



Universidad
Norbert Wiener

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA EN SALUD
MENTAL Y PSIQUIATRÍA**

Trabajo Académico

Dependencia emocional y autoestima en adultos de una universidad privada de
Lima, 2025

Para optar el Título de
Especialista en Enfermería en Salud Mental y Psiquiatría


Presentado por:

Autora: Rodriguez Tapia De Sosa, Douce Candy Elena
Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-3088-023X>

Asesor: Mg. Montoro Valdivia, Marcos Antonio
Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6982-7888>

Lima – Perú

2026

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

Yo, **Rodriguez Tapia de Sosa Douce Candy Elena**, egresado de la Facultad de Ciencias de la Salud y Programa académico de Enfermería, del programa **Segunda especialidad en Enfermería en Salud Mental y Psiquiatría**, de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico **“Dependencia emocional y autoestima en adultos de una universidad privada de Lima, 2025”** Asesorado por el docente: Mg. Marcos Antonio Montoro Valdivia DNI 09542548, ORCID N°: 0000-0002-6982-7888 tiene un índice de similitud de (24) (veinticuatro) % con código **oid: :14912:575559371** 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
Rodriguez Tapia de Sosa Douce Candy Elena
 DNI:73867489



.....
 Firma
 Marcos Antonio Montoro Valdivia
 DNI: 09542548

Lima, 01/04/2026

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

Es obligatorio utilizar adecuadamente los filtros y exclusión del turnitin: excluir las citas, la bibliografía y las fuentes que tengan menos de 1% de palabras. EN caso se utilice cualquier otro ajuste o filtros, debe ser debidamente justificado en el siguiente recuadro.

El resultado de la similitud general muestra un 4% excedente del porcentaje permitido.
 Este excedente corresponde a aspectos metodológicos que se centran mayormente en los anexos como son la matriz de consistencia, los dos instrumentos y en el formato de consentimiento informado.

DEDICATORIA:

A mi hija Alma por motivarme a seguir adelante en cada etapa profesional, darme fortaleza de seguir en esta vida.

A mi amiga y colega Celeste por acompañarme emocionalmente en los procesos bonitos y difíciles de la vida.

AGRADECIMIENTO:

A mi Dios por todos los desafíos y pruebas para fortalecerme y así ser de ayuda a otros. A los docentes de la especialidad que me guiaron durante este proceso de la investigación.

Índice:

DEDICATORIA:	3
AGRADECIMIENTO:	4
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
1. EL PROBLEMA	9
1.1. Planteamiento del problema.....	9
1.2. Objetivos de la investigación	12
1.3. Justificación de la investigación.....	13
1.4. Delimitaciones de la investigación.....	15
2. MARCO TEÓRICO	16
2.1. Antecedentes	16
2.2. Bases teóricas.....	20
2.3. Formulación de hipótesis	40
3. METODOLOGÍA	42
3.1. Método de la investigación	42
3.2. Enfoque de la investigación	42
3.3. Tipo de investigación.....	42
3.4. Diseño de la investigación	42
3.5. Población, muestra y muestreo	42
3.6. Variables y operacionalización	44

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	30
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	35
3.9. Aspectos éticos.....	35
4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	37
4.1 Cronograma de actividades.....	37
4.2 Presupuesto	38
REFERENCIAS:	39
ANEXOS	47

RESUMEN

Introducción: La dependencia emocional y la autoestima constituyen variables relevantes en la salud mental de la población adulta, particularmente en el marco de las relaciones de pareja. La presencia de una autoestima disminuida puede favorecer vínculos afectivos disfuncionales caracterizados por miedo al abandono, sumisión emocional y dificultad para establecer límites saludables, afectando el bienestar psicológico. En el ámbito universitario, estas dinámicas pueden intensificarse como consecuencia de las exigencias académicas, sociales y afectivas propias de esta etapa, lo que justifica la necesidad de investigar su relación desde el enfoque de la Enfermería en Salud Mental.

Objetivo: Determinar la relación existente entre la dependencia emocional y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima, 2025.

Metodología: La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo básico, con un diseño no experimental, descriptivo-correlacional y de corte transversal. La población estuvo integrada por 80 adultos matriculados en una universidad privada de Lima, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. La técnica empleada fue la encuesta, y los instrumentos de recolección de datos incluyeron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño, así como la Escala de Autoestima de Rosenberg, ambos validados y confiables para la población universitaria peruana. El análisis de la información se efectuará mediante estadística descriptiva e inferencial, utilizando el coeficiente rho de Spearman, con un nivel de significancia de $p < 0,05$.

Palabras claves: Dependencia emocional, autoestima, relaciones de pareja, salud mental, enfermería.

ABSTRACT

Introduction: Emotional dependence and self-esteem are relevant variables in adult mental health, especially in the context of romantic relationships. Low self-esteem can lead to dysfunctional emotional bonds characterized by fear of abandonment, emotional submission, and difficulty establishing healthy boundaries, affecting psychological well-being. In the university setting, these dynamics can be intensified due to the academic, social, and emotional demands of this stage of life, which justifies the need to investigate their relationship from the perspective of mental health nursing.

Objective: To determine the relationship between emotional dependence and self-esteem in adults at a private university in Lima, 2025.

Methods: The research was conducted using a basic quantitative approach, with a non-experimental, descriptive-correlational, cross-sectional design. The population consisted of 80 adults enrolled at a private university in Lima, selected through non-probabilistic convenience sampling. The technique used was a survey, and the data collection instruments included the Emotional Dependency Questionnaire (CDE) by Lemos and Londoño, as well as the Rosenberg Self-Esteem Scale, both of which are validated and reliable for the Peruvian university population. The information will be analyzed using descriptive and inferential statistics, using Spearman's rho coefficient, with a significance level of $p < 0.05$.

Keywords: Emotional dependence, self-esteem, romantic relationships, mental health, nursing.

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Dependencia emocional y la autoestima constituyen una problemática relevante en la salud mental de la población adulta, especialmente en el contexto de las relaciones interpersonales. Diversas investigaciones señalan que una autoestima baja puede favorecer la aparición de vínculos afectivos caracterizados por sumisión, miedo al abandono y dificultad para establecer límites, afectando negativamente el bienestar psicológico y social del individuo (1,2).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) advierte que los problemas de salud mental asociados a relaciones interpersonales disfuncionales han incrementado a nivel mundial, destacando que los patrones de dependencia emocional se relacionan con mayor vulnerabilidad a trastornos de ansiedad y depresión en adultos jóvenes (3). Estas dificultades se intensifican cuando la persona presenta una autovaloración negativa y una alta necesidad de aprobación externa (4).

En Europa, específicamente en España, estudios empíricos han demostrado que la dependencia emocional se asocia significativamente con una autoimagen negativa, celos excesivos y miedo a la soledad, especialmente en adultos jóvenes, lo que contribuye a la permanencia en relaciones disfuncionales (5).

Desde una perspectiva regional, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) señala que los factores psicosociales, como la baja autoestima y la necesidad excesiva de

afecto, representan factores de riesgo para el desarrollo de relaciones interpersonales poco saludables, especialmente en poblaciones jóvenes y adultas expuestas a presión social y emocional (6).

En los Estados Unidos, estudios publicados en el *Journal of Women's Health* evidencian que las personas con dependencia emocional presentan una mayor probabilidad de desarrollar ansiedad, depresión y baja autoestima, lo que repercute en su capacidad para establecer relaciones saludables (7). De manera similar, investigaciones difundidas en *Psychology of Women Quarterly* señalan que las mujeres con autoestima baja tienen mayor riesgo de desarrollar dependencia emocional, incrementando su vulnerabilidad emocional dentro de la relación de pareja (8).

En el Perú, esta problemática se manifiesta con especial preocupación. De acuerdo con la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) 2023, el 53,8 % de las mujeres refirió haber sido víctima de violencia psicológica, física y/o sexual por parte de su pareja en algún momento de su vida. La forma de violencia reportada con mayor frecuencia fue la psicológica y verbal (49,3 %), seguida de la violencia física (27,2 %) y la violencia sexual (6,5 %), situaciones que suelen estar asociadas a dinámicas de dependencia emocional y autoestima disminuida (9).

Asimismo, el Ministerio de Salud (MINSA) reporta un incremento de atenciones por problemas de salud mental relacionados con dificultades emocionales, relaciones conflictivas y baja autoestima, especialmente en adultos jóvenes, lo que evidencia la

necesidad de abordar estos factores desde un enfoque preventivo (10).

A pesar de la existencia de evidencia internacional y nacional, se observa una escasez de estudios específicos en adultos universitarios, particularmente en universidades privadas de Lima, donde las exigencias académicas, sociales y afectivas pueden influir en la autoestima y en la forma de establecer vínculos emocionales. Esta falta de información empírica limita la comprensión del problema y dificulta la implementación de estrategias de intervención de enfermería en salud mental, junto con el equipo multidisciplinario adecuadas para esta población.

1.1.1 Problema general

¿Cuál es el nivel de relación de la dependencia emocional y autoestima en adultos de una universidad privada, Lima 2025?

1.1.2 Problemas específicos

¿Cómo se relaciona la ansiedad por separación y la autoestima en adultos de una universidad privada?

¿Cómo se relaciona la expresión efectiva de la pareja y la autoestima en adultos de una universidad privada?

¿Cómo se relaciona la modificación de planes y la autoestima en adultos de una universidad privada?

¿Cómo se relaciona el miedo a la soledad y la autoestima en adultos de una universidad privada?

¿Cómo se relaciona la expresión límite y autoestima en adultos de una universidad privada?

¿Cómo se relaciona la búsqueda de atención y la autoestima en adultos de una universidad privada?

1.2. Objetivos de la investigación

1.2.1 Objetivo General

Determinar la relación de la dependencia emocional y autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

1.2.2 Objetivos específicos:

Identificar la relación entre la ansiedad de separación y autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

Identificar la relación entre expresión afectiva de la pareja y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

Identificar la relación entre modificación de planes y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

Identificar la relación entre el miedo a la soledad y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

Identificar la relación entre la expresión límite y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

Identificar la relación entre la búsqueda de atención y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

1.3. Justificación de la investigación

1.3.1 Teórica

Este tema requiere especial atención teórica debido a su importante impacto en la salud mental, el desarrollo emocional y la calidad de las relaciones interpersonales, especialmente durante periodos de transición y consolidación personal, como la edad adulta universitaria. Desde la perspectiva de la enfermería psiquiátrica, esta investigación se basa en la teoría de las relaciones interpersonales de Peplau. Esta teoría reconoce que la interacción entre enfermera y paciente es un proceso terapéutico que influye directamente en el bienestar emocional, la autoconciencia y la capacidad del individuo para construir relaciones interpersonales saludables.

Peplau sostiene que en muchos casos los problemas psicológicos surgen de dificultades en las relaciones interpersonales, especialmente cuando hay déficits emocionales, inseguridad personal y dependencia emocional.

En este marco, la dependencia emocional puede entenderse como una disminución de la capacidad de una persona para establecer relaciones autónomas, mientras que la autoestima es un componente central del equilibrio emocional y el autoconcepto. La interacción disfuncional de estas dos variables puede conducir a apegos emocionales patológicos caracterizados por la sumisión emocional, el miedo al abandono y las dificultades para la resolución de conflictos. Desde esta perspectiva, la presente investigación contribuye al fortalecimiento del conocimiento teórico en enfermería psiquiátrica al integrar variables psicológicas relevantes en un modelo enfermero que prioriza la relación interpersonal como piedra angular de la atención terapéutica.

1.3.2 Metodológica

El tipo de investigación será correlacional, pues permitirá analizar la relación entre las variables de interés e identificar patrones y tendencia en los datos; el enfoque de la investigación será cuantitativa, puesto que las variables son medibles y para medirlas, se usará dos instrumentos para recolectar los datos, la cual están validadas y son altamente confiables la cual garantizara la fiabilidad de la investigación. La importancia de lo mencionado radica en que los resultados que se van a obtener luego de la aplicación de dichos instrumentos, contribuirán con otras investigaciones relacionadas al estudio que se va a investigar.

1.3.3 Práctica

Desde la perspectiva práctica, la presente investigación adquiere relevancia porque permitirá comprender las dinámicas emocionales y relacionales presentes en adultos universitarios, una población expuesta a múltiples demandas académicas, sociales y afectivas que pueden repercutir en su salud mental y calidad de vida. Este conocimiento facilitará la identificación temprana de situaciones que afectan el bienestar emocional, favoreciendo una atención más oportuna y contextualizada en el ámbito universitario.

Los resultados obtenidos servirán como base para el diseño y fortalecimiento de intervenciones de enfermería en salud mental, orientadas al acompañamiento emocional y a la promoción de relaciones interpersonales saludables. Asimismo, la información generada podrá ser utilizada por profesionales de la salud y autoridades universitarias para desarrollar intervenciones y programas de promoción y prevención en salud mental, como entrevistas de valoración emocional, consejerías, talleres psicoeducativos, grupos de

apoyo emocional y programas de fortalecimiento emocional, contribuyendo así al bienestar emocional de la población adulta universitaria, que promuevan la salud mental dentro de las instituciones y bienestar de las mujeres, y varones y así contribuir de manera significativa al bienestar y la calidad de vida de la sociedad en su conjunto.

1.4. Delimitaciones de la investigación

1.4.1 Temporal

El siguiente estudio se realizará en el año 2025.

1.4.2 Espacial

Estudio estará centrado en adultos de una institución privada de Lima.

1.4.3 Población o unidad de análisis

El estudio será realizado en adultos de una universidad privada de Lima, que tengan o hayan tenido relaciones de pareja ya sea de matrimonio, convivencia o noviazgo.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Reyes y Jaureguizar (11), España del 2025, realizaron un estudio con el objetivo de “analizar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en relaciones de pareja jóvenes”. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo, fue de diseño no experimental, transversal. La muestra integro a 985 estudiantes universitarios. Se aplicó la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Cuestionario de Dependencia Emocional. Los hallazgos evidenciaron que, a mayor dependencia emocional, menor nivel de autoestima. Concluyéndose que hay una correlación inversa y relevante entre las dos variables.

Vaca (12), en Ecuador 2023, realizó un estudio con el objetivo de “determinar la relación entre la autoestima y la dependencia emocional en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la Universidad Internacional del Ecuador”. Se empleó un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y diseño no experimental. La población estuvo conformada por 54 estudiantes universitarios, a quienes se aplicaron como instrumentos la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Cuestionario de Dependencia Emocional. Los resultados evidenciaron que niveles elevados de dependencia emocional se asocian significativamente con una baja autoestima. Se concluyó que existe una relación inversa y estadísticamente significativa entre ambas variables en la población estudiada.

Gianatelli (13), en Argentina en el 2023, realizó un estudio con el objetivo de “analizar los niveles de autoestima y dependencia emocional en mujeres víctimas de

violencia de género de tipo conyugal”. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo-correlacional y de comparación entre grupos. La muestra estuvo constituida por 100 mujeres con edades comprendidas entre los 18 y 40 años, residentes en la ciudad de Buenos Aires. Para la recolección de datos se emplearon la Escala de Autoestima de Rosenberg, la Escala de Dependencia Emocional y el cuestionario CUVINO. Los hallazgos mostraron niveles bajos de autoestima y una elevada dependencia emocional en las mujeres que presentaban antecedentes de violencia conyugal, evidenciándose una relación significativa entre la violencia de pareja, la dependencia emocional y la autoestima.

Loayza (14), en Bolivia en el 2023, realizó un estudio con el objetivo de “determinar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios”. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, con un diseño correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo integrada por estudiantes universitarios adultos. Se emplearon instrumentos estandarizados para medir dependencia emocional y autoestima. Los resultados evidenciaron que los estudiantes con mayor dependencia emocional presentaron menor autoestima, concluyéndose que ambas variables mantienen una relación inversa y estadísticamente significativa.

García y Vivas (15), desarrollaron en México, durante el año 2021, un estudio orientado a “analizar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en parejas adultas”. La investigación fue de enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo-correlacional y transversal. La muestra estuvo conformada por 405 adultos, de los cuales 201 correspondieron al sexo femenino. Para la recolección de la información se utilizaron

el Cuestionario de Dependencia Emocional y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Los hallazgos evidenciaron una mayor dependencia emocional en los hombres, asociada principalmente al miedo a la soledad, mientras que las mujeres presentaron niveles más bajos de autoestima. Se concluyó que existe una relación inversa y significativa entre la dependencia emocional y la autoestima.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Zurita (16), en Lima, 2025 desarrolló una investigación con un enfoque cuantitativo y diseño no experimental correlacional orientada a “determinar la asociación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Técnico Profesional de Los Olivos”. Se aplicaron como instrumentos la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Cuestionario de Dependencia Emocional en una muestra de 301 participantes mayores de 18 años. Los resultados indicaron que la dependencia emocional y la autoestima se relacionan de manera inversa y con significación estadística. Se concluyó que niveles bajos de autoestima pueden estar asociados a altos niveles de dependencia emocional en la población estudiada.

Palomino Sulca (17), en Ayacucho en el 2025, desarrolló un estudio con el objetivo de “determinar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes de una institución superior”. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, correlacional y de corte transversal. La población estuvo conformada por estudiantes universitarios, a quienes se les administraron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Los

hallazgos mostraron una relación inversa y estadísticamente significativa entre ambas variables, observándose que a mayores niveles de dependencia emocional corresponden menores niveles de autoestima. Se concluyó que existe una relación significativa entre la dependencia emocional y la autoestima en los estudiantes evaluados.

Gil (18), en Cañete en el 2024, realizó un estudio con el objetivo de “analizar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios de Cañete”. El estudio se realizó bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, correlacional y transversal. La muestra estuvo integrada por 50 estudiantes universitarios. Para la recolección de la información se emplearon el Inventario de Dependencia Emocional de Arredondo y el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Los hallazgos demostraron la existencia de una relación inversa entre ambas variables, concluyéndose que a mayores niveles de dependencia emocional se asocian menores niveles de autoestima en todas sus dimensiones.

Rojas (19), en Lima en el 2024, desarrolló un estudio orientada a “determinar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte”. La investigación fue cuantitativa, con un diseño no experimental, correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo integrada por 172 estudiantes universitarios, a quienes se les administraron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Los resultados evidenciaron una correlación inversa significativa y de magnitud moderada. Se concluyó que una mayor autoestima se asocia con menores niveles de dependencia emocional.

Del Castillo y Henostroza (20), en Huaraz en el 2022, desarrollaron un estudio cuyo objetivo fue “analizar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en

adultos universitarios de la ciudad de Huaraz”. La investigación presentó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 378 estudiantes universitarios, a quienes se les aplicaron el C.D.E. y la escala de Autoestima de Rosenberg. Los hallazgos mostraron una relación negativa y estadísticamente significativa entre ambas variables, concluyéndose que la dependencia emocional mantiene una asociación inversa con la autoestima.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Dependencia emocional

2.2.1.1 Definición

La dependencia emocional es un fenómeno psicológico complejo que se manifiesta a través de una necesidad excesiva de afecto, cercanía y validación por parte de otra persona, generalmente dentro de una relación de pareja, lo que puede comprometer la autonomía emocional y el bienestar personal. Este patrón relacional suele desarrollarse cuando el individuo presenta dificultades para valerse emocionalmente por sí mismo y requiere del otro como principal fuente de seguridad y estabilidad afectiva.

La RAE (21) al término “dependiente” lo define como aquel sujeto que “no puede valerse por sí misma”, en ese sentido, la dependencia se caracteriza como una consecuencia derivada del proceso, que empieza con la deficiencia estructural, tanto física o psicológico, en la persona. Este déficit crea un límite para la actividad personal y social y, si no se puede superar por sí mismos, provoca una restricción significativa en su participación sociocultural. En estos casos, la persona requiere el apoyo de otro para equilibrar y mantener su interacción con el entorno. Según Castello (22) lo define como esa “necesidad extrema de carácter afectivo que la persona siente hacia otra en la relación.” Esta definición resalta el carácter desproporcionado del

vínculo, en el cual el afecto deja de ser una expresión saludable para convertirse en un elemento central que condiciona la conducta, las decisiones y la identidad personal.

Siguiendo esta definición, Camarillo L. et al. (23) indican que ser dependiente refiere a un vínculo emocional constante excesivo con el otro individuo, que es disfuncional, vinculado a una autoestima baja y que esconde deficiencias afectivas importantes. Esto se complementa con una interpretación prejuiciada de lo que es real, la resistencia de sentirse o quedarse solo y el vacío existencial.

López (24), menciona en su estudio a Riso, quien plantea que la dependencia hacia la persona amada equivale a anularse en vida, constituyendo una forma de autodestrucción psicológica. En este proceso, la autoestima, el respeto por uno mismo y la identidad personal se ceden de manera irracional. Como consecuencia, la persona dependiente experimenta una pérdida progresiva e inevitable de su individualidad, hasta convertirse en una extensión de la persona amada.

En otras palabras, aunque las relaciones interpersonales son un componente crucial de la esencia humana, en ciertas situaciones, la creación de estas relaciones puede ocurrir de forma disfuncional o patológica. (22)

Por tanto, quien presenta dependencia emocional convierte el amor en sufrimiento, transformando lo que debería ser una experiencia positiva y enriquecedora en una situación que erosiona su autoestima y reduce su calidad de vida, afectándolo profundamente. (23)

2.2.1.2 Fases del desarrollo de la dependencia emocional

El autor Castello (22) describe que la dependencia emocional se desarrolla de manera progresiva a través de diversas fases, las cuales reflejan el deterioro gradual del vínculo y del bienestar emocional del individuo:

- **Fase inicial Euforia:** Esta etapa se refiere al comienzo de la relación, cuando el individuo con dependencia se encuentra con su posible pareja. Se distingue por una fuerte ilusión que aparece durante el primer encuentro positivo y persiste

durante los primeros meses. Conforme avanza la relación, el dependiente demuestra una intensa admiración y fascinación por su pareja, lo que lo impulsa a adoptar una postura subordinada y a entregarse de forma excesiva con el propósito de fortalecer el vínculo. Esta euforia refleja su intensa necesidad mutua y el anhelo incesante de tenerlo cerca.

- **Fase subordinación:** Se definen dos funciones: la subyugación del dependiente y el control del compañero. Este modelo surge por decisión mutua, dado que el trabajador adopta de manera voluntaria el rol de inferior para prevenir una eventual separación, no debido a que su pareja lo incite. Por lo tanto, ambos asumen estos roles y los consideran como algo lógico y natural en la relación.
- **Fase deterioro:** Se intensifica todo lo descrito en la fase de subordinación. La sumisión del dependiente se profundiza notablemente, acompañada de una dominación evidente que le causa sufrimiento, ya que no tolera humillaciones, abusos, entre otros deterioros. En este momento, el trabajador deja de gozar de la relación y comienza a sentir emociones de autodesprecio y falta de amor hacia sí mismo, lo que puede llevar al surgimiento de depresión o ansiedad.
- **Fase ruptura con síndrome de abstinencia:** En esta fase, la relación comienza a disolverse, y por lo general, no es el individuo dependiente quien toma la iniciativa de terminarla, sino su pareja, ya que la dependencia emocional ha disminuido. En caso contrario, si la dependencia se intensificara, sería mucho más difícil que la pareja decidiera poner fin al vínculo. En este instante, el trabajador procurará mantener la relación debido al sufrimiento y la melancolía provocados por la separación. Este grupo de síntomas es denominado "Síndrome de abstinencia". En este instante, los dependientes tienden a buscar asistencia profesional debido a la

existencia de depresión y ansiedad.

- **Fase de relaciones de transición:** El que es dependiente busca a alguien más con la intención de mitigar el sufrimiento, el desdén y el desamparo provocados por la soledad. Estas relaciones transitorias generalmente son de carácter temporal, superficiales, sin pasión y más bien funcionales. Además, es posible que el dependiente dependa en exceso de sus amistades para buscar apoyo emocional.
- **Recomienzo del ciclo:** Después de las relaciones temporales, la persona con dependencia se topa con un nuevo individuo que posee los atributos idóneos para instaurar una relación desequilibrada, o sea, alguien a quien idealizar y en quien depositar sus expectativas y necesidades emocionales. (22)

2.2.1.3 Dimensiones de la dependencia emocional

Anguita (25) basado en los aportes de Castello: Aquellos con dependencia emocional suelen emplear mecanismos de autoengaño y negación, los cuales refuerzan sus pensamientos irracionales. Adoptan una postura sumisa que las hace tolerar maltratos verbales y psicológicos con el fin de evitar la ruptura. En algunos casos, pueden ciertos casos puede desarrollar trastornos asociados como depresión y ansiedad, también tienden a tener habilidades sociales restringidas y una visión negativa de sí mismas, lo que las lleva a suprimir sus propias opiniones. Su lenguaje corporal refleja tristeza de manera prolongada, y presentan las siguientes dimensiones:

- **Ansiedad de separación:** La persona dependiente ven al compañero como lo más esencial en su vida, concluir la relación se convierte en algo asfixiante que los conducirá a un posible síndrome de abstinencia en el que pueden soportar

circunstancias en las que se encuentren en desventaja.

- **Expresión afectiva de la pareja:** Manifiesta una dependencia hacia su par, emplea la tecnología para un contacto constante y abusivo. Es importante destacar que no siempre los objetos de dependencia admiten tal comportamiento, en numerosas situaciones establecen límites y condiciones de abuso, las cuales el dependiente acepta por miedo a la soledad.
- **Modificación de planes:** El sujeto pondrá a su pareja por encima de sí mismo, relegando sus propias decisiones, lo que significa que deja de tener una vida propia, sus emociones se ajustarán a las de su pareja, viviendo enamorados del amor.
- **Miedo a la soledad:** Se manifiesta después de la ruptura, comprende una serie de afecciones que comprenden: emociones como tristeza, ansiedad, falta de concentración, somatizaciones, pensamientos suicidas, entre otros; desde la tristeza más intensa hasta la alegría total si su pareja lo llama.
- **Expresión límite:** Se manifiesta en la valoración excesiva del trabajador que endiosa y sostiene una apreciación tergiversada de los méritos y habilidades del compañero.
- **Búsqueda de atención:** La persona dependiente muestra una exageración de lo que considera normal en las relaciones amorosas, buscando una exclusividad total que no siempre es aceptada por su pareja.

2.2.1.4 Causas de dependencia emocional

La dependencia emocional no surge de manera aislada, sino que es el resultado de la interacción de múltiples factores personales, familiares y contextuales que influyen en el desarrollo emocional del individuo. Diversos autores coinciden en que estas causas se

originan principalmente en etapas tempranas de la vida y se refuerzan a lo largo de las relaciones interpersonales significativas.

Castelló (22), establece las causas siguientes relacionadas con ser emocionalmente dependiente:

- **Faltas emocionales tempranas:** Se refiere a la carencia de afecto hacia el niño desde su nacimiento, con comportamientos de indiferencia y desinterés en sus actividades, lo que provoca sentimientos de poca valía y carencia afectiva. Esto lleva a una baja autoestima y a una constante búsqueda de aprobación e idealización exagerada en sus futuras parejas.
- **Sobreprotección devaluadora:** Se refiere a una sobre protección desmedida en la que el adulto lleva a cabo todas las tareas en lugar del niño, no con el objetivo de simplificarle la labor, sino porque piensa que no puede realizarla, lo que provoca ansiedad, falta de confianza y escasez de toma de decisiones. Por esta razón, suelen buscar vínculos que idealicen a sus parejas.
- **Hostilidad y malos tratos:** Está relacionado con las carencias emocionales que generan una hostilidad constante en la relación entre padres e hijos, incluyendo amenazas, insultos, recriminaciones y culpabilidad.
- **Dimensión biológica:** Para alcanzar los mejores resultados, el tratamiento debe abordar diversas dimensiones. En cuanto a la dimensión biológica, se centra en la administración de fármacos para aliviar síntomas como la ansiedad, el desaliento, la aceleración del ritmo cardíaco y la pérdida de apetito, entre otros. Si se complementa con terapia psicoterapéutica, esto aceleraría la recuperación del paciente.
- **Dimensión Psicodinámica:** Esta dimensión se basa en los procesos internos

inconscientes y en el crecimiento personal de los individuos. En el caso de ser emocionalmente dependiente, se presentan tres mecanismos de defensa: la negación, la evasión y, por último, el bloqueo emocional.

- **Escala interpersonal:** Basada en las interacciones que el individuo tiene con su entorno. También es necesario examinar el tipo de vínculo que el dependiente mantenía con su compañero, sus actitudes, entre otros.

Desde la perspectiva de la Enfermería en Salud Mental, el análisis de estas causas es esencial para reconocer factores de riesgo y diseñar estrategias de intervención orientadas a la prevención que fortalezcan la autonomía emocional y las habilidades relacionales del individuo.

2.2.1.5 Consecuencias de dependencia emocional

La dependencia emocional genera múltiples consecuencias negativas a nivel psicológico, social y relacional, afectando de manera significativa la calidad de vida del individuo. Estas consecuencias suelen intensificarse cuando el vínculo dependiente se mantiene en el tiempo o se desarrolla dentro de un contexto de conflicto o violencia.

Camargo (26), encuentra conflictos de pareja, violencia física y psicológica, así como traición, abandono y, en casos de parejas con hijos, daño a su educación, que pasa a ser descuidada. En estos casos también puede ocurrir lo contrario, es decir, sobreproteger a los hijos para que no pasen por las mismas situaciones que está pasando el dependiente.

Existen diversos estudios, resaltan que son las mujeres quien desean permanecer a lado de su pareja todo el tiempo mientras que los hombres buscan su privacidad, muchas de las mujeres dejan a un lado planes profesionales por dedicarse a la familia, también refieren que los dependientes emocionales se someten a los demás, son posesivos y presentan conductas de

retraimiento y emociones negativas como la culpa, miedo al abandono, el vacío emocional y control excesivo. (26)

Mota (27) llevó a cabo un sondeo entre mujeres pertenecientes al colectivo Mujeres que Aman Demasiado anónimas (Mada), seleccionando a 6 mujeres entre 32 y 57 años. Se realizaron dos exámenes de psicología: Escala de Beck de Desesperanza (BHS) y de Rosenberg de Autoestima (EAR). Los hallazgos mostraron un escenario de comportamiento dependiente y alteraciones cognitivas, evidenciando que las mujeres "hicieron de todo" para satisfacer a sus parejas y se conformaron con vivir en relaciones perjudiciales. Lahav (31) advierte que, en situaciones más severas, la dependencia emocional puede estar estrechamente relacionada con la violencia en el ámbito familiar, aumentando el riesgo de daño psicológico tanto para la persona afectada como para su entorno. Estas consecuencias refuerzan la necesidad de un abordaje oportuno desde los servicios de salud mental, orientado a la prevención, detección temprana y acompañamiento terapéutico.

Este asunto se abordará con más profundidad en el próximo subtema.

2.2.1.6 Dependencia emocional de la pareja

Se evidencia en una vinculación afectiva persistente y desmedida hacia otra persona, generalmente disfuncional, que suele estar acompañada de una baja autoconfianza y de carencias emocionales profundas. Esta forma de adicción emocional se manifiesta junto a una percepción distorsionada de la realidad, así como una marcada dificultad para tolerar la soledad y el vacío interior. En estos casos, la relación amorosa —sin importar su calidad— adquiere un valor central que eclipsa otras áreas significativas de la vida personal. A diferencia de los trastornos de personalidad dependiente, quienes presentan dependencia emocional hacia su pareja pueden funcionar con autonomía en otros contextos de su vida. (social o

trabajo) (22).

De alguna manera parece una adicción emocional a un par de trastornos de adicción: envío de pares e idealización con falsas expectativas para conversión a él; amor incondicional y comportamientos controladores; y si la relación se interrumpe, intentos desesperados por reiniciarla impulsados por el padecimiento de una especie de síndrome de abstinencia emocional (26).

La baja autoestima y la existencia de características obsesivas en la personalidad, junto con un antecedente de faltas emocionales o de relaciones de pareja traumáticas anteriores, son factores que predisponen a la dependencia emocional.

Ante estas situaciones, estos individuos optan por continuar experimentando el dolor en vez de aceptar la nueva situación de la separación de pareja y verse forzados a enfrentar el torbellino de lo incierto. (22)

Puede presentar características similares tanto a la personalidad dependiente como a los trastornos relacionados con la adicción. En este contexto, el uso de tecnologías emergentes podría potenciar el desarrollo de vínculos emocionales dependientes dentro de las relaciones de pareja, ya que permiten prolongar y reforzar conductas perjudiciales para la persona afectada. Asimismo, dichas tecnologías dificultan el proceso de recuperación, al ofrecer una disponibilidad constante para establecer contacto o ejercer control hacia la persona de la cual se depende emocionalmente. (22)

La dependencia emocional se asocia con múltiples repercusiones negativas en el ámbito

psicológico, entre las que se incluyen síntomas de ansiedad y depresión, presencia de pensamientos recurrentes, dificultades en la concentración, alteraciones del descanso nocturno, retraimiento social, así como el descuido de actividades recreativas o laborales. Cuando la relación ha terminado, la persona puede sentir un impulso incontrolable de retomar el contacto con su expareja, incluso si eso implica revivir el dolor o situaciones humillantes. En estos casos, ya no se trata de amor genuino, sino de una necesidad compulsiva, característica de vínculos tóxicos. Asimismo, se ha identificado una estrecha relación entre la dependencia emocional y la presencia de violencia en el entorno familiar, ya sea que la persona asuma el rol de víctima o el de agresor. (22)

2.2.2. Autoestima

2.2.2.1 Definición

Banda M. (29), cita a Elia Roca quien define la autoestima consiste en tener una percepción positiva de uno mismo, lo cual implica acostumbrarnos a pensar, sentir y comportarnos de la forma más saludable, feliz y gratificante posible, teniendo en cuenta tanto el momento actual como lo que está por venir.

La palabra autoestima se forma por dos partes: "auto", que hace referencia a uno mismo y a la valoración personal, y "estima", que implica una apreciación o evaluación positiva hacia la propia persona. Coopersmith (30), describe la autoestima como la capacidad de autovalorarse: “la evaluación que todo individuo hace y mantiene con respecto a sí mismo, expresando aprobación o desaprobación de lo que tan capaz, significativo, exitoso y digno se encuentre o sienta”. (26)

Branden N. citado por Sarmiento (31); sostiene que una autoestima equilibrada es clave para

conservar tanto la salud mental como la física. La manera en que valoramos nuestras capacidades y nuestro potencial no depende únicamente de nuestra personalidad, sino también de las experiencias que hemos atravesado a lo largo de la vida. Los acontecimientos vividos, los vínculos con personas cercanas como la familia, los amigos o los docentes, así como las emociones experimentadas, influyen de forma significativa en la formación de nuestro carácter.

Asimismo, Larraburu (32), señala que la autoestima representa el sentimiento de aceptación y valor individual, al igual que el respeto hacia uno mismo. Esto significa que, si se posee una autoestima elevada, se sentirá respetuoso con uno mismo, atenderá necesidades y protegerá sus derechos a la alegría y a la dignidad. En cambio, si se posee una autoestima baja, se sentirá humillado, priorizando las necesidades ajenas y priorizando las necesidades de los demás.

2.2.2.2 Formación de la autoestima

La autoestima se desarrolla de manera progresiva a lo largo del ciclo vital; es un proceso que se adquiere, se moldea y se fortalece dentro del contexto social y, sobre todo, familiar.

Diversos estudios longitudinales señalan que la autoestima experimenta cambios significativos desde la infancia hasta la adultez, influenciada por experiencias tempranas, vínculos afectivos y procesos de socialización. (33)

El contexto familiar desempeña un papel fundamental, ya que transmite al individuo sus valores, costumbres y normas, influyendo de manera decisiva en su desarrollo. Por esta razón, los primeros años de vida resultan fundamentales para establecer los pilares de una autoestima sólida. Es dentro del núcleo familiar donde se inicia el proceso de autoaceptación, siendo responsabilidad de los padres brindar un acompañamiento constante y fomentar el desarrollo de una valoración personal positiva. (30)

- **Autoestima en la infancia:** la autoestima del infante se desarrolla casi íntegramente

en la familia durante los primeros cinco o seis años, luego cuando comienza a ir a la escuela, otros factores influyen, pero la familia mantiene su relevancia a lo largo de toda la vida. Por suerte, se puede potenciar la autoestima de cualquier individuo, independientemente de su edad, alterándola para reemplazarla por elementos más beneficiosos.

- **Autoestima en la niñez:** La exposición reiterada a descalificaciones, burlas, expresiones sarcásticas o situaciones de ridiculización frente a terceros afecta negativamente la autoaceptación del niño y dificulta la formación de una personalidad equilibrada y madura. Por el contrario, estas experiencias pueden favorecer de manera progresiva la aparición de sentimientos de incapacidad, una percepción negativa de sí mismo y una constante necesidad de aprobación externa. Cuando un niño tiene una autoestima alta, se siente satisfecho con sus acciones y valora incluso los pequeños logros, lo que lo motiva a seguir mejorando. En cambio, una autoestima baja les genera dudas e inseguridad respecto a sus habilidades, dificultándole valorar sus propios éxitos. Esto puede llevarlo a sentirse triste y frustrado ante los errores, provocando ansiedad, inseguridad, retraimiento, desinterés por sus responsabilidades y una gran sensibilidad ante lo que los demás piensan de él.
- **Autoestima en la adolescencia:** La autoestima representa uno de los valores personales más importantes que un adolescente puede desarrollar, ya que forja relaciones más satisfactorias, si el adolescente culmina esta etapa de su desarrollo con una autoestima estable y adecuadamente consolidada, estará en condiciones de incorporarse a la vida adulta con bases sólidas, con el objetivo de llevar una vida gratificante y productiva. Sin embargo, las calificaciones académicas son una evaluación de su individuo, no solo de su desempeño sino como una habilidad.

- **Autoestima en adulto:** Es fundamental que los modelos y referentes establecidos hasta el momento sean adecuados, ya que esto permitirá que la persona se adapte de manera efectiva a los cambios propios de esta etapa. Al finalizar este periodo, uno de los desafíos más relevantes en cuanto a la autoestima suele estar vinculado con la vivencia de la sexualidad, que podría ser atribuido a elementos biológicos y psicológicos.

2.2.2.3 Componentes de la autoestima

La autoestima, como parte integral de la personalidad, se manifiesta a través de diversos componentes interrelacionados que influyen en la manera en que la persona piensa, siente y actúa: (34)

- **Cognitivo:** El auto concepto es el elemento cognitivo del sistema de autoconocimiento, que conlleva la reflexión sobre uno mismo, la capacidad para generar ideas y profundizar en el conocimiento de uno mismo es esencial. El autoconcepto desempeña un papel clave en el crecimiento y la consolidación de la autoestima, tanto a nivel conductual como emocional, influyendo en la manera en que la persona actúa y siente. Este proceso se ve reforzado por la autoimagen, entendida como la representación mental que la persona construye de sí misma en el momento actual. Así como la visión de lo que aspira a ser. y expectativa de vida.
- **Afectivo:** Es el elemento sentimental de la autoestima, que se adquiere de los progenitores, los docentes y los compañeros de trabajo. Involucra la apreciación de lo que poseemos de positivo, implica una percepción de lo que apreciamos o no apreciamos en nosotros mismos, en sentirse contento o descontento con nosotros mismos, en admiración por nuestra valía y en un juicio de valor sobre nuestras

características emocionales.

- **Conductual:** Este componente comprende la presencia de tensión interna, intención y toma de decisiones orientadas a la ejecución de conductas coherentes y sostenidas. Dicho proceso constituye el resultado final de la dinámica interna del individuo y de la autoafirmación dirigida hacia sí mismo, así como de la necesidad de valoración y reconocimiento por parte de los demás.

2.2.2.4 Niveles de autoestima

La autoestima puede manifestarse en diferentes niveles, los cuales influyen directamente en la conducta y el ajuste emocional del individuo (35)

- **Autoestima alta:** Los individuos con un alto grado de autoestima se perciben como relevantes, se valoran a sí mismas, tienen fe en sus habilidades y capacidades, y toman decisiones por cuenta propia; no significa sentirse superior a los demás, sino ser consciente de las propias debilidades y limitaciones, y estar dispuesto a superarlas. Las personas con buena autoestima perciben los obstáculos como retos que pueden enfrentar y superar.; los desafíos que se les presenten los ven como un desafío al que deben afrontar y vencer. Por otro lado, estas personas manifiestan sus emociones de manera espontánea y acogen las manifestaciones de sentimientos de los demás, respetando de esta manera no solo los atributos físicos y de género de los demás, sino también las expresiones y conductas distintas a las propias, estas personas tienen las siguientes características:
 - Tienen confianza en sus propias capacidades
 - Asumen responsabilidades con compromiso

- Son autónomos
 - Se comunican de manera respetuosa
 - Mantienen buen control de emociones
 - Afrontan la frustración con madurez
 - Desarrollan relaciones sociales sanas y positivas
 - Poseen actitud creativo y proactivo
- **Autoestima Promedio:** Una persona con autoestima media se distingue por tener una percepción generalmente positiva de sí misma, aunque esta puede disminuir notablemente en situaciones específicas. Aun así, mantiene una buena capacidad de adaptación social, oscilando entre momentos de alta y baja autoestima sin perder su estabilidad general.

Generalidades de la autoestima media:

- Mantiene una postura positiva hacia sí mismo. No obstante, en periodos de crisis, mantendrá posturas que reflejan la baja autoestima y le resultará complicado recuperarse.
 - Si se posee un nivel medio de autoestima, la persona está propensa a vivir en un nivel más bajo, que le facilitará el desarrollo de su inteligencia. Un nivel medio de autoestima puede afectar de manera negativa el desarrollo de sus habilidades, perjudicar tanto su salud física como mental, y debilitar la confianza dentro de una relación afectiva.
- **Autoestima baja:** Implica una profunda insatisfacción y una visión negativa de sí mismo, marcada por el rechazo y la falta de respeto personal. Su imagen interna es desvalorizada, desea ser alguien distinto y tiende a sentirse sin valor. Vive con la

creencia de que siempre le ocurrirá lo peor, lo que lo lleva a aislarse y mostrar una actitud apática. Como resultado, suele proyectar desprecio hacia los demás y mostrar una constante desconfianza. Además, según su proceso de formación personal, pueden presentarse individuos con estas mismas características.

- Vulnerabilidad a la crítica: la que le provoca sentirse excesivamente golpeado, lastimado. Involucra a los demás o la circunstancia en sus fallos: fomenta resentimientos hacia sus críticos.
- Una autoevaluación severa y desproporcionada que mantiene al individuo en un permanente estado de insatisfacción personal.
- Indecisión persistente, no debido a la ausencia de información, sino al temor desmedido a equivocarse.
- Obligaciones: deseo desmedido de satisfacer al que no se atreve a expresar no por temor a irritar y perder la consideración o el criterio del solicitante.
- Perfeccionismo: demanda interna rígida y autoimpuesta de ejecutar las actividades de manera impecable, la cual puede generar un deterioro emocional cuando los resultados no se ajustan a los estándares establecidos.
- Culpabilidad neurótica: Se manifiesta cuando la persona se reprocha y se juzga severamente por acciones que no necesariamente son graves desde un punto de vista objetivo. Tiende a exagerar la importancia de sus fallos o faltas, y los lamenta de forma prolongada, sin llegar a perdonarse completamente.
- Hostilidad latente: se refiere a una irritabilidad constante, donde la persona se muestra susceptible y propensa a reaccionar de forma explosiva incluso ante situaciones insignificantes. Es común en individuos con una actitud

excesivamente crítica, que suelen sentirse incómodos con todo, nada les agrada, todo les causa molestia o decepción, y rara vez encuentran algo que los satisfaga.

- Tendencias depresivas: presencia de una visión negativa generalizada, en la que la persona percibe su realidad, su futuro y, principalmente, su propia identidad de manera pesimista, acompañada de una disminución marcada del interés y disfrute por la vida.

2.2.2.5 Autoestima y relaciones de parejas

De acuerdo con Rosenberg (36), señala que "la autoestima trasciende la propia percepción, es imprescindible la retroalimentación de las personas relevantes para uno mismo". Cuando se inicia una relación de pareja, es común que la autoestima experimente un incremento. Este fortalecimiento suele estar acompañado por actitudes y conductas orientadas a mantener la apariencia física que se tenía al momento de iniciar el vínculo.

Adams Cervantes (37) sostiene que cuando la autoestima se encuentra disminuida, se incrementa la tendencia a desarrollar vínculos afectivos disfuncionales, marcados por ansiedad ante la posibilidad de abandono, dependencia emocional y dificultad para la toma de decisiones autónomas. En estos casos, la persona puede experimentar sentimientos persistentes de inutilidad, desvalorización personal y temor a la soledad, afectando negativamente su bienestar emocional y la calidad de la relación de pareja. Esta dinámica refuerza patrones de sumisión emocional y tolerancia a conductas dañinas, lo que incrementa el riesgo de conflictos, insatisfacción afectiva y deterioro de la salud mental.

2.2.3. Rol de la enfermera

El profesional de enfermería desempeña un papel crucial en la promoción, prevención y atención de la salud mental, especialmente en la detección oportuna de factores que afectan el bienestar emocional de las personas. En el contexto de las relaciones interpersonales, la enfermera cumple una función clave en la detección de patrones relacionales disfuncionales, acompañando al individuo en el reconocimiento de sus emociones, necesidades y recursos personales.

Desde la Enfermería en Salud Mental, el cuidado se orienta a comprender la conducta humana y a intervenir de manera terapéutica frente a situaciones que generan malestar psicológico, tales como inseguridad emocional, miedo al abandono, dificultad para establecer límites y alteraciones en la autoimagen. La enfermera actúa como agente de apoyo, facilitando espacios de escucha activa, orientación y educación emocional, promoviendo el fortalecimiento de habilidades de afrontamiento y la autonomía personal. (38)

Asimismo, el rol de enfermería incluye la prevención de la violencia en el ámbito de la pareja, mediante la identificación de señales de riesgo, la notificación oportuna y el acompañamiento continuo de la persona afectada. Para ello, resulta imprescindible la formación continua del profesional, tanto a nivel de pregrado como de posgrado, así como el compromiso ético y humano con el cuidado integral de la persona.

En este sentido, la enfermería en salud mental no solo interviene en la atención de trastornos mentales, sino también en la promoción del equilibrio emocional y el desarrollo personal, apoyando al individuo en la identificación de sus capacidades para afrontar cambios, resolver conflictos y establecer relaciones interpersonales saludables, en concordancia con los principios

del cuidado terapéutico enfermero (39)

2.2.4 Teoría de enfermería

Teoría de las Relaciones Interpersonales de Hildegard Peplau

La teoría de las relaciones interpersonales desarrollada por Hildegard Elisabeth Peplau (40) constituye uno de los pilares de la enfermería psiquiátrica. Ella entiende la enfermería como un proceso terapéutico basado en la interacción interpersonal entre enfermera y paciente. Peplau asume que la relación entre enfermera y paciente no solo contribuye a la atención de enfermería, sino que también representa una herramienta terapéutica que puede influir significativamente en el bienestar emocional, la autoconciencia y la capacidad de construir relaciones interpersonales saludables.

Desde este punto de vista, Peplau argumenta que muchos de los problemas de salud mental empiezan o se agravan por dificultades en las relaciones con otros, sobre todo cuando hay falta de afecto, inseguridades y problemas para comunicarse emocionalmente. Por tanto, la enfermería desempeña un papel importante en reconocer estas cuestiones y en apoyar al individuo en su proceso de crecimiento emocional, promoviendo así la autonomía, la aceptación de uno mismo y una adaptación saludable a su entorno.

La teoría se basa en la noción de que cada persona es un ser biopsicosocial que reacciona a las experiencias interpersonales que ha tenido a lo largo de su existencia. Así, el profesional de enfermería se desempeña como un facilitador que apoya al individuo en la comprensión de sus emociones, la identificación de patrones de relación poco saludables y el fortalecimiento de sus recursos personales para manejar conflictos y estrés emocional. Este enfoque es especialmente

relevante para tratar problemas emocionales en adultos, como los estudiantes universitarios, quienes lidian con diversas exigencias académicas, sociales y emocionales.

Peplau describe cuatro fases fundamentales dentro de la relación terapéutica:

- **Fase de orientación:** Comienza cuando alguien se da cuenta de que tiene una necesidad o se siente mal y decide pedir ayuda a un profesional. Durante esta fase, la enfermera crea una relación basada en la confianza, reconoce las necesidades emocionales de la persona y aclara el objetivo de la relación terapéutica.
- **Fase de identificación:** La persona empieza a reaccionar de manera específica ante aquellos que piensa que pueden ofrecerle ayuda. La enfermera asume un papel proactivo de apoyo, ayudando a expresar emociones, fomentando la comprensión de la experiencia vivida y fortaleciendo la implicación del individuo en su propio proceso de atención.
- **Fase de aprovechamiento:** La persona hace uso consciente de los recursos que se proporcionan durante la terapia. En este momento, se favorece el crecimiento de habilidades emocionales, la adaptación al manejo de problemas y la adopción de decisiones responsables, lo que fomenta una mayor independencia.
- **Fase de resolución:** La persona hace uso consciente de los recursos que se proporcionan durante la terapia. En este momento, se favorece el crecimiento de habilidades emocionales, la adaptación al manejo de problemas y la adopción de

decisiones responsables, lo que fomenta una mayor independencia.

La utilización de la teoría de Peplau en la enfermería de salud mental ayuda a entender cuán vital es la relación entre personas en el cuidado. Resalta la función del enfermero en fomentar la salud emocional, prevenir comportamientos inadecuados y mejorar la salud mental. Además, ofrece una base teórica firme que apoya la intervención de enfermería en ambientes educativos y comunitarios. Esto contribuye a la formación completa de adultos que pueden crear relaciones interpersonales más sanas y equilibradas. (40)

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1 Hipótesis general

Hi: Existe relación significativa entre la dependencia emocional y autoestima en adultos de una universidad privada, Lima 2025.

Ho: No existe relación significativa entre la dependencia emocional y autoestima en adultos de una universidad privada, Lima 2025.

2.3.2 Hipótesis específicas

H1. Existe una relación significativa entre la ansiedad de separación y autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

H2. Existe una relación significativa entre la expresión afectiva de la pareja y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

H3. Existe una relación significativa entre la modificación de planes y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

H4. Existe una relación significativa entre el miedo a la soledad y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

H5. Existe una relación significativa entre la expresión límite y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

H6. Existe una relación significativa entre la búsqueda de atención y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.

3. METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

En este estudio se utilizará el método hipotético deductivo, este parte de enunciados generales hacia conclusiones específicas. Este método permite la formulación inicial de las hipótesis para luego con la deducción realizar pruebas necesarias para obtener las conclusiones. (41)

3.2. Enfoque de la investigación

Esta investigación tendrá un enfoque cuantitativo, esto debido a que las variables tomarán un valor numérico para su respectivo análisis estadístico, igualmente serán los resultados. (42)

3.3. Tipo de investigación

El tipo de investigación será básica, ya que estará centrada en hallar respuestas a la problemática, que servirán para dar sustento a la base teórica. (43)

3.4. Diseño de la investigación

Según Hernández Sampieri (41) este estudio será de diseño no experimental, pues no habrá manipulaciones de las variables, asimismo, se clasifica como un estudio de nivel aplicativo, ya que contribuirá con nuevos aportes orientados a la mejora y prevención de la salud mental. En relación con el alcance, la investigación será de tipo descriptivo y correlacional, puesto que la información obtenida reflejará las variables tal como se manifiestan en la realidad y permitirá establecer relaciones entre estas y sus dimensiones. Además, el estudio será de corte transversal, dado que se desarrollará en un periodo y contexto específicos. (43)

3.5. Población, muestra y muestreo

– Población

La población estará integrada por el total de hombres y mujeres adultos matriculados en

la especialidad de salud mental de la facultad de ciencias de la salud de una universidad privada, siendo así una población finita que consta de 80 adultos matriculadas en el año 2025.

– **Muestra**

Para esta investigación se trabajará con el total de la población en estudio por considerarse una cantidad mínima. En ese sentido, no habrá muestra.

El muestreo a aplicar sería no probabilística por conveniencia y se aplicará los siguientes criterios de selección:

○ **Criterios de inclusión:**

- Ser mayor de 30 años
- Adultos que tengan o hayan tenido pareja.
- Adultos que acepten voluntariamente participar
- Adultos que formen parte de la especialidad en salud mental

○ **Criterios de exclusión:**

- Adultos que no acepten voluntariamente participar de la investigación
- Adultos que sean de otras especialidades.

3.6. Variables y operacionalización

Operacionalización de las variables

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICION	ESCALA VALORATIVA
DEPENDENCIA EMOCIONAL	<p>“La dependencia emocional es la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones.”</p> <p>La dependencia emocional se refiere a un patrón recurrente de necesidades emocionales no satisfechas, que se busca llenar de manera inapropiada a través de otra persona. (26)</p>	<p>La dependencia emocional es la necesidad inmensa de afecto que tienen los adultos matriculados en universidad privada hacia su pareja.</p>	<p>Ansiedad de separación</p>	<p>1. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja.</p> <p>2. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo</p> <p>3. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado</p> <p>4. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme</p> <p>5. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío</p> <p>6. Siento temor a que mi pareja me abandone</p> <p>7. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo.</p>	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> – Ausencia de dependencia emocional (23-56) – Dependencia emocional media/normal (57-91) – Dependencia emocional alta (92-115)
			<p>Expresión afectiva de la pareja</p>	<p>8. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja</p> <p>9. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo.</p> <p>10. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás.</p>		

				11.Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto.		
			Modificación de planes	12.Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella. 13.Si tengo planes y mi pareja aparece los cambios sólo por estar con ella 14.Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja 15.Me divierto solo cuando estoy con mi pareja		
			Miedo a la soledad	16.Me siento desamparado cuando estoy solo 17.Siento un fuerte sensación de vacío cuando estoy solo 18.No tolero la soledad		
			Expresión limite	19.He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje. 20.Soy alguien necesitado y débil. 21.Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro.		
			Búsqueda de atención	22.Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla		

				23.Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja		
AUTOESTIMA	Según Rosenberg, “la autoestima como un sentimiento hacia uno mismo, que puede ser positivo o negativo, el cual se construye por medio de una evaluación de las propias características”. (2)	La autoestima es la actitud positiva o negativa hacia uno mismo que tienen los adultos de una universidad privada.	Autoestima (unidimensional)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás. 2. Creo que tengo varias cualidades buenas. 3. Me inclino a pensar que, en conjunto, soy un fracasado. 4. Puedo hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente. 5. Creo que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso de mí 6. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo. 7. En general, estoy satisfecho conmigo mismo. 8. Desearía valorarme más a mí mismo. 9. A veces me siento verdaderamente inútil. 10. A veces pienso que no sirvo para nada. 	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> – Alta – Normal – Baja

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

La técnica empleada para la obtención de la información correspondiente a ambas variables será la encuesta., ya que permite obtener información directa, sistemática y cuantificable de los participantes, facilitando el análisis de las variables.

3.7.2 Descripción de instrumentos

Para la obtención de la información se emplearán dos instrumentos estandarizados: el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Dichos instrumentos estarán organizados en los siguientes apartados: título, presentación, datos generales correspondientes al cuestionario sociodemográfico y contenido específico de cada variable.

El cuestionario sociodemográfico permitirá recopilar información relacionada con variables como la edad, estado civil, nivel de instrucción, número de parejas durante el último año y el tiempo de relación con la pareja actual.

Contenidos propiamente dichos:




- **CDE**

El instrumento elaborado por Maria Lemos y Nora Londoño (44) en Colombia, con el objetivo de medir la dependencia emocional en dicha población, la duración de la aplicación va dentro de 10 a 15 minutos, cuenta con 23 ítems que se subdivide en 6 dimensiones (Ansiedad por separación, expresión afectiva por la pareja, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite, búsqueda de atención) en una escala tipo likert.

Posteriormente, el instrumento fue adaptado y validado para el contexto peruano

por Ventura y Caycho (45) en el 2016, lo que permite su uso en estudios realizados con población peruana, incluyendo los estudiantes de una universidad privada de Lima, se evidencia niveles de confiabilidad y validez, lo que respalda su uso en la presente investigación.

Se suma las puntuaciones siendo el puntaje mínimo: 23 y el puntaje máximo: 115.




Puntaje total	Nivel de dependencia emocional
23 – 56	 Ausencia de dependencia emocional
57 – 91	 Dependencia emocional media/normal
92 – 115	 Dependencia emocional alta

○ **Escala de Autoestima de Rossenberg**

Este instrumento fue elaborado por Morris Rosenberg en 1965 New York, cuyo objetivo evaluar la autoestima en toda población, y se puede aplicar de forma colectiva o individual, la duración es de 5 a 10 min cuenta con 10 ítems. Siendo los ítems positivos 1,2,4,6 y 7, mientras que los negativos 3,5,8,9,10. 0 se corresponde con estar muy en desacuerdo y el 3 con estar totalmente de acuerdo. Este instrumento ha sido ampliamente validado en población adulta y universitaria. En Perú, su uso ha sido reportado en estudios y tesis universitarias recientes, evidenciando adecuados índices de consistencia interna. En particular, De la Cruz (45) empleó la escala adaptada por Clavijo y Palacios, en estudiantes universitarios peruanos, confirmando su confiabilidad y pertinencia para evaluar

la percepción de valía personal en este grupo poblacional.

Para los resultados, se suma los puntajes de los 10 ítems, siendo el puntaje mínimo: 0 y el puntaje máximo: 30; y se clasifica la autoestima en niveles bajo, medio y alto, lo que facilita la interpretación de los resultados en investigaciones de enfoque cuantitativo.

Puntaje total	Nivel de autoestima
0 - 14	 Autoestima baja
15 – 25	 Autoestima media/normal
26 – 30	 Autoestima alta

3.7.3 Validación

Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

- Validez de constructo: se encuentra respaldada tanto por el estudio original como por su adaptación peruana. Ventura y Caycho (45) realizaron un análisis factorial exploratorio en una muestra de 200 participantes, obteniendo índices satisfactorios de adecuación maestra (KMO = 0,87) y una prueba de esfericidad de Bartlett significativa ($p < 0,05$), resultados que confirmaron la pertinencia de la estructura factorial propuesta. Asimismo, se desarrolló un análisis factorial confirmatorio en una muestra independiente de 320 participantes, en el cual el modelo de seis factores presentó los mejores índices de ajuste (CFI = 0,99; NNFI = 0,98; SRMR = 0,06; RMSEA = 0,02), lo que ratifica la validez de constructo del instrumento en población peruana.

- Validez de contenido: S sustenta en su proceso de construcción teórica. Los ítems fueron elaborados por Lemos y Londoño (44) a partir de una revisión conceptual exhaustiva sobre la dependencia emocional, lo que permitió que cada reactivo represente adecuadamente las dimensiones teóricas del constructo. Asimismo, en la adaptación peruana, Ventura y Caycho (45) conservaron la estructura original del instrumento, asegurando la correspondencia semántica y conceptual de los ítems con el contexto cultural peruano, lo que respalda la pertinencia del contenido evaluado.

Escala de Autoestima de Rosenberg

Validez de constructo: Análisis factorial confirmatorio (AFC) ha validado su estructura en distintos contextos, y en la población peruana, estudios reportaron resultados favorables en el análisis factorial confirmatorio, con una prueba de esfericidad de Bartlett significativa ($\chi^2 = 366,715$; $p = 0,001$) y un índice de adecuación muestral $KMO = 0,832$, lo que respalda la validez de constructo del instrumento para su uso. (45)

Validez de contenido: En la adaptación peruana, se mantuvo la estructura original del instrumento, asegurando la correspondencia semántica y conceptual de los ítems dentro del contexto cultural, lo que respalda la pertinencia del contenido evaluado.

3.7.4 Confiabilidad

Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

- Consistencia interna: Medida con el coeficiente Alfa de Cronbach, En el estudio

original, Lemos y Londoño (44) reportaron un coeficiente alfa de Cronbach de 0,927 para el total de los ítems, lo que indica un alto nivel de fiabilidad.

En la adaptación peruana, Ventura y Caycho (45) obtuvieron valores de alfa que evidencian una adecuada consistencia interna del instrumento. De manera concordante, el estudio realizado por Luciano (45) en población peruana reportó un coeficiente alfa de Cronbach de 0,938, confirmando la estabilidad y precisión de las mediciones del CDE en este contexto.

- Confiabilidad compuesta: Mediante el coeficiente omega de McDonald, considerado un indicador más robusto en instrumentos multidimensionales. En el estudio piloto realizado por De La Cruz (45), a una muestra de 30 estudiantes universitarios peruanos, se obtuvo un valor de omega de 0,905, lo que demuestra una elevada consistencia interna del instrumento y respalda su uso en la población objetivo. De forma complementaria, el coeficiente alfa de Cronbach obtenido en el estudio piloto fue de 0,902, valor que confirma la confiabilidad del cuestionario en el contexto específico de la investigación.

Escala de Autoestima de Rossemberg

- Consistencia interna y confiabilidad compuesta: El coeficiente alfa de Cronbach es de 0,837, lo que indica un nivel adecuado de consistencia interna., así mismo el coeficiente omega de McDonald fue de 0,813, resultados que confirman la confiabilidad del instrumento y respaldan su uso en la población objetivo de la investigación. (45)

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

El procesamiento de la información será realizado en el programa Microsoft Excel, la cual se codificará cada dato y se elaborará una tabla de códigos y una matriz de codificación.

En una primera etapa, los datos obtenidos a través de los instrumentos aplicados serán ingresados en una matriz de datos, asignando códigos numéricos a cada ítem y alternativa de respuesta, con el fin de facilitar su análisis.

Posteriormente, se llevará a cabo un análisis descriptivo, mediante la obtención de frecuencias, porcentajes, medias y desviación estándar, lo que permitirá caracterizar a la población de estudio y describir el comportamiento general de las variables evaluadas.

Para determinar la correlación entre las variables se escogerá la prueba no paramétrica rho de Spearman, ya que me permitirá evaluar las hipótesis, se establecerá un nivel de significancia estadística de $p < 0,05$.

3.9. Aspectos éticos

En esta investigación se protegerá y respetará la confidencialidad de los sujetos estudiados, se aplicará y se mantendrán en cuenta los principios bioéticos en todo el proceso del estudio como:

- Principio de autonomía, mediante la participación voluntaria de los estudiantes mediante la firma del consentimiento informado, en el cual se explicará claramente el objetivo del estudio, los procedimientos a realizar, los beneficios esperados y la ausencia de riesgos significativos.
- Principio de beneficencia, orientando la investigación a generar conocimiento útil para la promoción de la salud mental.
- Principio de no maleficencia, evitando cualquier daño físico, psicológico o emocional a los participantes.

- Principio de justicia dando la oportunidad de participación a todos los estudiantes que cumplan con los criterios de inclusión, sin discriminación de ningún tipo.

4.2 Presupuesto

	CATEGORIA	TOTAL
MATERIALES	LAPTOP	1900
	HOJAS BOND	12
	CELULAR	900
	OBJETOS DE ESCRITORIO	20
SERVICIOS	INTERNET	65
	ASESOR	400
	PASAJES	35
	EMPASTADO	30
TOTAL		3362

REFERENCIAS:

1. Bowlby J. Attachment and loss. New York: Basic Books; 1988. Disponible para descargar en: <https://revistas.uned.es/index.php/rdp/issue/download/1648/545>
2. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton: Princeton University Press; 1965. <https://www.docdroid.net/Vt9xpBg/society-and-the-adolescent-self-image-morris-rosenberg-1965-pdf>
3. World Health Organization. Mental health action plan 2013–2030. Geneva: WHO; 2021 [citado 27 dic 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240031029>
4. American Psychiatric Association. DSM-5-TR: Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Washington DC: APA; 2022. [citado 13 dic 2025]. Disponible en: <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm>
5. Amor PJ, Echeburúa E, Camarillo L, Ferre F, Sarasua B, Zubizarreta I. Emotional dependency and abuse in female victims of intimate partner violence. *Psicología Conductual*. 2022;31(1):291-307.. <https://doi.org/10.51668/bp.8322115s>
6. Pan American Health Organization. Mental health and psychosocial support in the Americas. Washington DC: PAHO; 2022 [citado 27 dic 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/en/topics/mental-health>

7. Mark KP, Herbenick D. Emotional dependence and mental health outcomes in adult relationships. *J Womens Health*. 2020;29(3):211–225. [citado 15 dic 2025]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Emotional+dependence+mental+health+relationships+Mark+Herbenick>
8. Sánchez DT, Kappes A. Self-esteem and emotional dependence in intimate relationships. *Psychol Women Q*. 2021;45(2):345–360. [citado 15 dic 2025]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Selfesteem+emotional+dependence+Sanchez+Kappes+2021>
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar – ENDES 2023. Lima: INEI; 2023 [Internet]. Lima: INEI; 2023 [citado 27 dic 2025]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/estadisticas/encuestas/>
10. Ministerio de Salud del Perú. Informe de salud mental en población adulta. Lima: MINSA; 2022. [citado 27 dic 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/minsa>
11. De los Reyes Mera V, Jaureguizar Alboniga-Mayor J. Dependencia emocional y autoestima en relaciones de pareja jóvenes. *Ansiedad Estrés*. 2025;31(3):111-121. [citado 27 dic 2025]. Disponible en: <https://www.ansiedadestres.es/sites/default/files/rev/2025/anyes2025a15.pdf>

12. Vaca Torres KS. Relación entre la autoestima y la dependencia emocional en estudiantes universitarios de psicología de la *UIDE* [Tesis]. Quito: Universidad Internacional del Ecuador; 2023. [citado 15 dic 2025]. Disponible en: <https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/5896>
13. Gianatelli MC. Autoestima y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia conyugal en GBA, Argentina [tesis de licenciatura]. Buenos Aires: Universidad Abierta Interamericana; 2023 [citado 27 dic 2025]. Disponible en: <https://dspaceapi.uai.edu.ar/server/api/core/bitstreams/d0900b68-1cb6-4ffb-b896-a35dca753134/content>
14. Loayza Sejas JM. Dependencia emocional y autoestima en estudiantes de la Universidad Adventista. Rev Prop Educ [Internet]. 1 de julio de 2023 [citado 20 de diciembre de 2025];5(10):39-56. Disponible en: <https://propuestaseducativas.org/index.php/propuestas/article/view/1153>
15. García A, Vivas M. Dependencia emocional y autoestima en parejas adultas de la ciudad de México. 2021[citado 20 de diciembre de 2025] Disponible en: <https://ru.dgb.unam.mx/server/api/core/bitstreams/6887527d-a088-4512-94cc-bddd7df1fb6a/content>
16. Zurita JG. Dependencia emocional y autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Técnico Profesional de Los Olivos, Lima [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Wiener; 2025. Disponible en:

<https://repositorio.uwiener.edu.pe/browse/type?value=info:eurepo%2Fsemantics%2FbachelorThesis>

17. Palomino Sulca R. Dependencia emocional y autoestima en estudiantes de una institución superior, Ayacucho [tesis de licenciatura]. Ayacucho: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2025. citado 20 de diciembre de 2025] Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/40361>
18. Antonio Gil R. Dependencia emocional y autoestima en estudiantes universitarios de Cañete [tesis de licenciatura]. Cañete: Universidad local; 2024. [citado 20 de diciembre de 2025] Disponible en: <https://repositorio.uct.edu.pe/items/ffa815f3-0d43-435c-81b4-055273c202f1>
19. Rojas Lealy K. Dependencia emocional y autoestima en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad privada; 2024. [citado 20 de diciembre de 2025] Disponible en: <https://repositorio.upn.edu.pe/item/5ee0caf8-3885-4628-a8ef-bcd1deed746a>
20. Del Castillo M, Henostroza J. Dependencia emocional y autoestima en adultos universitarios de Huaraz [tesis de licenciatura]. Huaraz: Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo; 2022. . [citado 20 de diciembre de 2025] Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_c602ec3fe2bd6c3ea3c3a6ad53497c5f

21. Real Academia Española. Dependencia. Diccionario de la lengua española [Internet]. Madrid: RAE; 2024 [citado 15 sep 2025]. Disponible en: <https://dle.rae.es/dependencia>
22. Castelló J. La dependencia emocional: características y tratamiento. Madrid: Alianza Editorial; 2019. [citado 16 dic 2025]. Disponible en: <https://www.casadellibro.com.co/libro-dependencia-emocional-caracteristicas-y-tratamiento/9788420647258/1008665>
23. Camarillo L, García M, Pérez J. Dependencia emocional y vínculos afectivos disfuncionales. Rev Psicol Contemp. 2021;15(2):45–56. [citado 16 dic 2025]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32920779/>
24. Lopez Tuesta L, Nieves Flores R. Autoestima y dependencia emocional en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Privada del Norte; 2023. [citado 20 octubre 2025]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UUPN_c322206f2e8a510ef601e383f8f4d1ad/Details
25. Anguita M. Dependencia emocional y relaciones afectivas. Lima: Editorial San Marcos; 2022. Disponible en: <https://editorial.unmsm.edu.pe/>
26. Camargo A. Dependencia emocional y violencia en la pareja. Rev Salud Mental. 2024;10(1):22–31. <https://revistas.upch.edu.pe/>

27. Mota R. Mujeres que aman demasiado: dependencia emocional y autoestima. *Rev Psicol Mujer*. 2022;8(2):55–64. <https://www.redalyc.org/>
28. Lahav Y. Emotional dependence and intimate partner violence. *J Interpers Violence*. 2022;37(15–16):NP13845–NP13863. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/08862605211005371>
29. Banda M. Autoestima y salud mental. Lima: Fondo Editorial Universitario; 2022. <https://editorial.unmsm.edu.pe/catalogo/>
30. Coopersmith S. The antecedents of self-esteem. Palo Alto: Consulting Psychologists Press; 1967. https://books.google.com/books/about/The_Antecedents_of_Self_Esteem.html?id=8Jt6QgAACAAJ
31. Branden N. Los seis pilares de la autoestima. Barcelona: Paidós; 2018. https://books.google.com/books/about/Los_seis_pilares_de_la_autoestima.html?id=4oWIDwAAQBAJ
32. Larraburu M. Autoestima y desarrollo personal. Lima: Editorial Universitaria; 2021. <https://perubibliotecasvirtuales.org/>
33. Orth U, Robins RW. Development of self-esteem across the lifespan. *Curr Dir Psychol Sci*. 2014;23(5):381–387. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0963721414554132>

34. Apaza Garambel Yesenia. Autoestima Y Dependencia Emocional En Estudiantes Mujeres Del 5to Año De Secundaria De La Institucion Educativa Carlos Rubina Burgos Puno – 2021 Telesup (Tesis De Licenciatura Upt Puno 2021) <https://repositorio.utelesup.edu.pe/bitstream/UTELESUP/1495/1/APAZA%20GARAMBEL%20YESENIA.pdf>
35. Linares Núñez Beatriz Mianu Dependencia emocional y autoestima en adultos de lima sur. [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2022 [citado 27 dic 2025]. Disponible en: <https://repositorio.unfv.edu.pe>
36. Portillo Tarazona M, Rojas Padilla MM. Violencia psicológica, autoestima y su incidencia con la dependencia emocional en mujeres adultas del distrito de Comas [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad César Vallejo; 2024. [citado 27 dic 2025]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/157788/Portillo_TM-Rojas_PMM-SD.pdf?isAllowed=y&sequence=5
37. Silva Perales IB, Taipe Vigo M. Dependencia emocional y su relación con la autoestima en las mujeres usuarias del servicio de psicología del Centro de Salud Flor de Amancaes del distrito del Rímac, Lima-2016 [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Privada Telesup; 2017. [citado 27 dic 2025] Disponible en: <https://repositorio.utelesup.edu.pe/handle/UTELESUP/589>

38. Peplau HE. Interpersonal relations in nursing: A conceptual frame of reference for psychodynamic nursing. New York: Springer Publishing Company; 1997.
<https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4614-4930-0>
39. López Ibor Online. Enfermería en salud mental [Internet]. Madrid: López Ibor Online; 2025 [citado 27 dic 2025]. Disponible en: <https://www.lopezibor.com/enfermeria-salud-mental/>
40. Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud (FUCS). Intervención de enfermería en salud mental: desde la teoría de Hildegard Peplau a personas en larga estancia hospitalaria [Internet]. Bogotá: FUCS; 2024. Disponible en: <https://repositorio.fucsalud.edu.co/entities/publication/2bcd7367-3cb6-4ce0-bd56-ea4e419de3f1> [citado 2025 Dic 27].
41. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. 7ª ed. México: McGraw-Hill; 2022 <https://www.mheducation.com/>
42. Arias, J. Covinos, M. Diseño y Metodología De La investigación. [Internet] Arequipa – 2021 [Editado por: Enfoques consulting eirl] [Primera edición digital, junio del 2021] ISBN: 978-612-48444-2-3 <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/>
(repositorioslatinoamericanos.uchile.cl)
43. Sánchez, A., Murillo, A. Enfoques metodológicos en la investigación histórica: cuantitativa, cualitativa y comparativa. [Internet] [Revista de Investigación] 2021 [

Recibido:12-marzo-2021] [Aceptado: 16- junio-2021] [Publicado: 30-julio-2021]

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=655769223006>

44. Lemos M, Londoño NH. Construcción y validación del Cuestionario de Dependencia Emocional. Rev Iberoam Diagn Eval Psicol. 2006;2(22):127-146.
<http://www.papelesdelpsicologo.es/>

45. De la Cruz KL. Dependencia emocional y autoestima en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Este, 2024 [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Privada del Norte; 2024. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11537/40707>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Anexo 2: Instrumentos de investigación

Anexo 3: Formato de consentimiento

Anexo 4: Informe de turnitin

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables y Dimensiones	Diseño metodológico
<p>Problema general ¿Cuál es el nivel de relación de la dependencia emocional y autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025?</p> <p>Problemas específicos ¿Cómo se relaciona la necesidad de aprobación y la autovaloración positiva en adultos de una Universidad privada, lima 2025? ¿Cómo se relaciona la ansiedad por la separación y la confianza en adultos de una Universidad privada, lima 2025? ¿Cómo se relaciona la tendencia a la codependencia y la auto aceptación en adultos de una Universidad privada, lima 2025?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025.</p> <p>Objetivos específicos -Identificar el nivel de autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025. -Analizar la relación entre la dimensión ansiedad de separación y autoestima en adultos dese una Universidad privada, lima 2025. -Evaluar la relación entre miedo a la soledad y la autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025. -Identificar la relación entre expresión afectiva de la pareja y la autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025. -Identificar la relación entre modificación de planes y la autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025. -Identificar la relación entre expresión limite y la autoestima autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025. -Identificar la relación entre búsqueda de atención de la pareja y la autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025.</p>	<p>H1: Existe relación significativa entre la dependencia emocional y autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025.</p> <p>Ho: No existe Relación Significativa entre la dependencia emocional y autoestima en adultos de una Universidad privada, lima 2025</p> <p>Hipótesis específica: H1. Existe una relación significativa entre la ansiedad de separación y autoestima en adultos de una universidad privada de Lima. H2. Existe una relación significativa entre la expresión afectiva de la pareja y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima. H3. Existe una relación significativa entre la modificación de planes y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima. H4. Existe una relación significativa entre el miedo a la soledad y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima. H5. Existe una relación significativa entre la expresión límite y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima. H6. Existe una relación significativa entre la búsqueda de atención y la autoestima en adultos de una universidad privada de Lima.</p>	<p>Dependencia emocional Dimensiones: 1. Ansiedad de separación 2. Expresión afectiva de la pareja 3. Modificación de planes 4. Miedo a la soledad 5. Expresión limite 6. Búsqueda de atención</p> <p>Autoestima (unidimensional)</p>	<p>ENFOQUE: Cuantitativo</p> <p>TIPO: Aplicada</p> <p>NIVEL: Relacional</p> <p>DISEÑO: No Experimental</p> <p>MÉTODO: hipotético deductivo</p> <p>POBLACIÓN: 80 adultos pertenecientes a una universidad privada</p> <p>MUESTRA 80 adultos</p> <p>MUESTREO: No Probabilístico</p> <p>TÉCNICAS: Encuesta</p> <p>INSTRUMENTOS: Cuestionario</p>

Anexo 2: Instrumento Cuestionario de Dependencia Emocional

1	Completamente falso de mí
2	La mayor parte falso de mí
3	Ligeramente más verdadero que falso
4	Moderadamente verdadero de m
5	La mayor parte verdadero de mí
6	Me describe perfectamente

1. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja.	1	2	3	4	5	6
2. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	1	2	3	4	5	6
3. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	1	2	3	4	5	6
4. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1	2	3	4	5	6
5. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	1	2	3	4	5	6
6. Siento temor a que mi pareja me abandone	1	2	3	4	5	6

7. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo.	1	2	3	4	5	6
8.Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	1	2	3	4	5	6
9.Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo.	1	2	3	4	5	6
10.Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás.	1	2	3	4	5	6
11.Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto.	1	2	3	4	5	6
12.Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella.	1	2	3	4	5	6
13.Si tengo planes y mi pareja aparece los cambios sólo por estar con ella	1	2	3	4	5	6
14.Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1	2	3	4	5	6
15.Me divierto solo cuando estoy con mi pareja	1	2	3	4	5	6
16.Me siento desamparado cuando estoy solo	1	2	3	4	5	6
17.Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1	2	3	4	5	6

18.No tolero la soledad	1	2	3	4	5	6
19.He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje.	1	2	3	4	5	6
20.Soy alguien necesitado y débil.	1	2	3	4	5	6
21.Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro.	1	2	3	4	5	6
22.Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	1	2	3	4	5	6
23.Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1	2	3	4	5	6

Anexo 2: Instrumento de Autoestima Rosenberg

1	Muy de acuerdo
2	De acuerdo
3	En desacuerdo
4	Muy en desacuerdo

1.Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	1	2	3	4
2. Me inclino a pensar que, en conjunto, soy un fracasado.	1	2	3	4
3. Creo que tengo varias cualidades buenas.	1	2	3	4
4. Puedo hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	1	2	3	4
5. Creo que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso de mí	1	2	3	4
6. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.	1	2	3	4
7.En general, estoy satisfecho conmigo mismo.	1	2	3	4
8. Desearía valorarme más a mí mismo.	1	2	3	4
9.A veces me siento verdaderamente inútil.	1	2	3	4
10. A veces pienso que no sirvo para nada.	1	2	3	4

Anexo 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Buenos días, mi nombre es Douce Rodriguez, estudiante de la especialidad de Enfermería de Salud mental y psiquiatría en la Univerdad privada de Wiener, tengo el agrado de dirigirme hacia usted para solicitar apoyo en esta investigación titulado Dependencia emocional y autoestima en adultos de una universidad privada, Lima 2025. La cual tiene objetivo determinar la dependencia emocional y autoestima en adultos de una universidad privada.

Usted deberá comprender cada enunciado, lea determinadamente la información proporcionada, si a pesar de ello persisten sus dudas, comuníquese con la investigadora al teléfono celular o correo electrónico que figuran en el documento. No debe dar su consentimiento hasta que entienda la información y todas sus dudas hubiesen sido resueltas.

Confidencialidad: Se guardará la información que nos brinde con suma confidencialidad

Consultas posteriores: Al correo douce.rodriguez@gmail.com o al nro. 958760719

Ficha de recolección de datos CDE Cuestionario dependencia emocional de Lemos y Londoño, y cuestionario de autoestima de Rosseberg.

CONSENTIMIENTO ACEPTADO:

- Leí el consentimiento informado que se me entrego, me comuniqué con el titular de la investigación (Srta. Douce Rodriguez Tapia) e hice preguntas para entender el alcance del estudio.
- Estoy de acuerdo en contestar los cuestionarios con la verdad sin revelar mi identidad.
- Entiendo que ser parte de este estudio es de manera voluntaria y que soy libre de retirarme

cuando quiera.

- Estoy de acuerdo en permitir que la información que se obtenga sea publicada y que se me permita conocer los resultados.
- Presto mi conformidad para ser participe del estudio.

Firma

Anexo 4: Informe de originalidad




24% 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)

Fuentes principales

- 22%  Fuentes de Internet
- 6%  Publicaciones
- 20%  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

- 22% Fuentes de Internet
- 6% Publicaciones
- 20% 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.uwiener.edu.pe	2%
3	Internet	eprints.uanl.mx	1%
4	Trabajos entregados	Universidad San Ignacio de Loyola on 2021-11-02	1%
5	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2026-02-09	<1%
6	Internet	repositorio.uct.edu.pe	<1%
7	Internet	repositorio.upn.edu.pe	<1%
8	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica del Peru on 2024-07-23	<1%
9	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
10	Internet	idus.us.es	<1%
11	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica del Peru on 2025-03-27	<1%