA modificado) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE). Los resultados revelan una correlación positiva entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional en las relaciones románticas de los jóvenes que participaron en el estudio.

Para ello, el soporte teórico de Congost (2017) quien afirma que, el miedo a la ruptura está vinculado a cuatro estados personales, de inseguridad, desvalorización, poca tolerancia a la frustración y la sensación constante de abandono. Buscará escapar de estos estados emotivos mediante relaciones impulsivas, con criterios equivocados, reforzados sus creencias limitantes. A esta variable, Gómez (2019) la denominó FOBU (miedo a romper), que es un patrón de comportamiento en el presente en personas de cualquier edad, sexo y estrato social. El FOBU se entiende como una adicción a otra persona, y toda adicción representa un trastorno de personalidad. A su vez, en toda

adicción se busca alejar al individuo del objeto de la adicción. Un adicto presenta conductas de desprotección, vulnerabilidad, ansiedad, falta de control, de amor propio, miedo y temor a enfrentar la vida sin el objeto de su adicción (Gómez, 2019)

Igualmente, en relación a la segunda hipótesis específica, en la tabla 15, se demostró que, no existe relación significativa entre la dimensión Miedo e Intolerancia a la Soledad y Calidad de Vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .797$, es mayor a $.05$; $\rho = -.024$). Los resultados obtenidos coinciden con el estudio de Carrera (2021). Realizado con el fin de identificar la relación entre las conductas de dependientes emocionales y la calidad de vida en jóvenes universitarios de la ciudad de Chiclayo. Fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, nivel correlacional, corte transversal, Participaron 100 estudiantes de psicología, de ambos sexos de 18 a 30 años, en la muestra. Se aplicó el inventario de dependencia emocional de Aiquipa (2015) y a la escala de calidad de vida de Grimaldo (2009). Se obtuvo correlaciones significativas de las dimensiones de calidad de vida (amigos, vecindario y comunidad) con las dimensiones de dependencia emocional (temor con poca tolerancia a estar sola y priorización de la pareja).

Siendo el soporte teórico de Montero y Sánchez-Sosa (2001), Los que afirman que, en relación al miedo e intolerancia a la soledad, la pareja experimenta temor de quedarse expuesta a la separación. Uno de ellos va sentir la disminución de la sensación de poder, mientras que el otro sentirá temor de no sentirse protegido. Ambos sentirán miedo creciente a la estabilidad sobre la cual se sustenta su relación (Congost, 2017). Así se establece una fuerte co-dependencia emocional. En esta categoría, aparecen creencias irracionales reforzadas con repetidos pensamientos de temor para

afrontar el qué dirán, se presenta culpabilidad hacia uno mismo, temor y ansiedad por las posibles consecuencias de estar sin pareja, entre otros. (Montero y Sánchez-Sosa, 2001)

Por otra parte, en lo relacionado a la tercera hipótesis específica, en la tabla 16, se demostró que, existe relación significativa inversa, muy débil entre la dimensión subordinación y sumisión y Calidad de Vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .038$, es menor a $.05$; $\rho = -.194$). Información que coincide con el estudio de Acuña (2019) con el objetivo de establecer relación entre Dependencia emocional y violencia intrafamiliar en mujeres de la fundación ser familia”. de tipo descriptivo correlacional, una muestra de 30 mujeres de la fundación, se aplicó el Inventario de Pensamiento y un Cuestionario de Variables Dependientes de Agravio y el Cuestionario de Dependencia Emocional. Los resultados obtenidos que existe una correlación positiva del 83%, con un valor de correlación de 0,826. Este hallazgo indica que las mujeres con edades entre 29 y 33 años mostraron un porcentaje considerable de dependencia emocional de nivel alto que se relacionaron directamente al 63%.

Resultados con un soporte teórico de Sirvent (2006) quien manifiesta que los estados de subordinación y sumisión se presenta en el sujeto dominante por el deseo de posesión y obediencia absoluta, limitando de forma drástica la interacción del dominado con familiares, hijos incluso amigos, sintiendo la necesidad de aprobación en su forma de vestir, arreglo personal, y forma de interacción con el entorno que le rodea. Lo que crea una relación cuyo único sustento es la total sumisión y subordinación a órdenes e ideas de la dominante, que anula totalmente la voluntad del dependiente y su capacidad de autonomía (Sirvent, 2006)

También, en relación a la cuarta hipótesis específica, en la tabla 17, se demostró

que, existe relación estadísticamente significativa, inversa, débil entre dimensión prioridad de la pareja y calidad de Vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .017$, es menor a $.05$; $\rho = -.222$), Lo que coincide con la investigación realizada por Díaz y Morales (2021) con el objetivo de “demostrar la relación entre dependencia emocional y relaciones violentas de pareja de estudiantes de 18 a 22 años de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador”. Diseño no experimental, cuantitativa, alcance descriptivo y correlacional, de corte transversal, La muestra de 148 personas. Se les aplicó el cuestionario de dependencia emocional (CDE), y el cuestionario de violencia entre novios (CUVINO). Los resultados concluyen que la dependencia emocional tiene una influencia en las relaciones violentas de pareja, también, existen ciertos factores que se encuentran interrelacionados, como la expresión de límite, la cual puede indicar una posible ruptura en una relación. Para una persona con dependencia emocional, puede ser una experiencia devastadora, ya que se enfrenta a la soledad y pérdida de sentido en su vida. Además, también se deben considerar los factores que se indican en el cuestionario sobre la violencia en parejas (CUVINO), dan a notar que en este aspecto si influye la dependencia emocional en las relaciones violentas de pareja.

De la misma forma, el soporte teórico en relación a la prioridad de la pareja, según Rocha et al. (2019) refieren que el dependiente emocional antepone las necesidades, atracciones y forma de pensar de la pareja sobre los propios, desvaloriza su opinión y sojuzga todo su actuar al objeto del amor, por lo que se sitúa por encima de su persona y convierte en centro de su universo relacional. Esta manera disfuncional del dependiente de búsqueda de aprobación y validación permanente para estar con menos ansiedad.

Por otra parte, en relación a la quinta hipótesis específica, en la tabla 18, se observó que, existe relación significativa, inversa, débil entre dimensión necesidad de acceso a la pareja y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .000$, es menor a $.05$; $\rho = -.332$) Informe de resultados que coincide con el estudio de Llanos y Pacheco (2022), con el objetivo de analizar la relación que existe entre las variables dependencia emocional, celos y satisfacción con la vida en universitarios de Lima Metropolitana. El tipo de investigación básica, nivel correlacional y diseño no experimental. La muestra fue de 486 universitarios de Lima Metropolitana. Se aplicó el cuestionario de dependencia emocional (CDE) adaptada en Perú por Ventura y Caycho (2016). Asimismo, la escala breve de celos (ECP) por Ventura et al. (2018) y la escala de satisfacción con la vida (SWLS) versión española por Vásquez et al. (2013). Los resultados que, existe relación significativa entre dependencia emocional y celos $r = .678$; $p < .001$ con tamaño de efecto grande de 46%, no obstante, la variable Celos y Satisfacción con la vida, como también, la variable Dependencia emocional y Satisfacción con la vida, no se logró evidenciar una significancia estadística aceptable. Finalmente, se llegó a la conclusión que existe correlación estadísticamente significativa entre dependencia emocional y celos, además, cualquier cambio en la unidad que se observe en dependencia emocional implicará en los celos hasta en un 46%.

Considerando el soporte teórico en lo referente a la necesidad de acceso a la pareja, que está basada en el derecho que cree que tiene el sujeto que domina de participar en todo hecho que atañe al dominado, también por querer conocer al detalle todo hecho que vivencia en lo real e incluso en su mundo de sueño; logra el dominio total a través de estado de alerta constante, lo que es reforzado por el comportamiento

del dependiente que proporciona toda la información requiere y percibe su libertad totalmente coartada y acepta esta situación como una interacción necesaria (Aiquipa, 2012).

De la misma forma, en relación a la sexta hipótesis específica, en la tabla 19, se observó que, existe no existe relación significativa, fuerte entre la dimensión deseo de exclusividad y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .468$, es mayor a $.05$; $\rho = .068$). resultado que coincide con el estudio de Cuaresma y De La Cruz (2021). Con el objetivo fundamental describir y evidenciar la existencia de la relación entre resiliencia y dependencia emocional, en las víctimas de agresión de pareja entre 20 a 49 años, de Ica, 2021. Su muestra estuvo conformada por 138 mujeres; para ello se empleó el diseño no experimental, descriptivo – correlacional transversal. Aplico la escala de resiliencia de Wagnild y Young, adaptado por Novella (2002), y el inventario de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006). Los resultados concluyeron que la resiliencia y dependencia emocional se relaciona tienen relación significativa, inversa, media.

Por consiguiente se presenta el soporte teórico de Congost (2017) quien refiere a los deseos de exclusividad se manifiesta en la persona dominante quien exige dedicación exclusiva y control total del dependiente emocional, a quien no le permite relacionarse con otras personas, por ningún medio; lo aísla al dependiente de amigos, familiares, para poder ejercer su dominio absoluto; para lo cual el dominante usa la manipulación, llanto y diversas conductas desadaptadas; ya que el dominante siente que, si le da opción a la dependiente de comunicarse, perderá poder sobre ella.

Finalmente, en relación a la séptima hipótesis específica, en la tabla 20, se

observó que, existe relación significativa, inversa, débil entre la dimensión deseo de control y dominio y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .005$, es menor a $.05$; $\rho = -.259$). Lo que coincide con el estudio de Llacuachaqui y Medrano (2023) con el objetivo de establecer la relación entre violencia familiar y dependencia emocional en mujeres participantes del programa vaso de leche de Santa Rosa - Ocopa. La población fue de 96 mujeres adultas. De enfoque cuantitativo, diseño correlacional. Se aplicó la escala de violencia familiar de Julio Jaramillo Oyervide (VIF-J4) y el inventario de dependencia emocional de Jesús Joel Aiquipa Tello (IDE). Los resultados muestran una correlación significativa y de intensidad moderada entre violencia familiar y dependencia emocional. ($\rho = 0.446$), También se observó una correlación positiva débil entre violencia familiar y deseos de control y dominio ($\rho = 0.501$)

En cuanto a el aporte teórico de Burger (1992) quien afirma que, el dominante emocional es el que establece la dinámica de autoridad absoluta, decide qué se piensa, qué se come y con quien se está. Por otra parte, el dependiente consulta toda decisión o iniciativa con el dominante; porque controla su forma de pensamiento, opinión en todo ámbito, aprueba la religión que profesa, se apartan de su círculo familiar, social y laboral, el dependiente refuerza su acción, el control total del dominante (Burger, 1992).

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera: Que, existe relación significativa inversa, débil entre dependencia emocional y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .005$, es menor a $.05$; $\rho = -.260$)

Segunda: Que, no existe relación significativa entre la dimensión miedo a la ruptura y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .105$, es mayor a $.05$; $\rho = -.152$)

Tercera: Que, no existe relación significativa entre la dimensión Miedo e Intolerancia a la Soledad y Calidad de Vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .797$, es mayor a $.05$; $\rho = -.024$),

Cuarta: Que, existe relación significativa inversa, muy débil entre la dimensión subordinación y sumisión y Calidad de Vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .038$, es menor a $.05$; $\rho = -.194$)

Quinta: Que, existe relación estadísticamente significativa, inversa, débil entre la dimensión prioridad de la pareja y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .017$, es menor a $.05$; $\rho = -.222$),

Sexta: Que, existe relación significativa, inversa, débil entre dimensión necesidad de acceso a la pareja y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .000$, es menor a $.05$; $\rho = -.332$)

Séptima: Que, existe no existe relación significativa, entre la dimensión deseo de exclusividad y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .468$, es mayor a $.05$; $\rho = .068$)

Octava: Que, existe relación significativa, inversa, débil entre la dimensión deseo de control y dominio y calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. ($p = .005$, es menor a $.05$; $\rho = -.259$,)

5.2. Recomendaciones

Primera: Que los directivos del vaso de leche coordinen los Centros de emergencia Mujer (CEM), local del Ministerio de la Mujer talleres coordinen y ejecuten capacitación con los servicios especializados que brindan atención integral gratuita en lo psicológico, legal y social para el desarrollo de competencias socioemocionales, con técnicas de control y manejo de emociones, tolerancia a la frustración, así como psicoeducación para las mujeres que concurren al programa de vaso de leche, a fin que identifiquen y gestionen las conductas de dependencia emocional

Segunda: Que, los directivos coordinen con las autoridades locales para que diseñen y ejecuten programas de prevención e intervención en los estados de desarrollo personal, autoconocimiento y autoconciencia, con temas de control y manejo de la emoción del miedo a la ruptura, de tolerancia a la frustración que contribuyan a mejorar la dependencia emocional y calidad de vida.

Tercera: Que, los directivos de este programa de ayuda social coordinen con el gobierno regional para que se implementen proyectos de acción social de mejora de técnicas de autocontrol, reestructuración cognitiva con técnicas de control y crecimiento en psicología positiva que contribuyan a mejorar los niveles del miedo e intolerancia a la soledad en los estudiantes de la muestra en estudio.

Cuarta: Que, el comité de vaso de leche coordine y gestionen con los administradores de las universidades del lugar solicitando el apoyo de psicólogos, asistentes sociales y abogados para los seminarios/talleres en técnicas de control y manejo de impulsos, autovaloración y habilidades sociales de manejo de agresión, así como temas legales de protección, para las mujeres de la muestra de estudio, que ayudaran al control y mejora de la dimensión subordinación, sumisión para una mejor calidad de vida.

Quinta: Que los dirigentes del vaso de leche coordinen con los comités vecinales gestionen con los centros de atención de salud comunitaria del MINSA, para que realicen actividades de desarrollo personal en talleres vivenciales, con temas de dependencia emocional patológicas así como adopción de estilos de vida que ayuden a reducir la excesiva creencia de la prioridad de la pareja en mujeres participantes del programa Vaso de Leche

Sexta: Que, los dirigentes del programa social coordinen con la Unidad de Gestión Educativa de la localidad a fin que, a través de los Centros Educativos Ocupacionales capaciten a las mujeres del programa, con actividades de soporte manual como fuente de generación de ingreso económico que ayuden a mejorar la necesidad de acceso a la pareja en mujeres víctimas de este trastorno emocional.

Séptima: Que los dirigentes y dirigentes vecinales coordinen con las universidades del sector a fin que puedan asignar estudiantes de los últimos ciclos de trabajo social a fin que realicen sus prácticas pre profesionales y a fin de que orienten a mujeres de la muestra en estudio y puedan derivar a los centros de atención de salud comunitaria para la intervención para el control y gestión en las mujeres con indicadores del deseo de exclusividad, y se mejore la calidad de vida.

Octava: Que, los administradores del vaso de leche y comités vecinales gestionen con autoridades municipales y policiales a fin que especialistas en maltrato psicológico y negligencia capaciten a las mujeres del programa con temas de derechos personales y familiares y sus efectos psicológicos y legales a fin de que desarrollen habilidades de autoconciencia, autocontrol y automotivación a fin que mejoren la dimensión de deseo de control y dominio sobre la pareja.

REFERENCIAS

- Aiquipa, J. (2015). *Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja*. Revista De Psicología, 33(2), 411-437.
<https://doi.org/10.18800/psico.201502.007>
- Acuña, I. (2019). *Dependencia emocional y violencia intrafamiliar hacia mujeres de la fundación ser familia*. [Tesis de maestría. Universidad Mayor de San Andrés de La Paz-Bolivia].
<https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/21802>
- Aiquipa, J. (2010). *Inventario de dependencia emocional – IDE*. Editorial Biopsique.
<http://www.biopsique.cl/fichas/MMEA-12-Inventario-dependencia-emocional-IDE.pdf>
- Aiquipa, J. (2012). *Diseño y validación del inventario de dependencia emocional, IDE*.
https://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion_psicologia/v15_n1/pdf/a8v15n1.pdf
- Allan Schore (1994). *Regulación del afecto y el origen del yo: la neurobiología de desarrollo emocional*. Editorial Hillsdale (NJ): Lawrence Erlbaum.
- Álvarez, A. (2020). *Clasificación de las investigaciones*. Universidad de Lima.
<https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10818/Nota%20Acad%C3%A9mica%202020%2818.04.2021%29%2020Clasificaci%C3%B3n%20de%20Investigaciones.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Apari, E. & Astoquilca, M. (2021). “*Dependencia emocional y bienestar psicológico en mujeres víctimas de violencia de pareja de la provincia de Ica, 2021*”.

Repositorio CONCYTEC.

Arias, F. (2006). *El proyecto de investigación: Introducción a la investigación científica* (5ta ed.). Caracas, Venezuela: Editorial Episteme, C.A.

https://www.researchgate.net/publication/301894369_el_proyecto_de_investigacion_6a_edición

Belisario, E. (1998). *Calidad de vida estudiantil y motivación al estudio en estudiantes Instituto Pedagógico de Maracay* Rafael Alberto Escobar Lara. [Tesis de Maestría no publicado].

Camaiora, G (2018). *Dependencia emocional, autoestima en general y contingente a las relaciones de pareja de mujeres de 18 a 45 años en Lima metropolitana*. [Tesis de Licenciatura. Universidad de Lima.]

Carranza y Quiroz (2019). *Muestras de validez de la escala GENCAT de calidad de vida en docentes de la ciudad de Trujillo* [Tesis para obtener de licenciada en psicología. Universidad Cesar Vallejo]

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37513/carranza_pk.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial.Trillas

<https://www.alianzaeditorial.es/libro/alianza-ensayo/dependencia-emocional-jorge-castello-blasco-9788420647258/>

Castelló Blasco, J. (2005). *Dependencia Emocional. Características y tratamiento*. 4ta.edición
Editorial Madrid: Alianza.

Castillo, E. (2017). *Dependencia emocional, estrategias de afrontamiento al estrés y depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja de la ciudad de Chiclayo*. Revista Paian, 8 (2), 36-62

Celia y Tulsy (1990). Calidad de vida Calidad de vida: una definición integradora. Revista Latinoamericana de Psicología,35(2),161-164.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80535203>

Cuaresma, R. y De La Cruz S. (2021). Resiliencia y dependencia emocional, en mujeres víctimas de violencia de pareja entre 20 a 49 años, de Ica, 2021. Repositorio digital institucional de la Universidad Cesar Vallejo.

Creswell, J. (2008). Investigación cualitativa y diseño investigativo.
[https://academia.utp.edu.co/seminario-investigacion-II/files/2017/0investigacion-cualitativa8/ Creswell.pdf](https://academia.utp.edu.co/seminario-investigacion-II/files/2017/0investigacion-cualitativa8/Creswell.pdf)

De La Cruz, M., Luviano, K., y Gonzáles, A. (2013). La dependencia emocional en relación con el apego. Recuperado de <http://www.facico-uaemex.mx/conten/pdf/10.pdf>

- Dias, D. y Morales, A. (2021). *Dependencia emocional en las relaciones violentas de pareja, estudio realizado desde la teoría integrativa en la Pontificia universidad Católica del Ecuador con estudiantes de 18-22 años en la ciudad de quito en el periodo 2020-2021*. [Tesis de Licenciatura. Pontificia Universidad Católica del Ecuador]
<http://repositorio.puce.edu.ec:80/handle/22000/18944>
- Ferrans (1990). *Calidad de vida, revisión teórica del concepto*. Revista Scielo. 30, 61-71.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000100006>
- Fiestas F., y Piazza, M. (2014). *Prevalencia de vida y edad de inicio de trastornos mentales en el Perú Urbano: resultados del estudio mundial de salud mental, 2005*. Revista Peruana Médica Experimental y Salud Publica, 31(1), 39-47.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v31n1/a06v31n1.pdf>
- Freud, S. (1969). *Psicología de las Masas*. Madrid. Sexta edición. Editorial Alianza.
- Flores, C. (1986). *Calidad de vida y conservación*. Estado Sucre: Coord de Publicaciones UDO
- García, I. y Gómez, Y. (2020). *Calidad de vida en mujeres premenopáusicas y postmenopáusicas del sector de Yanama-Distrito Carmen Alto. Agosto-Octubre 2019*
 [Tesis de licenciatura. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Perú]
http://repositorio.unsch.edu.pe/bitstream/handle/UNSCH/3847/TESIS%20O871_Gar.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Guerrero A. y Villacrez A. (2014). *Mejorando la calidad de vida de personas seropositivas a través del modelo de calidad de vida relacionado con la salud – Chiclayo 2013*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]
https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/426/1/TL_VillacrezDavilaAntony_GuerreroAriasAnali.pdf
- Hernández, S. (2003), *Metodología de la investigación (Tesis doctoral)*. McGill University, Montreal, Canadá. P.121
https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza C. P. (2018). *Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México. Editorial McGraw-Hill,
- Hernández, M. A. et al (2020). “*Ansiedad, Depresión y Estrés asociados a la Calidad de Vida de Mujeres con Cáncer de Mama*”. Acta de investigación psicol vol.10 no.3 Ciudad de México dic. 2020 Epub 25-Oct-2021.
- Hernández, S., Fernández C. y Baptista, L. (2018), *Metodología de la investigación (Tesis doctoral)*. Editorial McGill University 6ta. Edicion Montreal, Canadá.
https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf
- Kerlinger, F. N. y Lee, H. B. (2002). *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en ciencias sociales* (4ª ed.). México: McGraw-Hill, p. 124.

Llacuachaqui, D & Medrano, R. (2023). *Violencia familiar y dependencia emocional en mujeres del Programa Vaso de Leche del distrito de Santa Rosa de Ocopa, 2023*. [Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo.]

María, G. B. (2009). *¿Qué es calidad de vida?*. Repositorio de la universidad Autónoma del estado de Hidalgo.

Moral, M. y Sirvent, C. (2009). *Dependencia Afectiva y Género: Perfil Sintomático Diferencial en Dependientes Afectivos Españoles*. Revista Interamericana de Psicología, 43, 230-240. <https://www.redalyc.org/pdf/284/28412891004.pdf>

OMS (2012). *Decenio del Envejecimiento Saludable*. OMS.

https://www.who.int/docs/default-source/decade-of-healthy-ageing/final-decade-proposal/decade-proposal-final-apr2020-es.pdf?sfvrsn=73137ef_4#:~:text=Al%20t%C3%A9rmino%20del%20Decenio%20del,y%20alcanzar%C3%A1%20los%20100%20millones.

Ponce, C., Aiquipa, J., & Arboccó, M. (2019). *Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. Propósitos y Representaciones*, 7(spe), e351-351.
<https://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7nSPE.351>

Quintero (1992). *La calidad de vida, análisis multidimensional*. Revista medigraphic.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/enfneu/ene-2012/ene123c.pdf>

Quispe, F. & Hanco, C. (2023) *Prácticas de autocuidado y calidad de vida en las mujeres premenopáusicas beneficiarias del Programa Vaso de Leche, Juliaca- 2015*. [Tesis de licenciatura. Universidad Peruana Unión]

Rey (1973). *Tests psicométrico. Propiedades psicométricas de confiabilidad y validez de los instrumentos*. Editorial Trillas.

[http://files.biblio15.webnode.cl/2000000008-ada49ae9b5/Aliaga,%20J.%20\(2006\)%20B%20Psicometr%C3%ADa.%20Test%20psicom%C3%A9tricos,%20confiabilidad%20y%20validez.pdf](http://files.biblio15.webnode.cl/2000000008-ada49ae9b5/Aliaga,%20J.%20(2006)%20B%20Psicometr%C3%ADa.%20Test%20psicom%C3%A9tricos,%20confiabilidad%20y%20validez.pdf)

Rocha, B., Umbarila, J., Meza, M. & Andrés, F. (2019). *Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia*. Revista SciELO.

Rodrigues, M., y Fernandes, R. (2017). *Calidad de vida y morbilidad referida a mujeres productivamente activas*. Enfermería Global, 16(2), 246-280.
<https://doi.org/10.6018/eglobal.16.2.249241>

Santoro, S. (1998). La pareja: Dependencia emocional.
http://www.cpcba.com.ar/dependencia_emocional.html

Schallock, verdugo, Arias y Gómez (2009). *Escala GENCAT de calidad de vida. Manual de aplicación*, 18-19.
<https://sid-inico.usal.es/wp-content/uploads/2018/11/escala-gencat-manual-aplicación.pdf>

Szalai A. (1980). *Calidad de vida Calidad de vida: una definición integradora*. Revista Latinoamericana de Psicología, 35(2),161-164.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80535203>

Tamayo, T. y Tamayo, M. (1997) *Tesis de Investigación. Población y Muestra. Tamayo y Tamayo*. [Blog Internet] Venezuela.

<http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2011/06/poblacion-y-muestra-tamayo-y-tamayo.html>

Villena Barrera, J. L., & Vargas Espín, A. del P. (2023). *Inteligencia emocional y dependencia emocional en estudiantes universitarios*. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades 4(2), 2242–2255.

<https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.751>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Título: Dependencia emocional y calidad de vida en vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

Formulación del Problema	Objetivos de investigación	Hipótesis	Variables	Diseño Metodológico
Problema General: ¿Qué relación existe entre dependencia emocional y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025? Problemas específicos: PE1. ¿Cuál es la relación entre miedo a la ruptura y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025? PE2. ¿Existe relación entre miedo e intolerancia a la soledad y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025? PE3. ¿Existe relación entre prioridad de la pareja y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025? PE4. ¿Existe relación entre Necesidad de Acceso a la Pareja y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche	Objetivo General: Demostrar la relación existente entre dependencia emocional y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. Objetivos específicos: OE1. Determinar la relación entre miedo a la ruptura y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. OE2. Determinar la relación entre miedo e intolerancia a la soledad y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. OE3. Determinar la relación entre prioridad de la pareja y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. OE4. Determinar la relación entre Necesidad de Acceso a la Pareja y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.	Hipótesis general Se observa una relación entre la dependencia emocional y la calidad de vida en mujeres participantes del programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, en el año 2025. Hipótesis específicas HE1. Hay relación entre miedo a la ruptura y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. HE2 Hay correlación entre miedo e intolerancia a la soledad y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. HE3. Existe relación entre la prioridad de la pareja y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.	Dependencia emocional • Miedo a la ruptura • Miedo e intolerancia a la soledad. • Prioridad de la pareja • Necesidad de acceso a la pareja. • Deseo de exclusividad. • Subordinación y sumisión. • Deseo de control y dominio Calidad de vida • Bienestar emocional • Relaciones interpersonales. • Bienestar material • Desarrollo personal • Bienestar físico • Autodeterminación • Inclusión social • Derechos.	Tipo: Básica, correlacional Método: hipotético-deductivo Diseño: no experimental Transversal Nivel: Correlacional Población: 133 mujeres Muestra: 115 mujeres de mujeres Instrumento 1: Escala de dependencia emocional IDE Instrumento 2: Cuestionario de calidad de vida. GENCAT

de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025? PE.5. ¿Qué relación existe entre deseo de exclusividad y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025? PE.6. ¿Cuál es la relación entre subordinación y sumisión y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025? PE.7. ¿Existe relación entre deseo de control y dominio y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025?	PE5. Determinar la relación existe entre deseo de exclusividad y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. OE6. Determinar la relación entre subordinación y sumisión y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. OE7. Determinar la relación entre deseo de control y dominio y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025	HE4. Existe relación entre necesidad de acceso a la pareja en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. HE5. Hay relación entre deseo de exclusividad en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. HE6. Hay relación entre subordinación y sumisión y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025. HE7. Hay relación entre deseo de control y calidad de vida en mujeres que participan en el programa Vaso de Leche en la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.		
--	--	--	--	--

Anexo 2. Instrumentos

INVENTARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

Nombres y apellidos: _____

Estado civil: _____ Pareja actual: ____ SI ____ NO Tiempo de relación: _____

Nivel educativo: _____ Ocupación: _____ Edad: _____

Creció con ambos padres: ____ SI ____ NO

En caso de que no haya sido así marque con quien se crio:

____ Madre ____ Padre ____ Otros _____

Lea cada frase y decida si las oraciones que aparecen a continuación le describen de acuerdo a cómo, generalmente, siente, piensa o actúa en su relación de pareja, anotando sus respuestas con una “X” en el casillero que corresponda.

Si actualmente no tiene pareja, piense en su(s) relación(es) anterior(es) y conteste en función a ello.

1. Rara vez o nunca es mi caso 4. Muchas veces es mi caso
2. Pocas veces es mi caso 5. Muy frecuente o siempre es mi caso
3. Regularmente / normalmente es mi caso

Nº	REACTIVO	1 Nunca	2 Poco	3 Normal	4 Mucho	5 Siempre
1	Me asombro de mí mismo/a por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.					
2	Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.					
3	Me entrego demasiado a mi pareja.					
4	Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja.					
5	Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado.					
6	Si no está mi pareja, me siento intranquilo /a.					
7	Mucho de mi tiempo libre quiero dedicarlo a mi pareja.					
8	Durante mucho tiempo he vivido para mi pareja.					
9	Me digo y redigo: “¡Se acabó!!, pero llego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él / ella.					
10	La mayor parte del día pienso en mi pareja.					
11	Mi pareja se ha convertido en una “parte” mía.					
12	A pesar de las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.					
13	Es insoportable la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja.					
14	Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella.					
15	Tolero algunas ofensas de mi pareja para que nuestra relación nunca termine.					

16	Si por mi fuera quisiera vivir siempre con mi pareja.					
17	Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja.					
18	No sé qué haría si mi pareja me dejara.					
19	No soportaría que mi relación de pareja fracasase.					
20	Me importa poco que digan de mi relación de pareja es dañina, no quiero perderla.					
21	He pensado “que sería de mi si un día mi pareja me dejara”.					
22	Estoy dispuesto/a hacer lo que fuera para evitar el abandono de mi pareja.					
23	Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.					
24	Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine.					
25	Me asusta la sola idea de perder a mi pareja.					
26	Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi relación de pareja no se rompa.					
27	Para que mi pareja no termine conmigo, he hecho lo imposible.					
28	Mi pareja se va a dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.					
29	Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien.					
30	Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja.					
31	No estoy preparada para el dolor que implica terminar una relación de pareja.					
32	Me olvido de mi familia, de mis amigos y de mi cuando estoy con mi pareja					
33	Me cuesta concretarme en otra cosa que no sea mi pareja.					
34	Tanto el ultimo pensamiento al acostarme como el primero al levantarme es sobre mi pareja.					
35	Me olvido del “mundo” cuando estoy con mi pareja.					
36	Primero está mi pareja, después lo demás.					
37	He relegado algunos de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.					
38	Debo ser el centro de atención en la vida de mi pareja.					
39	Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar tiempo solo/a.					
40	Suelo postergar algunos de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.					
41	Si por mi fuera me gustaría vivir en una isla con mi pareja.					

42	Yo soy solo para mi pareja.					
43	Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.					
44	Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.					
45	Me aílo de las personas cuando estoy con mi pareja.					
46	No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.					
47	Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mi.					
48	No puedo dejar de ver a mi pareja.					
49	Vivo para mi pareja.					

Por favor, asegúrese de haber contestado todas las frases.

Muchas gracias por su sinceridad y colaboración

GENCAT

Escala de Calidad de Vida

Nombres y Apellidos: _____ Edad: _____

Sexo:

F

M

Estado civil: _____

Instrucciones: A continuación, se presenta una serie de afirmaciones relativas a la calidad de vida de la persona. Por favor, marque la opción de respuesta que MEJOR describa a su persona y no deje ningún espacio en blanco.

BIENESTAR EMOCIONAL		Siempre o casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
1	Se muestra satisfecho con su vida presente.	4	3	2	1
2	Presenta síntomas de depresión.	1	2	3	4
3	Está alegre y de buen humor.	4	3	2	1
4	Muestra sentimientos de incapacidad o inseguridad.	1	2	3	4
5	Presenta síntomas de ansiedad.	1	2	3	3
6	Se muestra satisfecho consigo mismo.	4	3	2	1
7	Tiene problemas de comportamiento.	1	2	3	4
8	Se muestra motivado a la hora de realizar algún tipo de actividad.	4	3	2	1

RELACIONES INTERPERSONALES		Siempre o casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
9	Realiza actividades que le gusta con otras personas.	4	3	2	1
10	Mantiene con su familia la relación que desea.	4	3	2	1
11	Se queda de la falta de amigos estables.	1	2	3	4
12	Valora negativamente sus relaciones de amistad.	1	2	3	4
13	Manifiesta sentirse infravalorado por su familia.	1	2	3	4
14	Tiene dificultades para iniciar una vida de pareja.	1	2	3	4
15	Mantiene una buena relación con sus compañeros de trabajo.	4	3	2	1
16	Manifiesta sentirse querido por las personas importantes para él.	4	3	2	1
17	La mayoría de las personas con las que interactúa tienen una condición similar a la suya.	1	2	3	4

18	Tiene una vida sexual satisfactoria.	4	3	2	1
----	--------------------------------------	---	---	---	---

BIENESTAR MATERIAL		Siempre o casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
19	El lugar donde vive le impide llevar un estilo de vida saludable (ruidos, humos, olores, oscuridad, escasa ventilación, desperfectos, inaccesibilidad).	1	2	3	4
20	El lugar donde trabaja cumple con las normas de seguridad.	4	3	2	1
21	Dispone de los bienes materiales que necesita.	4	3	2	1
22	Se muestra descontento con el lugar donde vive.	1	2	3	4
23	El lugar donde vive está limpio.	4	3	2	1
24	Dispone de los recursos económicos necesarios para cubrir sus necesidades básicas.	4	3	2	1
25	Sus ingresos son insuficientes para permitirle acceder a caprichos.	1	2	3	4
26	El lugar donde vive esta adaptado a sus necesidades.	4	3	2	1

DESARROLLO PERSONAL		Siempre o casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
27	Muestra dificultad para adaptarse a las situaciones que se le presentan.	1	2	3	4
28	Tiene acceso a nuevas tecnologías (internet, teléfono móvil, etc.).	4	3	2	1
29	El trabajo que desempeña le permite el aprendizaje de nuevas habilidades.	4	3	2	1
30	Muestra dificultades para resolver con eficacia los problemas que se le plantean.	1	2	3	4
31	Desarrolla su trabajo de manera competente y responsable.	4	3	2	1
32	El servicio al que acude toma en consideración su desarrollo personal y aprendizaje de habilidades nuevas.	4	3	2	1
33	Participa en la elaboración de su programa individual.	4	3	2	1
34	Se muestra desmotivado en su trabajo.	1	2	3	4

BIENESTAR FISICO		Siempre o casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
35	Tiene problemas de sueño.	1	2	3	4
36	Dispone de ayudas técnicas si las necesita.	4	3	2	1
37	Sus hábitos de alimentación son saludables.	4	3	2	1
38	Su estado de salud le permite llevar una actividad normal.	4	3	2	1
39	Tiene un buen aseo personal.	4	3	2	1
40	En el servicio al que acude se supervisa la medicación que toma.	4	3	2	1
41	Sus problemas de salud le producen dolor y malestar.	1	2	3	4
42	Tiene dificultades de acceso a recursos de atención sanitaria (atención preventiva, general, a domicilio, hospitalaria, etc.).	1	2	3	4

AUTODETERMINACION		Siempre o casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
43	Tiene metas, objetivos e intereses personales.	4	3	2	1
44	Elige como pasar su tiempo libre.	4	3	2	1
45	En el servicio al que acude tienen en cuenta sus preferencias.	4	3	2	1
46	Defiende sus ideas y opiniones.	4	3	2	1
47	Otras personas deciden sobre su vida personal.	1	2	3	4
48	Otras personas deciden como gastar su dinero.	1	2	3	4
49	Otras personas deciden la hora a la que se acuesta.	1	2	3	4
50	Organiza su propia vida.	4	3	2	1
51	Elige con quien vivir.	4	3	2	1

INCLUSIÓN SOCIAL		Siempre o casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
52	Utiliza entornos comunitarios (piscinas públicas, cines, teatros, museos, bibliotecas...).	4	3	2	1
53	Su familia le apoya cuando lo necesita.	4	3	2	1
54	Existen barreras físicas, culturales o sociales que dificulten su inclusión social.	1	2	3	4
55	Carece de los apoyos necesarios para participar activamente en la vida de su comunidad.	1	2	3	4
56	Sus amigos le apoyan cuando lo necesita.	4	3	2	1
57	El servicio al que acude fomenta su participación en diversas actividades en la comunidad.	4	3	2	1

58	Sus amigos se limitan a los que asisten al mismo servicio.	1	2	3	4
59	Es rechazado o discriminado por los demás	1	2	3	4

DERECHOS		Siempre o casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
60	Su familia vulnera su intimidad (lee su correspondencia, entra sin llamar a la puerta).	1	2	3	4
61	En su entorno es tratado con respeto.	4	3	2	1
62	Dispone de información sobre sus derechos fundamentales como ciudadano.	4	3	2	1
63	Muestra dificultades para defender sus derechos cuando estos son violados.	1	2	3	4
64	En el servicio al que acude se respeta su intimidad.	4	3	2	1
65	En el servicio al que acude se respetan sus posesiones y derecho a la propiedad.	4	3	2	1
66	Tiene limitado algún derecho legar (ciudadanía, voto, procesos legales, respeto a sus creencias, valores, etc.).	1	2	3	4
67	En el servicio al que acude se respetan y defienden sus derechos (confidencialidad, información sobre sus derechos como usuario...).	4	3	2	1
68	El servicio respeta la privacidad de la información.	4	3	2	1
69	Sufre situaciones de explotación, violencia o abuso.	1	2	3	4

Anexo 3: Validación de los instrumentos

“Dependencia emocional y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025”

N.º DIMENSIONES / ítems		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
VARIABLE 1: Dependencia emocional	Ítems							
DIMENSIÓN 1. Miedo a la Ruptura		Sí	No	Sí	No	Sí	No	
Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado.	05	X		X		X		
Me digo y redigo: “¡Se acabó!!”, pero llego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él / ella.	09	X		X		X		
Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella.	14	X		X		X		
Tolero algunas ofensas de mi pareja para que nuestra relación nunca termine.	15	X		X		X		
Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja.	17	X		X		X		
Estoy dispuesto/a hacer lo que fuera para evitar el abandono de mi pareja.	22	X		X		X		
Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi relación de pareja no se rompa.	26	X		X		X		
Para que mi pareja no termine conmigo, he hecho lo imposible.	27	X		X		X		
Mi pareja se va a dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.	28	X		X		X		
DIMENSIÓN 2. Miedo e Intolerancia a la Soledad		Sí	No	Sí	No	Sí	No	
Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja.	04	X		X		X		
Si no está mi pareja, me siento intranquilo /a.	06	X		X		X		
Es insostenible la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja.	13	X		X		X		
No sé qué haría si mi pareja me dejara.	18	X		X		X		
No soportaría que mi relación de pareja fracasase.	19	X		X		X		
He pensado “que sería de mí si un día mi pareja me dejara”.	21	X		X		X		
Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine.	24	X		X		X		
Me asusta la sola idea de perder a mi pareja.	25	X		X		X		
Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien.	29	X		X		X		
No estoy preparada para el dolor que implica terminar una relación de pareja.	31	X		X		X		
No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.	46	X		X		X		
DIMENSIÓN 3. Prioridad de la Pareja		Sí	No	Sí	No	Sí	No	
Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja.	30	X		X		X		
Me olvido de mi familia, de mis amigos y de mí cuando estoy con mi pareja	32	X		X		X		
Me cuesta concretarme en otra cosa que no sea mi pareja.	33	X		X		X		
Me olvido del “mundo” cuando estoy con mi pareja.	35	X		X		X		
He relegado algunos de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.	37	X		X		X		
Suelo postergar algunos de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.	40	X		X		X		

Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.	43	X		X	X		
Me aíso de las personas cuando estoy con mi pareja.	45	X		X	X		
DIMENSIÓN 4. Necesidad de Acceso a la Pareja		Sí	No	Sí	No	Sí	No
La mayor parte del día pienso en mi pareja.	10	X		X		X	
Mi pareja se ha convertido en una “parte” mía.	11	X		X		X	
A pesar de las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.	12	X		X		X	
Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.	23	X		X		X	
No puedo dejar de ver a mi pareja.	48	X		X		X	
DIMENSIÓN 6. Deseos de Exclusividad		X		X		X	
Si por mi fuera quisiera vivir siempre con mi pareja.	16	X		X		X	
Primero está mi pareja, después lo demás.	36	X		X		X	
Si por mi fuera me gustaría vivir en una isla con mi pareja.	41	X		X		X	
Yo soy solo para mi pareja.	42	X		X		X	
Vivo para mi pareja.	49	X		X		X	
DIMENSIÓN 7. Subordinación y Sumisión							
Me asombro de mí mismo/a por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.	01	X		X		X	
Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.	02	X		X		X	
Me entrego demasiado a mi pareja.	03	X		X		X	
Mucho de mi tiempo libre quiero dedicarlo a mi pareja.	07	X		X		X	
Durante mucho tiempo he vivido para mi pareja.	08	X		X		X	
DIMENSIÓN 7. Deseo de control y dominio							
Me importa poco que digan de mi relación de pareja es dañina, no quiero perderla.	20	X		X		X	
Debo ser el centro de atención en la vida de mi pareja.	38	X		X		X	
Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar tiempo solo/a.	39	X		X		X	
Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.	44	X		X		X	
Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mí.	47	X		X		X	

1 Pertinencia: el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2 Relevancia: el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

3 Claridad: se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

1. Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

2. Apellidos y nombres del juez validador: Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada
DNI: 09946516

3. Especialidad del validador: Psicología de la salud

Ayacucho, 10 de setiembre de 2025



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada
Experto informante

Anexo 3: Validación de los instrumentos de investigación

	Items	Pertinencia ¹	Relevancia ²	Claridad ³	Sugerencias
VARIABLE 2. Calidad de vida					
Dimensión 1: Bienestar emocional		Si	No	Si	No
Se muestra satisfecho con su vida presente.	01	X		X	
Presenta síntomas de depresión.	02	X		X	
Está alegre y de buen humor.	03	X		X	
Muestra sentimientos de incapacidad o inseguridad.	04	X		X	
Presenta síntomas de ansiedad.	05	X		X	
Se muestra satisfecho consigo mismo.	06	X		X	
Tiene problemas de comportamiento.	07	X		X	
Se muestra motivado a la hora de realizar algún tipo de actividad.	08	X		X	
Dimensión 2. Relaciones interpersonales		Si	No	Si	No
Realiza actividades que le gusta con otras personas.	09	X		X	
Mantiene con su familia la relación que desea.	10	X		X	
Se queda de la falta de amigos estables.	11	X		X	
Valora negativamente sus relaciones de amistad.	12	X		X	
Manifiesta sentirse infravalorado por su familia.	13	X		X	
Tiene dificultades para iniciar una vida de pareja.	14	X		X	
Mantiene una buena relación con sus compañeros de trabajo.	15	X		X	
Manifiesta sentirse querido por las personas importantes para él.	16	X		X	
La mayoría de las personas con las que interactúa tienen una condición similar a la suya.	17	X		X	
Tiene una vida sexual satisfactoria.	18	X		X	
Dimensión 3 Bienestar material		SI	No	Si	No
El lugar donde vive le impide llevar un estilo de vida saludable (ruidos, humos, olores, oscuridad, escasa ventilación, desperfectos, inaccesibilidad).	19	X		X	
El lugar donde trabaja cumple con las normas de seguridad.	20	X		X	
Dispone de los bienes materiales que necesita.	21	X		X	
Se muestra descontento con el lugar donde vive.	22	X		X	
El lugar donde vive está limpio.	23	X		X	
Dispone de los recursos económicos necesarios para cubrir sus necesidades básicas.	24	X		X	
Sus ingresos son insuficientes para permitirle acceder a caprichos.	25	X		X	
El lugar donde vive esta adaptado a sus necesidades.	26	X		X	
Dimensión 4: Desarrollo personal		SI	No	Si	No
Muestra dificultad para adaptarse a las situaciones que se le presentan.	27	X		X	
Tiene acceso a nuevas tecnologías: internet, móvil, etc	28	X		X	

El trabajo que desempeña le permite el aprendizaje de nuevas habilidades.	29	X		X	X		
Muestra dificultades para resolver con eficacia los problemas que se le plantean.	30	X		X	X		
Desarrolla su trabajo de manera competente y responsable.	31	X		X	X		
El servicio al que acude toma en consideración su desarrollo personal y aprendizaje de habilidades nuevas.	32	X		X	X		
Participa en la elaboración de su programa individual.	33	X		X	X		
Se muestra desmotivado en su trabajo.	34	X		X	X		
Dimensión 5: Bienestar físico		Si	No	Si	No	Si	No
Tiene problemas de sueño.	35	X		X	X		
Dispone de ayudas técnicas si las necesita.	36	X		X	X		
Sus hábitos de alimentación son saludables.	37	X		X	X		
Su estado de salud le permite llevar una actividad normal.	38	X		X	X		
Tiene un buen aseo personal.	39	X		X	X		
En el servicio al que acude se supervisa la medicación que toma.	40	X		X	X		
Sus problemas de salud le producen dolor y malestar.	41	X		X	X		
Tiene dificultades de acceso a recursos de atención sanitaria (atención preventiva, general, a domicilio, hospitalaria, etc.).	42	X		X	X		
Dimensión 6: Autodeterminación		SI	No	Si	No	Si	No
Tiene metas, objetivos e intereses personales.	43	X		X	X		
Elige como pasar su tiempo libre.	44	X		X	X		
En el servicio al que acude tienen en cuenta sus preferencias.	45	X		X	X		
Defiende sus ideas y opiniones.	46	X		X	X		
Otras personas deciden sobre su vida personal.	47	X		X	X		
Otras personas deciden como gastar su dinero.	48	X		X	X		
Otras personas deciden la hora a la que se acuesta.	49	X		X	X		
Organiza su propia vida.	50	X		X	X		
Elige con quien vivir.	51	X		X	X		
Dimensión 7: Inclusión social		SI	No	Si	No	Si	No
Utiliza entornos comunitarios (piscinas públicas, cines, teatros, museos, bibliotecas...).	52	X		X	X		
Su familia le apoya cuando lo necesita.	53	X		X	X		
Existen barreras físicas, culturales o sociales que dificultan su inclusión social.	54	X		X	X		
Carece de los apoyos necesarios para participar activamente en la vida de su comunidad.	55	X		X	X		
Sus amigos le apoyan cuando lo necesita.	56	X		X	X		
El servicio al que acude fomenta su participación en diversas actividades en la comunidad.	57	X		X	X		

Sus amigos se limitan a los que asisten al mismo servicio.	58	X		X	X		
Es rechazado o discriminado por los demás	59	X		X	X		
DIMENSIÓN 8: DERECHOS		SI	No	SI	No	SI	No
Su familia vulnera su intimidad (lee su correspondencia, entra sin llamar a la puerta).	60	X		X	X		
En su entorno es tratado con respeto.	61	X		X	X		
Dispone de información sobre sus derechos fundamentales como ciudadano.	62	X		X	X		
Muestra dificultades para defender sus derechos cuando estos son violados.	63	X		X	X		
En el servicio al que acude se respeta su intimidad.	64	X		X	X		
En el servicio al que acude se respetan sus posesiones y derecho a la propiedad.	65	X		X	X		
Tiene limitado algún derecho legar (ciudadanía, voto, procesos legales, respeto a sus creencias, valores, etc.).	66	X		X	X		
En el servicio al que acude se respetan y defienden sus derechos (confidencialidad, información sobre sus derechos como usuario...).	67	X		X	X		
El servicio respeta la privacidad de la información.	68	X		X	X		
Sufre situaciones de explotación, violencia o abuso.	69	X		X	X		

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

4. Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

5. Apellidos y nombres del juez validador: Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada
DNI: 09946516

6. Especialidad del validador: Psicología de la salud

Ayacucho, 10 de setiembre de 2025



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada
Experto informante

Anexo 3: Validación de los instrumentos

“Dependencia emocional y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025”

N.º DIMENSIONES / ítems		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
VARIABLE 1: DEPENDENCIA EMOCIONAL	Ítems							
DIMENSIÓN 1. Miedo a la Ruptura		Sí	No	Sí	No	Sí	No	
Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado.	05	X		X		X		
Me digo y redigo: “¡Se acabó!!”, pero llego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él / ella.	09	X		X		X		
Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella.	14	X		X		X		
Tolero algunas ofensas de mi pareja para que nuestra relación nunca termine.	15	X		X		X		
Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja.	17	X		X		X		
Estoy dispuesto/a hacer lo que fuera para evitar el abandono de mi pareja.	22	X		X		X		
Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi relación de pareja no se rompa.	26	X		X		X		
Para que mi pareja no termine conmigo, he hecho lo imposible.	27	X		X		X		
Mi pareja se va a dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.	28	X		X		X		
DIMENSIÓN 2. Miedo e Intolerancia a la Soledad		Sí	No	Sí	No	Sí	No	
Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja.	04	X		X		X		
Si no está mi pareja, me siento intranquilo /a.	06	X		X		X		
Es insostenible la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja.	13	X		X		X		
No sé qué haría si mi pareja me dejara.	18	X		X		X		
No soportaría que mi relación de pareja fracase.	19	X		X		X		
He pensado “que sería de mi si un día mi pareja me dejara”.	21	X		X		X		
Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine.	24	X		X		X		
Me asusta la sola idea de perder a mi pareja.	25	X		X		X		
Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien.	29	X		X		X		
No estoy preparada para el dolor que implica terminar una relación de pareja.	31	X		X		X		
No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.	46	X		X		X		
DIMENSIÓN 3. Prioridad de la Pareja		Sí	No	Sí	No	Sí	No	
Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja.	30	X		X		X		
Me olvido de mi familia, de mis amigos y de mi cuando estoy con mi pareja	32	X		X		X		
Me cuesta concretarme en otra cosa que no sea mi pareja.	33	X		X		X		
Me olvido del “mundo” cuando estoy con mi pareja.	35	X		X		X		
He relegado algunos de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.	37	X		X		X		
Suelo postergar algunos de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.	40	X		X		X		

Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.	43	X		X	X		
Me aíso de las personas cuando estoy con mi pareja.	45	X		X	X		
DIMENSIÓN 4. Necesidad de Acceso a la Pareja		Sí	No	Sí	No	Sí	No
La mayor parte del día pienso en mi pareja.	10	X		X	X		
Mi pareja se ha convertido en una “parte” mía.	11	X		X	X		
A pesar de las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.	12	X		X	X		
Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.	23	X		X	X		
No puedo dejar de ver a mi pareja.	48	X		X	X		
DIMENSIÓN 6. Deseos de Exclusividad		X		X	X		
Si por mi fuera quisiera vivir siempre con mi pareja.	16	X		X	X		
Primero está mi pareja, después lo demás.	36	X		X	X		
Si por mi fuera me gustaría vivir en una isla con mi pareja.	41	X		X	X		
Yo soy solo para mi pareja.	42	X		X	X		
Vivo para mi pareja.	49	X		X	X		
DIMENSIÓN 7. Subordinación y Sumisión							
Me asombro de mí mismo/a por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.	01	X		X	X		
Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.	02	X		X	X		
Me entrego demasiado a mi pareja.	03	X		X	X		
Mucho de mi tiempo libre quiero dedicarlo a mi pareja.	07	X		X	X		
Durante mucho tiempo he vivido para mi pareja.	08	X		X	X		
DIMENSIÓN 7. Deseo de control y dominio							
Me importa poco que digan de mi relación de pareja es dañina, no quiero perderla.	20	X		X	X		
Debo ser el centro de atención en la vida de mi pareja.	38	X		X	X		
Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar tiempo solo/a.	39	X		X	X		
Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.	44	X		X	X		
Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mí.	47	X		X	X		

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Dr./Mg. Ysabel Pariona Navarro

DNI: 10219341

Especialidad del validador: Psicóloga

Ayacucho, 10 de setiembre de 2025



Ysabel V. Pariona Navarro
Psicóloga
Esp. Terapia de Lenguaje
C.F.P. N° 9421

Experto Informante

Anexo 3: Validación de los instrumentos

Items Pertinencia¹ Relevancia² Claridad³ Sugerencias

VARIABLE 2. Calidad de vida

Dimensión 1: Bienestar emocional		Si	No	Si	No	Si	No
Se muestra satisfecho con su vida presente.	01	X		X		X	
Presenta síntomas de depresión.	02	X		X		X	
Está alegre y de buen humor.	03	X		X		X	
Muestra sentimientos de incapacidad o inseguridad.	04	X		X		X	
Presenta síntomas de ansiedad.	05	X		X		X	
Se muestra satisfecho consigo mismo.	06	X		X		X	
Tiene problemas de comportamiento.	07	X		X		X	
Se muestra motivado a la hora de realizar algún tipo de actividad.	08	X		X		X	
Dimensión 2. Relaciones interpersonales		Si	No	Si	No	Si	No
Realiza actividades que le gusta con otras personas.	09	X		X		X	
Mantiene con su familia la relación que desea.	10	X		X		X	
Se queda de la falta de amigos estables.	11	X		X		X	
Valora negativamente sus relaciones de amistad.	12	X		X		X	
Manifiesta sentirse infravalorado por su familia.	13	X		X		X	
Tiene dificultades para iniciar una vida de pareja.	14	X		X		X	
Mantiene una buena relación con sus compañeros de trabajo.	15	X		X		X	
Manifiesta sentirse querido por las personas importantes para él.	16	X		X		X	
La mayoría de las personas con las que interactúa tienen una condición similar a la suya.	17	X		X		X	
Tiene una vida sexual satisfactoria.	18	X		X		X	
Dimensión 3 Bienestar material		SI	No	Si	No	Si	No
El lugar donde vive le impide llevar un estilo de vida saludable (ruidos, humos, olores, oscuridad, escasa ventilación, desperfectos, inaccesibilidad).	19	X		X		X	
El lugar donde trabaja cumple con las normas de seguridad.	20	X		X		X	
Dispone de los bienes materiales que necesita.	21	X		X		X	
Se muestra descontento con el lugar donde vive.	22	X		X		X	
El lugar donde vive está limpio.	23	X		X		X	
Dispone de los recursos económicos necesarios para cubrir sus necesidades básicas.	24	X		X		X	
Sus ingresos son insuficientes para permitirle acceder a caprichos.	25	X		X		X	
El lugar donde vive esta adaptado a sus necesidades.	26	X		X		X	
Dimensión 4: Desarrollo personal		SI	No	Si	No	Si	No
Muestra dificultad para adaptarse a las situaciones que se le presentan.	27	X		X		X	
Tiene acceso a nuevas tecnologías: internet, móvil, etc	28	X		X		X	
El trabajo que desempeña le permite el aprendizaje de nuevas habilidades.	29	X		X		X	

Muestra dificultades para resolver con eficacia los problemas que se le plantean.	30	X		X	X		
Desarrolla su trabajo de manera competente y responsable.	31	X		X	X		
El servicio al que acude toma en consideración su desarrollo personal y aprendizaje de habilidades nuevas.	32	X		X	X		
Participa en la elaboración de su programa individual.	33	X		X	X		
Se muestra desmotivado en su trabajo.	34	X		X	X		
Dimensión 5: Bienestar físico		Si	No	Si	No	Si	No
Tiene problemas de sueño.	35	X		X	X		
Dispone de ayudas técnicas si las necesita.	36	X		X	X		
Sus hábitos de alimentación son saludables.	37	X		X	X		
Su estado de salud le permite llevar una actividad normal.	38	X		X	X		
Tiene un buen aseo personal.	39	X		X	X		
En el servicio al que acude se supervisa la medicación que toma.	40	X		X	X		
Sus problemas de salud le producen dolor y malestar.	41	X		X	X		
Tiene dificultades de acceso a recursos de atención sanitaria (atención preventiva, general, a domicilio, hospitalaria, etc.).	42	X		X	X		
Dimensión 6: Autodeterminación		SI	No	Si	No	Si	No
Tiene metas, objetivos e intereses personales.	43	X		X	X		
Elige como pasar su tiempo libre.	44	X		X	X		
En el servicio al que acude tienen en cuenta sus preferencias.	45	X		X	X		
Defiende sus ideas y opiniones.	46	X		X	X		
Otras personas deciden sobre su vida personal.	47	X		X	X		
Otras personas deciden como gastar su dinero.	48	X		X	X		
Otras personas deciden la hora a la que se acuesta.	49	X		X	X		
Organiza su propia vida.	50	X		X	X		
Elige con quien vivir.	51	X		X	X		
Dimensión 7: Inclusión social		SI	No	Si	No	Si	No
Utiliza entornos comunitarios (piscinas públicas, cines, teatros, museos, bibliotecas...).	52	X		X	X		
Su familia le apoya cuando lo necesita.	53	X		X	X		
Existen barreras físicas, culturales o sociales que dificultan su inclusión social.	54	X		X	X		
Carece de los apoyos necesarios para participar activamente en la vida de su comunidad.	55	X		X	X		
Sus amigos le apoyan cuando lo necesita.	56	X		X	X		
El servicio al que acude fomenta su participación en diversas actividades en la comunidad.	57	X		X	X		
Sus amigos se limitan a los que asisten al mismo servicio.	58	X		X	X		
Es rechazado o discriminado por los demás	59	X		X	X		
DIMENSIÓN 8: DERECHOS		SI	No	Si	No	Si	No

Su familia vulnera su intimidad (lee su correspondencia, entra sin llamar a la puerta).	60	X	X	X
En su entorno es tratado con respeto.	61	X	X	X
Dispone de información sobre sus derechos fundamentales como ciudadano.	62	X	X	X
Muestra dificultades para defender sus derechos cuando estos son violados.	63	X	X	X
En el servicio al que acude se respeta su intimidad.	64	X	X	X
En el servicio al que acude se respetan sus posesiones y derecho a la propiedad.	65	X	X	X
Tiene limitado algún derecho legar (ciudadanía, voto, procesos legales, respeto a sus creencias, valores, etc.).	66	X	X	X
En el servicio al que acude se respetan y defienden sus derechos (confidencialidad, información sobre sus derechos como usuario...).	67	X	X	X
El servicio respeta la privacidad de la información.	68	X	X	X
Sufre situaciones de explotación, violencia o abuso.	69	X	X	X

¹ Pertinencia: el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² Relevancia: el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ Claridad: se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Dr./Mg. Ysabel Pariona Navarro

DNI: 10219341

Especialidad del validador: Psicóloga

Ayacucho, 10 de setiembre de 2025


 Ysabel V. Pariona Navarro
 Psicóloga
 Esp. Terapia de Lenguaje
 C.F.P. N° 9421

Experto Informante

Anexo 4. Confiabilidad de los instrumentos

Análisis de Fiabilidad

Escala: Dependencia Emocional

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	115	100%
	Excluido	0	0%
	Total	115	100%

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.647	49

Escala: Calidad de Vida

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	115	100%
	Excluido ^a	0	0%
	Total	115	100%

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.632	69

Anexo 5. Aprobación del Comité de Ética



Universidad
Norbert Wiener

COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 18 de julio del 2025.

Autor Responsable:

Kelly Alisson Gutierrez Gamboa

Exp. N°: 1796-2025

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) evaluó y **APROBÓ** el siguiente proyecto de investigación:

Proyecto Titulado: "DEPENDENCIA EMOCIONAL Y CALIDAD DE VIDA EN MUJERES DEL PROGRAMA VASO DE LECHE DE LA URBANIZACIÓN LOS LICENCIADOS, AYACUCHO, 2025"
Versión Nro. 1, con fecha 16/07/2025.

El cual tiene como Autor(es) a:

Kelly Alisson Gutierrez Gamboa

La **APROBACIÓN** comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

- La **vigencia** de la aprobación es **24 meses** a partir de la emisión de este documento.
- Toda **enmienda** deberá presentarse al CIEIC-UPNW; el proyecto no podrá ejecutarse sin su aprobación previa.
- La constancia de aprobación por el CIEIC **no garantiza la aceptación** por parte de las **instituciones** donde pretende ejecutar el trabajo de investigación.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta
Presidente
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

Avenida Arequipa 440
Universidad Privada Norbert Wiener
Teléfono: 706-5555 anexo 3286-3287 Cel. 939513820
Correo: comite.etica@uwieneredu.pe

Anexo 6. Formato de Consentimiento Informado



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Hola, mi nombre es Kelly Alison Gutiérrez Gamboa soy bachiller de la Facultad de Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener. El propósito de este estudio es Demostrar la relación existente entre dependencia emocional y calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

Procedimiento:

La investigación consistirá en la realización de unos cuestionarios de manera anónima y confidencial, cuya duración es aproximadamente de cuarenta y cinco minutos, donde se solicita exhortar al evaluado a responder sinceramente la información para que la investigación arroje resultados válidos, esta se realizará en el vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho, 2025.

Participación Voluntaria:

La participación en este estudio es completamente voluntaria, ya que, en cualquier momento, puede decidir no participar o retirarse del estudio sin que esto le cause ningún problema ni tenga consecuencias a nivel institucional, académico o social.

Riesgos y Eventualidades:

El procedimiento de este estudio no implica ningún riesgo físico, emocional o psicológico para los participantes, sin embargo, es posible que, al reflexionar sobre sus emociones y experiencias personales, se sienta incomodidad. En ese caso, se puede detener la participación en cualquier momento sin ninguna repercusión.

Beneficios:

Aunque no hay beneficios directos al participar en este estudio, su colaboración contribuirá a una mejor comprensión de dependencia emocional y calidad de vida en mujeres beneficiarias de vaso de leche, lo cual puede ser útil para futuras intervenciones educativas y psicológicas.

Confidencialidad y Seguridad de la Información:

Se garantizará la confidencialidad y el archivo seguro de toda la información obtenida. Los cuestionarios y cualquier otro registro se almacenarán en un sitio seguro. En las bases de datos, los participantes serán identificados únicamente por un código, asegurando que la información personal no sea divulgada ni compartida. Todo esto se realiza siguiendo los principios éticos y el secreto profesional de la psicología en el Perú.

Derechos del Participante:

Se tiene derecho a recibir respuestas a cualquier inquietud sobre esta investigación, antes, durante y después de su ejecución, ya que, al aceptar participar, se confirma que se ha sido suficientemente informado y se comprende que se puede retirar el consentimiento en cualquier momento.

Puede comunicarse con Kelly Alison Gutiérrez Gamboa al número 964560140 o al comité que validó el presente estudio, Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta, presidenta del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, tel. +51 924 569 790. E-mail: comite.etica@uwiener.edu.pe

En constancia de lo anterior, firmo el presente documento.



Kelly Alison Gutierrez Gamboa

DNI: 73907195

Anexo 7. Carta de aprobación de la presidenta del programa vaso de leche para la recolección de datos.

AUTORIZACIÓN PARA RECOLECCIÓN DE DATOS

Ayacucho, 23 de Agosto de 2025

Señores:
Universidad Norbert Wiener

De mi consideración:

Por medio de la presente, quien suscribe, Rocio Del Pilar Bautista Quispe, con DNI N° 74998991, en calidad de Presidenta Zonal del Programa Vaso de Leche de la Urbanización Los Licenciados, hace constar que se autoriza a la Srta. Kelly Alisson Gutierrez Gamboa, identificada con DNI N° 73907195 y alumna de la carrera profesional de Psicología a realizar la recolección de datos correspondiente a su trabajo de investigación titulado " Dependencia Emocional y Calidad de vida en mujeres del programa vaso de leche de la Urbanización Los Licenciados, Ayacucho 2025"

Dicha autorización se otorga con fines estrictamente académicos, asegurando la confidencialidad de la información brindada por las beneficiarias del programa y el cumplimiento de los principios éticos establecidos para la investigación.

Sin otro particular, hago propicia la ocasión para reiterar los sentimientos de mi especial consideración y estima.

Atentamente,

PROGRAMA VASO DE LECHE


Rocio Del Pilar Bautista Quispe
PRESIDENTA ZONAL II
DNI: 74998991

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 6%  Publicaciones
- 15%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 13% Fuentes de Internet
- 6% Publicaciones
- 15% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	hdl.handle.net	4%
2	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	1%
3	Internet	www.ti.autonomadeica.edu.pe	1%
4	Trabajos entregados	uwiener on 2025-01-13	<1%
5	Publicación	Quenta Yupanqui, María Isabel. "Cultura organizacional y bienestar laboral de los..."	<1%
6	Trabajos entregados	Universidad Alas Peruanas on 2019-09-02	<1%
7	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2020-11-13	<1%
8	Trabajos entregados	POSGRADO on 2025-09-10	<1%
9	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2020-07-27	<1%
10	Trabajos entregados	Universidad Popular del César,UPC on 2021-09-08	<1%
11	Internet	intra.uigv.edu.pe	<1%