



UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE PSICOLOGIA CLINICA

**TEMA: DEPENDENCIA EMOCIONAL COMO FACTOR DE RIESGO EN
PAREJAS ADOLESCENTES CON IDEACION SUICIDA**

**TRABAJO DE TITULACIÓN O PROYECTO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE PSICÓLOGO CLÍNICO**

AUTOR: ADRIÁN DANILO TORRES OCHOA

DIRECTOR: DRA. MONICA DEL CARMEN TAMAYO PIEDRA

CUENCA - ECUADOR

2021

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“DEPENDENCIA EMOCIONAL COMO FACTOR DE RIESGO EN
PAREJAS ADOLESCENTES CON IDEACIÓN SUICIDA”**

TRABAJO DE TITULACIÓN O PROYECTO DE INTEGRACIÓN
CURRICULAR PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
PSICÓLOGO CLÍNICO

AUTOR: ADRIÁN DANILO TORRES OCHOA

DIRECTOR: DRA. MÓNICA DEL CARMEN TAMAYO PIEDRA

CUENCA - ECUADOR

2021

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO

Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

ADRIAN DANILO TORRES OCHOA portador de la cédula de ciudadanía N° **0105474563** Declaro ser el autor de la obra: “**DEPENDENCIA EMOCIONAL COMO FACTOR DE RIESGO EN PAREJAS ADOLESCENTES CON IDEACIÓN SUICIDA**”, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cuenca, **30 de noviembre de 2021**



F:

ADRIAN DANILO TORRES OCHOA

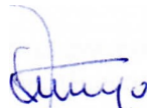
C.I. 0105474563

**UNIDAD DE TITULACIÓN CERTIFICADO DE DIRECTOR/A DE
TRABAJO DE TITULACIÓN**

Cuenca, 15 de noviembre de 2021

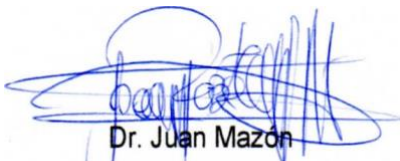
Yo Mónica del Carmen Tamayo Piedra, directora del trabajo de titulación con el tema "Dependencia Emocional como Factor de Riesgo en Parejas Adolescentes con Ideación Suicida" del estudiante Adrián Danilo Torres Ochoa, certifico que el trabajo de titulación se encuentra apto para la sustentación.

Atentamente,




Mónica del Carmen Tamayo Piedra

DIRECTORA DE TRABAJO DE TITULACIÓN



Dr. Juan Mazón
REVISOR 1



Dra. Susana Orellana
REVISOR 2

Dedicatoria

Este trabajo lo dedico a todas la personas que me ayudaron a lo largo de mi carrera universitaria, familia, amigos, pareja, a mi persona por cumplir con este objetivo y no rendirme ante las adversidades, gracias totales.

Resumen

La dependencia emocional puede provocar muchos daños a una persona en el ámbito interpersonal, familiar social etc., razón por la cual es un factor de riesgo para que una persona decida quitarse la vida, el presente estudio de investigación aplica la metodología tipo empírico no experimental-descriptivo que tiene como objetivo describir y analizar como factor de riesgo a la dependencia emocional en adolescentes con ideación suicida, estableciendo estrategias de búsqueda en base de datos tales como Pubmed, Scielo, EBSCO, Redalyc, Psycstete, PsycNet y Mediline a fines con la investigación, para la recolección de información se estableció una búsqueda de artículos científicos que no sobrepasen los cinco años desde su publicación, también se elaboró una búsqueda mediante el uso de palabras claves. Los datos encontrados dan respuesta a los objetivos específicos tales como describir las características de la dependencia emocional en los adolescentes, identificar ideas y pensamientos suicidas derivados de la dependencia emocional, y establecer la relación que existe entre dependencia emocional e ideación suicida. La información encontrada se basa en conceptos sobre la dependencia emocional, ideación suicida en adolescentes, riesgo suicida y estudios que han sido realizados a nivel local, nacional, e internacional de como la dependencia emocional mantiene causas de riesgos suicidas.

Palabras clave: Dependencia emocional, adolescentes, apego, ideación suicida.

Abstract

This research study applies the empirical non-experimental-descriptive methodology that aims to describe and analyze emotional dependence as a risk factor in adolescents with suicidal ideation, establishing search strategies in databases such as Pubmed, Scielo, EBSCO , Redalyc, Psycsteste, PsycNet and Mediline for the purposes of the research, for the collection of information a search was established for scientific articles that did not exceed five years from their publication, a search was also made using keywords. The data found respond to specific objectives such as describing the characteristics of emotional dependence in adolescents, identifying suicidal thoughts and ideas derived from emotional dependence, and establishing the relationship between emotional dependence and suicidal ideation. The information found is based on concepts about emotional dependence, suicidal ideation in adolescents, suicidal risk and studies that have been carried out at a local, national, and international level on how emotional dependence maintains causes of suicidal risks.

Keywords: Emotional dependence, adolescents, attachment, suicidal ideation

Índice

Declaratoria de Autoría y Responsabilidad	3
Dedicatoria	5
Resumen.....	6
Abstract	7
Introducción	9
Método	10
Diseño	11
Estrategia de Búsqueda	11
Criterios de Selección	11
Desarrollo.....	12
Características de la dependencia emocional en los adolescentes	12
Existen diferentes tipos de apego tales como:	13
Características de la dependencia emocional.....	15
Área de las relaciones con el entorno interpersonal.....	16
Identificar ideas y pensamientos suicidas derivados de la dependencia emocional	17
Relación entre dependencia emocional e ideación suicida	22
Conclusiones	27
Bibliografía	29
Glosario.....	33

Introducción

Debido al gran número de suicidios que se dan cada día a nivel mundial, es de gran relevancia hacer esta investigación orientada a establecer esta problemática en relación con la variable dependencia emocional, y como la ideación suicida influye en una persona para que tome la decisión de quitarse la vida como consecuencia de la separación o la pérdida de su pareja, la parte cognitiva también se ve afectada produciendo daños colaterales en el ámbito, personal, familiar, laboral, etc.

El suicidio en la actualidad tiene cifras muy elevadas y cada día van aumentando con las diferentes situaciones por las que atraviesa el ser humano, así como lo menciona la OMS, ya que el suicidio se encuentra entre las 10 principales causas de muerte a nivel mundial, también hace referencia a que cada día que transcurre se suicidan alrededor de 1,100 personas en el mundo, y algo más alarmante aun; que lo intentan cientos de miles de personas, es por estas grandes cifras que se debe investigar sobre el factor de riesgo que tiene la dependencia emocional con el gran número de suicidios que afectan a toda la población (OMS, 2021).

Una de las variables que tiene altos índices de suicidios es la dependencia emocional, ya que en la vida relacional y socio afectiva se ve comprometida a condiciones psicosociales en las que los problemas emocionales en las relaciones de pareja son caracterizados como propios de la vida diaria la cual es un estado psicológico o estado de ánimo negativo que suele manifestarse con más frecuencia en una relación, la mayoría de problemas que se presentan en las mismas suelen estar caracterizados por ser relaciones destructivas y posesivas así el dependiente se somete a la voluntad de la otra persona, y volviéndose agravante con el tiempo provocando distorsiones cognitivas e infravaloración de sí mismo (Hernández, López, & Echeverría, 2019).

La ideación suicida tiene una serie de pautas como la preocupación autodestructiva, planeación de un acto letal y el deseo de muerte que contempla una serie de ideas que se presentan de diferentes maneras como lo son “el deseo de morir”, asociado a una dependencia emocional que trae consigo pensamientos autodestructivos, que son plasmados mediante la imaginación, estas ideas o pensamientos pueden hacerse más excesivos cuando una persona ha terminado una relación o la pérdida de un ser querido provocando muchas emociones y sentimientos negativos a veces de culpa que deben ser tratados por un profesional para de esta manera ayudar y en el mejor de los casos evitar la pérdida de una vida (Ardila, 2020).

Por lo tanto, desde la psicología clínica brindar herramientas y recomendaciones para poder sobrellevar de mejor manera estos signos y síntomas con ayuda profesional tanto individual como familiar, para que la persona encuentre un nuevo sentido a su vida que no dependa de alguien más, que reconozca y potencie sus virtudes, cualidades y así cambiar estas ideas mal concebidas en beneficio de las personas y de tal manera reducir el número de suicidios que son muy elevados hasta el día de hoy. Es por estos riesgos que se ha estimado importante realizar la siguiente investigación.

En la siguiente investigación se establece la relación que existe entre la dependencia emocional y la ideación suicida, cuáles son las causas y los síntomas que pueden alterar a una persona en una relación de pareja, como los casos de suicidio va en aumento a nivel mundial y también nacional es de mucha relevancia investigar sobre los factores de riesgo que hacen que una persona no encuentre sentido a su vida, esto trae consigo problemas no solo a quien padece una dependencia, sino también a sus familiares quienes muchas de las veces no tienen las herramientas necesarias para poder sobrellevar de mejor manera estas situaciones. (Tabares, Nuñez, & Osorio, 2020).

Como objetivo principal de esta investigación se enfoca en analizar como factor de riesgo a la dependencia emocional en adolescentes con ideación suicida, y los objetivos secundarios se contemplan a describir las características de la dependencia emocional en los jóvenes, también se pretende identificar ideas y pensamientos suicidas derivados de una dependencia emocional y establecer la relación que existe entre dependencia emocional e ideación suicida en las parejas adolescentes.

Método

El presente estudio es de tipo empírico no experimental-descriptivo que tiene como objetivo describir y analizar como factor de riesgo a la dependencia emocional en adolescentes y como esta puede producir cambios cognitivos que traen consigo ideas irracionales y autodestructivas, para la elaboración de este estudio se realizó una búsqueda basada en información científica de fuentes tales como Pubmed, Scielo, EBSCO, Redalyc, Psycstest, PsycNet y Mediline a fines con la investigación presentada.

Para la recolección de datos se elaboró una estrategia de búsqueda mediante el uso de palabras claves y la información encontrada da respuesta a los objetivos específicos planteados tales como describir las características de la dependencia emocional en los adolescentes,

identificar ideas y pensamientos suicidas derivados de la misma y establecer la relación que existe entre la dependencia emocional y la ideación suicida.

Las investigaciones y estudios de los cuales se conceptualizó este artículo están orientados a describir esta problemática, y como de alguna forma se pueda brindar ayuda psicológica y reducir el impacto de suicidios derivados de la dependencia emocional que afecta a gran parte de la población, para este artículo se buscó información científica internacional, nacional, y local.

Diseño

Investigación Bibliográfica, cualitativa de tipo descriptivo.

Estrategia de Búsqueda

Para la investigación se debe utilizar fuentes bibliográficas relacionadas con el tema mediante la búsqueda en revistas científicas o libros de bases de datos confiables como: Pubmed, Scielo, EBSCO, Redalyc, Psycnet, Medline, Etc.

Criterios de Selección

Para la investigación bibliográfica se realizó una búsqueda de información en la cual se indagó por nombre del autor, el año de la publicación de la revista, artículo o libro para la ejecución de un análisis de los resultados que sobresalen en el tema “LA DEPENDENCIA EMOCIONAL COMO FACTOR DE RIESGO EN PAREJAS ADOLESCENTES CON IDEACIÓN SUICIDA”. En la cual se incluyó criterios del CIE-10 para la corroboración del presente artículo, pero con la condición de que cumplan los requisitos de autenticidad y de confiabilidad, ya que los temas a investigar se situaron en los últimos cinco años (2015-2021). Finalmente, para la exclusión se omitieron los trabajos que no cumplan con los criterios de la temática presentada, el procedimiento se ejecutó mediante un análisis cualitativo, en el cual se describen las investigaciones que se relacionen con el tema, teniendo en cuenta las variables y el tipo de estudio.

Desarrollo

Características de la dependencia emocional en los adolescentes

La dependencia emocional se puede explicar cómo una adicción que incita al deseo o la necesidad de ser contextualizada, es decir es un apego excesivo hacia un objeto o en este caso hacia una persona, se caracteriza por una conducta adictiva hacia una relación interpersonal con un desfase del rol y una actitud dependiente hacia la pareja. Al mismo tiempo es definida como un patrón persistente de una necesidad de satisfacer de manera inadaptada a los demás. De este modo la dependencia emocional excesiva es catalogada como un desorden de personalidad dependiente según el DSM-V (Laca & Mejía, 2017).

La adolescencia es un proceso de crecimiento que está lleno de muchas posibilidades, pero también tiene aspectos de vulnerabilidad. Teniendo en cuenta que la adolescencia de por sí es muy complicada, ya que se mal interpreta la libertad o el libertinaje, podemos tener problemas durante la infancia donde la poca valoración han sido muy recurrentes; ocasionando conductas disruptivas o problemáticas que pueden afectar de alguna manera al individuo a lo largo de su vida. Si mencionamos estos riesgos, siempre consideramos que son problemas de conducta violenta o agresividad, problemas de bajo rendimiento académico, o consumo de sustancias, etc. Pero también tenemos que dar prioridad a la dependencia emocional. Cada vez es más frecuente que los jóvenes confunden el amor con una dependencia emocional, dando lugar a relaciones violentas (Gomez, Núñez, & Agudelo, 2020).

En ese sentido también se puede definir a la dependencia emocional como un patrón crónico de demandas afectivas frustradas, que buscan ser satisfechas mediante vínculos afectivos patológicos, siendo caracterizados por actitudes que generan ansiedad por mantener ese patrón, además de tener características como la posesividad, desgaste energético intenso, sentimientos negativos, falta de iniciativa adoptando una posición subordinada y de sumisión dificultando la estabilidad emocional, generan dificultades en el autoestima y auto concepto de las personas (de la Villa., Garcia, & Cuetos, 2017).

También se puede considerar que entre mayor es la importancia que las parejas den a sus relaciones, es más probable el riesgo de incurrir en una dependencia excesiva y por tal motivo se generarían condiciones que provocan una serie de conflictos, los cuales dan lugar a situaciones disfuncionales, también ideas y pensamientos distorsionados de la realidad, baja autoestima, inseguridad y patrones repetitivos en futuras relaciones, provocando daños a largo plazo en una persona dependiente (Laca & Mejía, 2017).

Como se corrobora mediante un estudio de tipo cuantitativo realizado por Villa (2017), donde se pretende comprobar la relación que existe entre violencia presentada en el noviazgo, en adultos jóvenes y adolescentes con dependencia emocional, dentro del estudio se evaluaron a 224 adolescentes con edades con un rango de 15 a 26 años, donde se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg, Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100) y Cuestionario de Violencia entre Novios (CUVINO). Se obtuvo como resultado, que ambos sexos presentan una alta dependencia emocional y menor autoestima, se observa una tasa superior de violencia y dependencia emocional en los estudiantes de educación secundaria frente a los universitarios (de la Villa., Garcia, & Cuetos, 2017).

Las manifestaciones por las cuales se provoca esta patología no se encuentran definidas por las diferentes investigaciones, sin embargo, una gran parte de la literatura establece que se puede generar en la infancia, ya que se puede inferir; que los problemas de apego en etapas tempranas estas pueden desencadenar problemas en la adultez, como lo menciona Bowlby en la teoría del apego en 1991, donde hace referencia a que todo ser vivo viene al mundo con disposición de apego, siendo factores predominantes para la supervivencia emocional del niño (Laca & Mejía, 2017).

Cabe considerar que la dependencia emocional está estrechamente ligada a la teoría del apego es por eso que es importante entender esta teoría propuesta por Bowlby. El apego se comprende como un lazo afectivo fuerte establecido por el niño y una figura específica, esta puede perdurar en el tiempo, generando sensaciones de seguridad entre quienes forman esta conexión, por otra parte cuando estos vínculos familiares se ven alterados pueden generar diversas formas de dolor emocional e incluso conllevar a diferentes psicopatologías psiquiátricas tales como la ansiedad, depresión, angustia, ira entre otros; como consecuencia de la separación indeseada o la pérdida afectiva (Rocha , Umbarila, & Meza, 2019).

Existen diferentes tipos de apego tales como:

Apego seguro. Se caracteriza por tener confianza entre cuidadores y niños, la comprensión que le propicia la figura paterna en situaciones adversas, además de poder anticiparse a las señales que el niño presenta. Es también identificada por generar una amplia gama de sentimientos positivos y manejar adecuadamente los sentimientos negativos evocando sentimientos de pertenencia, de aceptación y de confianza potenciando el desarrollo del niño (Guzman, Carrasco, & Vilca, 2016).

Apego inseguro-evitativo. No existe seguridad en el apego, se caracteriza por una deficiencia en la interacción cálida, confiable y segura, puede producirse autosuficiencia compulsiva y distanciamiento emocional de las figuras parentales, teniendo en cuenta que no pueden contar con sus cuidadores provocando sufrimiento en el niño; los padres pueden mostrarse insensibles y rechazan las demandas del infante, en muchas ocasiones suelen ser indiferentes y castigadores, generando inseguridad en el niño (Hernández, López, & Echeverría, 2019).

Apego ansioso-ambivalente. El apego de la madre es fluctuante; en algunas situaciones son insensibles y frías esto genera desconfianza en el niño ante la figura de apego, de esta forma el infante desarrolla estrategias para conseguir la atención, por medio de su inmadurez y dependencia, lo que provoca ansiedad para la resolución de problemas, genera altos niveles de estrés con tendencia a la manipulación, desarrollando dificultades emocionales en años siguientes (Guzman, Carrasco, & Vilca, 2016).

Apego desorganizado. Se caracteriza por la existencia de una relación amenazante entre el cuidador y el niño, los padres o los cuidadores del infante tienden a comportarse de manera impredecible, muchas veces suelen ser víctimas de sus progenitores o de quienes se encargan de su cuidado, por tal motivo no pueden huir de estas situaciones, ya que dependen de ellos. Ocasionando en su adolescencia problemas al momento de relacionarse con las demás personas, provocando condiciones disfuncionales con su entorno social (Hernández, López, & Echeverría, 2019).

Los diferentes tipos de apego mencionados anteriormente son de gran importancia para el desarrollo de la persona siendo un factor importante para evitar la dependencia emocional, existen otros factores que están ligados a la problemática tales como la carencia afectiva temprana, carencia de autoestima y auto concepto, factores biológicos y socioculturales. Cuando existe esta carencia afectiva desde muy tempranas edades provoca insatisfacción en la persona, intentando compensar con relaciones desequilibradas. Lo que conlleva a tener una autoestima negativa y a su vez generan dependencia (Guzman, Carrasco, & Vilca, 2016).

Es relevante mencionar que la dependencia emocional se manifiesta con sentimientos negativos como la soledad, tristeza, abatimiento, desánimo, insatisfacción, miedo a la soledad y baja tolerancia a la frustración, así como vacíos emocionales, con tendencia a generar estados de ánimo disfóricos. Los dependientes emocionales presentan un modo de

dependen subordinado, con un acusado anhelo excesivo de vivir con la persona de la que se depende, tendiendo al desarrollo de una aspiración focalizado en el otro y auto negligencia. Asimismo, son personas con tendencia a acomodarse en relaciones disfuncionales dejando a otros que decidan por ellos y desarrollan una perspectiva de túnel o nula visión del problema (de la Villa., Garcia, & Cuetos, 2017).

Mediante un estudio que se realizó en Chiclayo según una muestra de 126 mujeres con rangos de edad de 16 a 20 años, se utilizó una ficha de datos socio demográficos y una ficha técnica para la detección de violencia, el inventario de dependencia emocional, el inventario de respuestas de afrontamiento para adultos, y el inventario de depresión de Beck-II. La investigación muestra una correlación entre las víctimas de violencia y dependencia emocional además de presentar síntomas depresivos. Como se ha mencionado anteriormente esta patología puede generar diversas comorbilidades afectando a las personas tanto en su salud psicológica como física; incluso tener intentos auto líticos (Castillo, 2017).

Características de la dependencia emocional

La dependencia emocional presenta características de relaciones desequilibradas que son producidas por varios factores tales como la necesidad excesiva del otro, representándose por el deseo constante de permanecer junto a su pareja; las conductas obsesivas, los deseos de exclusividad en la relación se distinguen por el aislamiento social y la necesidad de dedicarle tiempo completo a la otra persona, esperando que sea de alguna manera recíproco. Cuando esto no se da como la persona dependiente desea se frustra frente a la idealización que la persona se hace de su pareja, agravándose con el tiempo si no se recibe un tratamiento psicológico. (Laca & Mejía, 2017).

Otra característica es la necesidad constante que se tiene por hablar con su pareja a través de chats, visitas constantes en redes sociales, llamadas frecuentes, incapacidad de lograr algo sin la aprobación de su pareja. La idealización que se hace el dependiente, idealiza a la pareja aun siendo consciente de los defectos que tiene provocando baja autoestima y generando una visión falsa de la realidad, el miedo a la ruptura de la relación se genera al creer que no puede vivir sin su pareja. Por muy inestable que sea la relación, por las humillaciones, desprecios, o malos tratos que reciba, el dependiente considera nula la posibilidad de continuar con su vida solo, esto hace más grave la situación, ya que se vuelve algo repetitivo y el dependiente lo acepta y lo hace parte de su cotidianidad (Roque, 2019).

De este modo la idea que se hace de la pareja se suele presentar en el inicio de la relación intensificando la dependencia en la otra persona, lo que conlleva a sobrevalorar las cualidades entre sí, y de esta manera la sumisión y subordinación se presenta por la carencia de autoestima y se conserva como dependiente ante la idealización de su par, produciendo una inestabilidad en la relación y por último el temor a la ruptura lo que ocasiona el miedo al abandono y a quedarse solos, esto a su vez provoca una serie de ideas irracionales que hacen creer a la persona que no se puede sobrellevar esta situación provocándose un daño mental, a veces autolesiones, y en el peor de los casos acabar con su propia vida (Hernández, López, & Echeverría, 2019).

Área de las relaciones con el entorno interpersonal

Las características que nos permiten diferenciar de la dependencia emocional se pueden evidenciar en los patrones de conducta, cognitivos y también los afectivos que se manifiestan en las relaciones de pareja, sin embargo, se puede ver repetida esta conducta con otras personas que son importantes lo largo de su vida (Castillo, 2017). De esta manera se puede establecer tres características en esta área:

Necesidad de agradar. El temor a ser rechazado de alguna manera hace que surja una necesidad de complacer a los demás y de tal forma crearse la idea de que merecen la importancia o el cariño dependiendo de lo que hagan por las demás personas (Hernández, López, & Echeverría, 2019).

Déficit de habilidades sociales. Provoca una actitud de rechazo causando carencia significativa en las habilidades sociales, generando la sensación de sentirse inferior a los demás, lo que desencadena en una serie de conflictos personales, y lo más evidente la falta de empatía hacia su entorno social incluida su pareja (Esteves & Paredes, 2020).

Área de autoestima y estado de ánimo.

Las personas con una autoestima baja son propensas a desencadenar dificultades en la dependencia emocional, debido a que su valoración sobre sí misma es mínima, estas personas al término de una relación afectiva desencadenan problemas emocionales acompañados con estados de ánimo depresivos. La baja autoestima mantiene un efecto de carencia de no merecer cariño, lo que genera sentimientos de auto-desprecio y auto-rechazo, y ven a la pareja como su salvador. Presentan ideas irracionales como miedo a la soledad por lo que optan por relaciones disfuncionales generando un patrón repetitivo (Gomez, Núñez, & Agudelo, 2020).

Identificar ideas y pensamientos suicidas derivados de la dependencia emocional

En el estudio realizado por (Londoño & Zapata, 2017) se establecen las distorsiones cognitivas en una muestra conformada por 116 participantes, 59 mujeres y 57 hombres, con una edad media de 20 años, personas activas laboralmente de la ciudad de Medellín – Colombia. Se aplicó el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA), y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE). Como resultados se expone que; las personas dependientes emocionalmente tratan de justificar las necesidades afectivas que presentan en relación con el amor romántico, y establecen un proceso de información en donde predomina comúnmente el control, lo que conlleva a influenciar en su pareja (Londoño & Zapata, 2017).

Mediante otras investigaciones efectuadas en diferentes países como México los casos de suicidio representan problemas de gran estancia para la salud pública lo que se estima que en el año 2020 la cifra de suicidios se elevaron 20 veces más comparado a los años anteriores por tal la constante de morbimortalidad varía según el desarrollo del país, se tiene que tomar en cuenta varios factores por cada 100,000 habitantes el 3.84 sufre violencia física, psicológica, verbal y sexual de tal modo que entre los grupos etarios como el adulto joven se proyecta una probabilidad del 6.74% de mortalidad que corresponde por ideas suicidas (Roque, 2019).

Según un estudio en la ciudad de México mencionan (Gonzales, Guerra, & Rodriguez, 2021). Que la tasa de suicidios que se han reportado es un total de 455 suicidios entre personas que van desde los 12 a los 18 años, por lo cual se ha convertido en un problema para la salud pública del país con un 46% siendo los problemas de pareja un factor primordial para llevar al deceso seguido por un 13% que tiene como referencia a las enfermedades físicas y mentales, por último con un 12% por dificultades económicas, los datos varían según el género, el factor económico, denotando así un mayor porcentaje en hombres con un 16% y las mujeres con 2.5% y el factor amoroso con lo cual se identifica con un 61% (Gonzales, Guerra, & Rodriguez, 2021).

Asimismo los componentes de la problemática son las ideaciones suicidas que son muy relevantes para la activación emocional del proceso suicida, lo cual afecta a las áreas cognitivas tales como la atención, concentración y percepción del entorno, estos aspectos son de mayor riesgo durante y luego de estas ideas autodestructivas derivadas de una persona dependiente emocional, provocando factores de riesgo y psicopatologías a largo plazo como la depresión, ansiedad, y la impulsividad (Cifuentes & Rodriguez, 2019).

El suicidio en los últimos años se ha convertido en una urgencia dentro del contexto social y psicológico, por la salud mental inestable de la persona y con ello se presenta un debilitamiento en las redes afectivas y sociales al tomar las decisiones, las conductas suicidas manifiestan tres componentes: el emocional y un sufrimiento intenso, el nivel conductual con la carencia de recursos psicológicos y por último el nivel cognitivo presentado desesperanza profunda sobre el futuro (Roque, 2019).

En efecto las personas que mantienen ideaciones suicidas y conductas; no desean ejecutarlas, son tentativas y en ocasiones nunca se llega al conato, No obstante estas ideas de autodestrucción son más frecuentes en personas dependientes emocionales al término de una relación, por lo que realmente necesitan algún tipo de tratamiento para que pueda ser controlado, según la Organización Mundial de la Salud a nivel internacional cada año se suicidan un total de 700,000 personas, lo que se debería considerar de suma urgencia para mejorar la salud mental de las personas y de esta manera reducir el impacto ocasionado por la dependencia emocional en las parejas que deciden acabar con su vida (Londoño & Zapata, 2017).

Los adolescentes y los adultos jóvenes presentan un alto índice en la presencia de sintomatología depresiva a nivel emocional, lo cual se representa con un alto porcentaje de suicidio, muchas de las veces esta depresión es generada por relaciones disfuncionales, cuando sus parejas no llenan sus expectativas, y al terminar una relación, es decir que las emociones pueden tener un gran impacto en las ideaciones suicidas, de este modo el entorno familiar y social agudizan estas características que mantienen estos comportamientos, tales como la impulsividad, baja autoestima, inestabilidad emocional o dependencia emocional extrema (Roque, 2019).

Sin embargo, el suicidio por problemas emocionales son de alto alcance por lo tanto en el caso de las mujeres es de menor incidencia por la poca determinación de autolesionarse de este modo buscan nuevas formas de ejecutarlo tales como: la intoxicación con fármacos o la inhalación de monóxido de carbono, en cambio los hombres son más impulsivos presentando menor tolerancia al sufrimiento; produciéndose autolesiones, y muchas veces buscan refugio en sustancias psicotrópicas como el alcohol u otros tipos de drogas. (Cañete & Díaz, 2019).

Las conductas suicidas en adolescentes y adultos jóvenes manifiestan formas clínicas desde el nivel conductual denotando en el suicidio consumado; la persona intencionalmente acaba con su vida, por otro lado el suicidio frustrado ha utilizado

procedimientos letales como el ahorcamiento, precipitación y armas de fuego de esta manera las tentativas para el suicidio; causan deliberadamente daños sin intención de quitarse la vida, constituyéndose esto en llamadas de atención a las problemáticas y manipulaciones extremas con su pareja y núcleo familiar (Urbilola & Estévez, 2017).

Los tipos de suicidios a causa de la dependencia emocional llegan a ser muy frecuentes, siendo que la persona se idea técnicas para consumir con su vida, al creer que esta no tiene sentido a falta de su pareja, ya que es un padecimiento de valor y autoestima y se idealizan de forma de creer que no pueden afrontar las dificultades siendo en mayor número en personas adolescentes que empiezan a tener emociones de amor y cariño hacia alguien más y cuando esta persona les falta consideran que no van a lograr sus proyectos de vida produciendo estados negativos en la salud y a nivel psicológico (Roque, 2019).

De este modo se puede decir que las complicaciones emocionales y la desesperanza son problemáticas derivadas de la dependencia, en los adolescentes la sintomatología psiquiátrica se encuentra presente al menos en un 80% con un estado de ánimo melancólico que es destructor y predominante de la soledad, manifestándose con auto agresividad tomando en cuenta que el 15% y 20% son personas con algún tipo de enfermedades que sean físicas o psicológicas, y el otro 60% se debería a factores derivados de un sentimiento excesivo hacia otra persona, provocando ideas irracionales y este deseo de cometer suicidio se conjugaría con la inhibición y apatía (Rios, 2016).

La ideación suicida para (Ardila, 2020). Puede estar asociada a comportamientos y expresiones que deben considerarse como alarmas; estas se pueden evidenciar ante la manifestación constante del deseo de quitarse la vida, el discurso de no encontrar sentido de la vida a falta de su pareja; las personas además empiezan a desprenderse de sus pertenencias y objetos. La literatura menciona que existen cambios en sus hábitos cotidianos y despreocupación por su aspecto físico e higiene, es importante de acuerdo con (Ardila, 2020). Observar estos comportamientos más aún si existen antecedentes de algún intento previo de suicidio, ya que estas son personas que tienen mayor riesgo de hacerlo nuevamente (Ardila, 2020).

De esta manera el suicidio se considera una forma de violencia auto infligida que surge de la igualdad entre la auto agresión y hacia los demás, de tal forma que el uso intencional de la fuerza es de hechos o de amenazas que repercuten en lesiones, daños psicológicos, trastornos de desarrollo y muerte; la categorización del suicidio considera solamente dos

comportamientos: el suicidio mortal con actos suicidas que provocan la muerte y el comportamiento suicida no mortal, mayormente conocido como intento suicida (Puerto, Rojas, Villamizar, Urrego, & Vargas , 2018).

Sin embargo, las causas que determinan los diferentes tipos de suicidios son las dependencias emocionales, ocurriendo generalmente en la adolescencia afectando a aspectos relacionados a conductas disruptivas y tratamientos no adecuados, esto es considerado como un menor agravante de riesgo suicida. La forma moderada se caracteriza por ideación, planes, rectificación de la conducta y la falta de autocrítica, existe planeación y antecedentes de intentos previos, la forma grave está constituida por ideas concretas de hacerse daño, no obstante, no mantienen un plan suicida de forma clara y concisa (Benavides, Villota, & Villalobos, 2019).

Se debe considerar que las características más comunes en la cual la dependencia emocional cause riesgos suicidas son los estímulos psicológicos provocando la falta de propósitos y el no poder encontrar una solución a diferentes problemáticas, el no cumplir metas a corto, mediano y largo plazo esto desencadena en una impotencia y desesperanza por la falta de ayuda, la falta de comunicación emocional; el no tener una acción de salida hacia sus conexiones más cercanas, manifestando patrones disfuncionales de afrontamiento a las adversidades y cambios conductuales autodestructivos consigo y en ocasiones hacia los demás (Castillo, 2017).

Los riesgos individuales, familiares y sociales, deben ser observados; ya que conllevan a la persona a un estado de reacción no adoptiva y compleja, en donde la sintomatología se caracteriza por; angustia, desesperanza, tristeza, depresión y ansiedad provocada por la falta de su pareja, es necesario que frente a esta condición la persona reciba ayuda profesional. (Rocha , Umbarila, & Meza, 2019)

Hay que destacar que los factores protectores ante las conductas suicidas por la dependencia emocional, deben incidir en la toma de decisiones propias de la persona, rectificando y haciendo más sólidas sus capacidades de aceptación, enseñando de esta manera la habilidad en la solución de problemas, buena autoestima, habilidad en las relaciones sociales, mayor flexibilidad cognitiva, mantener actitudes y valores positivos, hábitos de vida saludables y por último una percepción de auto eficiencia (Silva , 2017).

Las capacidades y los procesos cognitivos se atribuyen a la forma en que la persona percibe su problema, manteniendo autoconfianza y la capacidad de resiliencia, también se

toman como prioridad las creencias y actitudes de una autonomía que suelen ser las primeras funciones preventivas y por tal motivo se modera los riesgos de suicidios con el apoyo social y familiar; los aspectos antes referidos deben fomentarse durante el desarrollo de la infancia para prevenir de esta manera posibles factores de riesgo psicológicos ante la dependencia emocional (Bazán, Olórtegui, Vargas, & Huayanay, 2016).

Los problemas que afectan en una relación como las discusiones constantes, excesiva necesidad por el otro, falta de comprensión en las relaciones emocionales, tienden a influir en el estado anímico de cada persona, lo que se deriva de una dependencia emocional, por lo tanto, son muchas las probabilidades de sobrepasar las siguientes áreas; la necesidad excesiva del apego, deseo constante de perjudicarse así mismo, la exclusividad por la otra persona en una relación sentimental y su idealización del otro, todo esto trae consigo desestabilidad emocional provocando daños psicológicos (Castillo, 2017).

De tal forma los deseos constantes de mantener una fijación mediante estímulos inoportunos recae en las actividades y en el sesgo de adquirir un contacto sobre la necesidad insaciable de otra persona, al quebrarse este tipo de vínculos o una ruptura precoz surge la demarcación de límites, ya que se restringen de las invasiones dependientes que se basa en amenazas como el suicidio; este proceso de agobio incluye la responsabilidad de reglas dejándose llevar por ideas irracionales (Roque, 2019).

Así mismo un estudio realizado en México a 133 adolescentes con un rango de edad de 15 a 18 años, con una relación de noviazgo de seis meses o más, se aplicó un instrumento psicométrico de codependencia emocional que tiene como propósito medir los diferentes factores de codependencia, el instrumento es de escala Likert con cinco opciones que tienen como respuesta nunca, a siempre y consta de 43 ítems que se dividen en tres sub escalas focalización o negligencia, no afrontamiento y sobre el control que exploran conductas y comportamiento que evalúan la dificultad de reconocer y expresar los sentimientos y emociones propias (Benavides, Villota, & Villalobos, 2019).

De acuerdo a los estudios realizados, cuyos resultados obtenidos nos mencionan que en la escala de focalización de 29.29 con una división estándar de 8.31 lo que indica preocupación por problemas propios y problemas por los demás es equilibrada, en cambio en el factor de no afrontamiento es de 29.78 con un corte estándar de 8.14 revelando que la expresión y reconocimiento de sentimientos y emociones son equilibradas y por último en el factor sobre control obtuvo un puntaje de 24.26 con un corte estándar 6.27 ejerciendo influencia

sobre las emociones, decisiones y comportamientos de la persona, estos resultados según el estudio en México, en relación a la codependencia (Urbilola & Estévez , 2017).

Relación entre dependencia emocional e ideación suicida

La ideación suicida tiene relación con la dependencia emocional según Bornstein y O'Neill realizaron un estudio con 152 participantes psiquiátricos integrados por 61 hombres y 91 mujeres, a quienes se les aplicó la escala de Dependencia Oral de Roschach (ROD) y el Inventario de Dependencia Interpersonal (IDI), como resultado se logra evidenciar una gran dependencia asociada con los altos puntajes del índice de suicidio en hombres y mujeres (Londoño & Zapata, 2017).

El suicidio es uno de los problemas más graves en la salud pública en cualquier país, siendo definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un acto de quitarse la vida de forma autónoma, la prevalencia y los métodos utilizados varían dependiendo del país, siendo el grupo de mayor vulnerabilidad los adolescentes y adultos que corresponden a edades entre 12 a 30 años entre las más comunes, desde el punto de vista de la salud mental, los adolescentes tienden a ser más propensos a dificultades particulares por su etapa del desarrollo (Bazán et al., 2016).

Pese a los diferentes programas para su prevención y control, el suicidio es aún un conflicto de salud en la nación, la disminución del suicidio si bien es posible, comprende una cadena de actividades que van a partir de la dotación de las mejores condiciones necesarias para la instrucción de los jóvenes y los niños, el tratamiento eficaz de los trastornos mentales, incluso el control medioambiental de los factores de riesgo. La difusión apropiada de la información y una campaña de sensibilización del problema son elementos esenciales para los programas de prevención del riesgo suicida a causa de la dependencia emocional (Campo, 2018).

Según la OMS en 2014 se estima que se ha registrado un total de 804,000 suicidios consumados, lo que corresponden a un 11.4% por cada 100,000 habitantes a nivel mundial. Siendo el género masculino el que predomina sobre el género femenino, en el Ecuador según el Observatorio Social del Ecuador en 2016 más de 5,300 personas se suicidaron lo que se estima que en el país existen entre 2 a 3 suicidios por día. Siendo la población joven la más afectada que va de edades entre 15 a 30 años (Gomez, Núñez, & Agudelo, 2020).

Por lo tanto, se puede mencionar que la adolescencia es una etapa de independencia emocional en la cual los jóvenes dan rienda suelta a su imaginación y no toman conciencia de

muchos de sus actos; por tal los conflictos generados llegan a ser a nivel social y psicológico, con consecuencias auto líticas. Es así como se corrobora en un estudio de tipo transversal realizado a 12,424 adolescentes que manifestaron un resultado del 47% algún tipo de ideación suicida, otro tipo de estudio no experimental de tipo descriptivo encuentra varios factores que son asociados al suicidio con una muestra de 258 universitarios entre las edades 18 y 24 años que fueron evaluados con varios inventarios de ideación suicida tales como ideación suicida positiva y negativa (PANSI), Escala de autoevaluación para la depresión de Zung (CDE) y Escala de eventos vitales estresantes (Londoño & Zapata, 2017).

Como se mencionó anteriormente en los diversos estudios, se han demostrado que las ideaciones suicidas provocadas por una dependencia emocional son factores de riesgo que generan emociones negativas y eventos estresantes muchas veces ocasionados por la falta de su pareja, de comprensión, atención y la forma en que regula sus emociones esto genera conflictos al no tener la capacidad de solución de problemas, haciendo que muchas personas que padecen esta sintomatología se refugien en el alcohol y otras sustancias, de esta manera potencializando estas ideaciones de forma constante y así creer que no tienen salida. Estos son algunos aspectos que los familiares puede evidenciar y es ahí cuando deben interferir en la situación y brindar ayuda, asistir a un profesional para que este brinde un tratamiento específico y de esta manera evitar un suicidio (Gomez, Núñez, & Agudelo, 2020).

Se puede corroborar en el siguiente estudio realizado sobre la dependencia emocional en parejas adolescentes con edades entre los 18 y 24 años de una Institución Educativa pública de la ciudad de Huancayo, la obtención de datos se realizó por medio de una entrevista semiestructurada a 10 parejas de adolescentes entre mujeres y hombres. En cuanto a los resultados se pudo evidenciar que la dependencia emocional se manifiesta en adolescentes mediante diversas ideas irracionales, las cuales pueden llegar a causar daño, las mismas que repercuten en el desempeño de sus actividades cotidianas, académicas, el vínculo con su medio social y afectivo (Roque, 2019).

La dependencia emocional es una constante repetitiva cuando se fracasa con anterioridad en una relación amorosa, de esta manera los patrones destructivos se mantienen en las relaciones sociales, familiares, y de pareja a futuro, esta dependencia surge de la monotonía y comportamientos de relaciones afectivas que no pueden ser controladas entre ambas personas, y que a falta de cualquiera de las dos no encuentran un sentido a su vida,

muchas veces tienden a provocarse autolesiones, desarrollar problemas psicológicos y en el peor de los casos atentar contra su vida (Urbilola & Estévez , 2017).

De igual forma en otro estudio realizado en España a 250 adolescentes, con edades comprendidas entre los 18 y 26 años de edad, se aplicó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) se encuentra que el 8% presentó algún tipo de dependencia emocional a comparación de Perú que se estima en un 42.6%, de este modo las problemáticas suelen presentarse y desarrollarse por los diferentes factores y se relaciona por la baja autoestima como una de las variables que sobresalen, se tiene gran impacto en los dependientes de su pareja constituyendo como un fenómeno en los casos psicológicos y de este modo se conoce que la variable de la dependencia emocional recae mayoritariamente en los adolescentes (Castillo, 2017).

Mediante un estudio de enfoque cuantitativo con una población de 172 estudiantes de 17 años, fueron evaluados con un software psicométrico STATA versión 15, en los resultados se encontró que la dependencia emocional en los estudiantes es de 53.54% de esta forma se evidencia la relación entre la edad y la dependencia. De la misma manera el 53.33% de las mujeres no presentan un alto rango, demostrando que la relación es significativa y se puede relacionar con la edad y el sexo (Pantoja, 2016).

Sin embargo hay que tener en cuenta otro estudio de tipo transversal, en el cual participaron 286 adolescentes entre hombres y mujeres entre 15 a 25 años de edad, a los cuales se le aplicó cada voluntario asumió su consentimiento para la prueba y respondieron las preguntas de dieciséis ítems, lo que conlleva al estudio es la relación emocional y sentimental de los adolescentes durante el noviazgo y cómo generar la necesidad de ser exclusivas de su pareja y la manera de agradar, por lo tanto en el cuestionario de dependencia emocional de Lemos Hoyos y Londoño Arredondo (2006), el 0.52 son expresivos en sus relaciones y el 0.50 mantienen la necesidad de agradar en la relación sentimental, sin embargo en las expresiones de los límites 0.31 son de manera exclusiva, de esta manera se puede crear ideaciones mal concebidas con el fin de agradar a su pareja (Urbilola & Estévez , 2017).

Como lo corrobora Chumpitaz & Alarcón (2020) en la investigación que realizaron y que tuvo como finalidad determinar la existencia y la relación que existe entre la ideación suicida y la dependencia emocional en estudiantes universitarios de género masculino de una Universidad Privada en Lima. Para comprobar los datos, el estudio se efectuó en una población de 80 universitarios de las Facultades de Ciencias Empresariales, Salud, Humanas y Teología

con edades comprendidas entre 17 y 18 años. Se utilizaron la Escala de Ideación Suicida de Beck (1979) y el Cuestionario de Dependencia Emocional - CDE de Lemos y Londoño (2017) (Londoño & Zapata, 2017)

En cuanto a los resultados que se obtuvieron, estos demostraron que existe relación altamente significativa entre la dependencia emocional y actitud hacia la vida-muerte, las personas evaluadas presentaron temores, desesperanza y expectativas erróneas de la vida, ratificando que las relaciones interpersonales dependientes intervienen en la expectativa de la vida generando pensamientos distorsionados, e ideas de que no pueden vivir sin la persona a la que dependen emocionalmente (Tabares, Nuñez, & Osorio, 2020).

En cuanto a otro estudio realizado en Ecuador se menciona que los índices de suicidios van aumentando un 2%, en comparación a 2019 y 2020. Las provincias más afectadas son Santa Elena, Manabí, Guayas y Bolívar. En el año 2019 se registran 218 suicidios en adolescentes mientras que en lo que va de estos años, los suicidios alcanzaron la cifra de 226, los efectivos de la Policía Nacional acudieron el 7 de mayo de 2020 al levantamiento de dos cadáveres de adolescentes de sexo masculino que conmocionaron a los habitantes de Guayaquil. En el primer caso, un hombre del Guasmo decidió quitarse la vida después de terminar una relación amorosa durante la cuarentena (Calle, 2020).

Como se menciona en un periódico de Ecuador, el suicidio es la primera causa de muerte en menores de 18 años. Así lo publicó en su informe técnico de defunciones del 2019 el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). Es por este motivo que se debería brindar más atención y prevención a estos datos para centrarnos en esta problemática y de alguna manera brindar ayuda psicológica, ya que antes que una persona decida quitarse la vida tiene ideas, y hay un planeamiento previo (Univero, 2021).

También se menciona que luego de Quito, Cuenca es la ciudad con el mayor número de intentos de suicidio reportados al ECU-911, esto según el último informe del Servicio Integrado de Seguridad, presentado el mes de noviembre 2020. Un total de 44 alertas de este tipo se han registrado desde el inicio de la pandemia. Menos de 9 casos han llegado a concretarse, muchos de ellos por la dependencia hacia sus parejas, según las cifras presentadas por los organismos de rescate (Mercurio, 2020).

Por tales motivos y estudios ya mencionados con anterioridad se puede establecer el daño que causa la dependencia emocional en los adolescentes, las ideas erróneas que pueden surgir al momento que le falte su par, no exteriorizar sus sentimientos y emociones problemas

a nivel psicológico, familiares, la baja autoestima, y esto en el peor de los casos podría traer consigo consecuencias fatales como el suicidio.

Se debería potencializar las habilidades sociales y personales en cada adolescente, para que se sienta seguro de lo que vale y de lo que puede aportar a la sociedad, muchas veces la falta de estudios, dificultades económicas, influyen en la toma de las decisiones y el hacerse dependiente de su pareja, esto ocasiona que cuando esta le falta empiezan las problemáticas a nivel personal y psicológico, hasta el punto de considerar que su vida no tiene sentido.

Por estos motivos se debe dar mayor importancia a la ayuda psicológica tanto personal como familiar, ya que un suicidio es previamente planeado, al igual que el malestar que ya se vienen dando con anterioridad en las parejas adolescentes, violencia intrafamiliar, hijos no planeados, embarazos prematuros, que pueden traer consigo una desesperanza de vida, como recomendación acudir a un profesional cuando una persona presenta estos síntomas, un adecuado tratamiento psicológico y en algunos casos psiquiátricos para poder brindar la ayuda necesaria y evitar de esta manera que la persona se provoque algún tipo de daño.

La ayuda profesional para la dependencia emocional, o para terapia en parejas es muy recomendable, para poder sobrellevar de mejor manera una relación en la cual ya se están identificando problemas, de esta forma encontrar las falencias que provocan algún tipo de inestabilidad emocional y así mejorar como persona y también aspectos como la autoestima, la seguridad, la confianza consigo mismo y mejorar la convivencia dentro del hogar. Ser consciente de sus debilidades y virtudes para manejarlas de mejor forma, la tolerancia y el respeto a las diferencias en las parejas, saber expresar sentimientos con mayor claridad, regular de manera oportuna sus emociones son pautas que pueden ser potenciadas con un buen tratamiento por parte del profesional (Espriella, 2018).

Es recomendable educar desde temprana edad para no creer que debemos depender de alguien más, muchas veces la dependencia se origina en la infancia la cual esta es mal inducida por los cuidadores, que son quienes orientan de manera incorrecta a los infantes, se debe dar educación emocional en las escuelas y colegios, para que los niños y niñas tengan una mejor estabilidad emocional, aprendan a conocer sus virtudes y aceptar sus defectos porque es de gran importancia para tener un mejor estilo de vida saludable, de tal manera ser felices con nosotros mismos y brindar felicidad a las demás personas.

Conclusiones

La dependencia emocional según las investigaciones presentadas anteriormente es un factor de riesgo a largo plazo, este deseo o necesidad de apego excesivo hacia un objeto o una persona trae consigo aspectos negativos para la persona y sus familiares, provocando angustia, miedo a la soledad, baja autoestima, y de tal forma afectará el estilo de vida de los adolescentes más aún en esta etapa donde son vulnerables y deberían de estar en su mejor momento, aprovechar su vida al máximo, viajar, experimentar y no depender de una persona para lograr sus objetivos y metas.

Se pudo evidenciar y dar a conocer las características que se presentan en una persona con dependencia emocional, lo agravante que puede llegar a ser un sentimiento de apego exagerado hacia su pareja, como se demostró en las investigaciones puede alterar de manera muy significativa el estado de ánimo, cambios conductuales, autolesiones, sentimientos de culpabilidad y una perspectiva errónea de la vida, provocando daños a nivel familiar social, e interpersonal.

De acuerdo con lo investigado se pudo establecer la relación existente entre la dependencia emocional y el suicidio, ya que una persona dependiente cuando termina con su relación amorosa presenta ideas recurrentes e irracionales, pensamientos negativos constantes que generan malestar como baja autoestima, ira, desconfianza, sienten que quieren morir si no están con la persona a la que desean descontroladamente, esto no permite llevar una vida normal, hasta el punto de pensar que su vida no tiene sentido y atentan contra su propia integridad física y en el peor de los casos tomen la decisión de suicidarse.

Se debe mencionar también que la infancia es una etapa de gran importancia para prevenir una dependencia emocional, en donde los progenitores y cuidadores deberían estar siempre presentes brindando apoyo constante, sería conveniente tener una cita periódica a un profesional de la salud mental, para evitar problemas a futuro en el área psicológica, y de esta manera reforzar las virtudes y aspectos positivos de nuestros hijos y brindarles herramientas necesarias para que tengan un mejor estilo de vida, motivarles a hacer deporte, a seguir sus metas y cumplir con sus objetivos de vida.

Por los motivos ya mencionados como recomendación sugiero que se debería dar más importancia a la salud mental, a la visita constante a un profesional para que pueda brindar ayuda especializada, ya que las personas antes de quitarse la vida suelen dar señales, las cuales los familiares pueden interpretar o identificar y así acudir a un psicólogo clínico y poder brindar

algún tratamiento en ayuda del adolescente dependiente de su pareja, de esta forma reducir el daño que está atravesando tanto para él y su familia, de esta manera evitar consecuencias fatales.

El área psicológica es de mucha importancia para tener un mejor estilo de vida, mejorar como personas, potenciar nuestras capacidades, tener nuestra mente ocupada en proyectos positivos, educarnos y estudiar para adquirir mejores herramientas cuando tengamos que atravesar cualquier tipo de dificultad, por todos estos aspectos mi recomendación es acudir de manera periódica a un profesional de salud mental, dar la importancia que se merece a esta rama que en la actualidad pasa desapercibida, no cuenta con el apoyo necesario por el área de salud pero que ha salvado muchas vidas.

Bibliografía

- Ardila, J. (2020). *PRINCIPALES CAUSAS DE IDEACIÓN SUICIDA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ*. Obtenido de Microsoft Word - Proyecto de Grado corregido.docx: https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/18105/2/2020_principales_ideacion_suicida.pdf
- Bazán, J., Olórtégui, V., Vargas, H., & Huayanay, L. (2016). *Prevalencia y factores asociados con la conducta suicida en adolescentes de Lima rural*. Obtenido de Scielo: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972016000100002
- Benavides, V., Villota, N., & Villalobos, F. (2019). *Conducta suicida en Colombia: Una revisión sistemática*. Recuperado el Octubre de 2021, de Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 24, 181-195, 2019: https://www.aepcp.net/wp-content/uploads/2020/04/30446_Psicopatologia_Vol_24_N3_WEB_Parte7.pdf
- Campo, A. (2018). *SUICIDIOS EN QUITO, ECUADOR. ETNOGRAFÍA DE LA MUERTE AUTOINFLIGIDA DESDE INTERPRETACIONES DE LA VIDA*. Recuperado el Octubre de 2021, de <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/664098/alca1de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=En%20el%20Distrito%20Metropolitano%20de,detectado%20en%20la%20regi%C3%B3n%20latinoamericana>
- Cañete, M., & Díaz, L. (2019). *La dependencia emocional y su relación con el sexismo en adolescentes*. Recuperado el Octubre de 2021, de https://www.researchgate.net/publication/336823543_La_dependencia_emocional_y_su_relacion_con_el_sexismo_en_adolescentes
- Calle, R. I. (2020). *Las cifras de suicidio llega a 226 en 2020*. Obtenido de Radio la calle: <https://radiolacalle.com/cifras-de-suicidios-ecuador-aumentaron-durante-pandemia/>
- Castillo, E. (2017). *Dependencia emocional, estrategias de afrontamiento al estrés y depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja de la ciudad de Chiclayo*. Recuperado el Noviembre de 2021, de Revista científica PAIAN: <http://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/735>

- Castro, M. (2017). *La influencia de los estilos parentales en la dependencia emocional hacia la pareja en madres adolescentes de 15 a 18 años del hospital Gineco-Obstétrico "Isidro Ayora"*. Recuperado el Octubre de 2021, de La influencia de los estilos parentales en la dependencia emocional hacia la pareja en madres adolescentes de 15 a 18 años del hospital Gineco-Obstétrico "Isidro Ayora": <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7477/1/T-UCE-0007-133c.pdf>
- Cifuentes, J., & Rodriguez, L. (2019). *Nivel de dependencia emocional en las relaciones de parejas*. Recuperado el Noviembre de 2021, de <https://repositorio.iberu.edu.co/handle/001/917>
- de la Villa., M., Garcia, A., & Cuetos, G. (2017). *Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles*. Recuperado el Octubre de 2021, de Redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/2451/245153986004.pdf>
- Espiella, R. (2018). *Terapia de pareja: abordaje sistémico*. Obtenido de Scielo: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502008000500014
- Esteves, A., & Paredes, R. (Junio de 2020). *Habilidades sociales en adolescentes y funcionalidad familiar*. Obtenido de Scielo: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682020000100016
- Gomez, A., Núñez, C., & Agudelo, M. (2020). *Riesgo suicida y su relación con la inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios*. Recuperado el Octubre de 2021, de Terapia Psicológica: <https://teps.cl/index.php/teps/article/view/364>
- Guzman, M., Carrasco, N., & Vilca, D. (2016). *Estilos de Apego y Dificultades* Gonzales, A., Guerra, T., & Rodriguez, C. (2021). *Violencia y dependencia emocional en parejas adolescentes de educación secundaria de la región Huancavelica*. Recuperado el Noviembre de 2021, de Revista Espacios: <http://www.revistaespacios.com/a21v42n05/21420507.html>
- Hernández, E., López, A., & Echeverria, A. (2019). *Caracterización del apego infantil y el apego conyugal en un grupo de embarazadas primerizas ingresadas en hogares maternos*. Recuperado el Noviembre de 2021, de Scielo: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782019000200001

- Laca, F., & Mejía, J. (2017). *Redalyc*. Recuperado el Octubre de 2021, de Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja: <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161006.pdf>
- Londoño , N., & Zapata, J. (2017). *Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional*. Recuperado el Octubre de 2021, de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5229797>
- OMS. (2021). *Organizacion Mundial de la Salud*. Obtenido de Organizacion Mundial de la Salud: [https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/infographic/es/Mercurio, E. \(2020\). El Mercurio . Obtenido de Cuenca es la segunda ciudad de Ecuador con más intentos de suicidio: \[https://elmercurio.com.ec/2020/11/24/cuenca-es-la-segunda-ciudad-de-ecuador-con-mas-intentos-de-suicidio/?fbclid=IwAR1U8Bx38x_RiVdxTho8_YxU55bFniNYN2biG16YOubJYzeLlemOQaDObjc\]\(https://elmercurio.com.ec/2020/11/24/cuenca-es-la-segunda-ciudad-de-ecuador-con-mas-intentos-de-suicidio/?fbclid=IwAR1U8Bx38x_RiVdxTho8_YxU55bFniNYN2biG16YOubJYzeLlemOQaDObjc\)](https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/infographic/es/Mercurio, E. (2020). El Mercurio . Obtenido de Cuenca es la segunda ciudad de Ecuador con más intentos de suicidio: https://elmercurio.com.ec/2020/11/24/cuenca-es-la-segunda-ciudad-de-ecuador-con-mas-intentos-de-suicidio/?fbclid=IwAR1U8Bx38x_RiVdxTho8_YxU55bFniNYN2biG16YOubJYzeLlemOQaDObjc)
- Pantoja. (2016). *Dependencia Emocional e Ideación Suicida en mujeres víctimas de violencia atendidas en una comisaria de la familia, del distrito de Independencia*. Recuperado el Noviembre de 2021, de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/1206/Pantoja_VKM.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Puerto, S., Rojas, J., Villamizar, M., Urrego, L., & Vargas , J. (2018). *El suicidio de indígenas desde la determinación social en salud**. Recuperado el Octubre de 2021, de redalyc: redalyc.org/jatsRepo/120/12055658007/12055658007.pdf
- Rios, A. (2016). *Repositorio Institucional*. Recuperado el 08 de 2021, de Dependencia emocional según la teoría de Jorge Castelló: un estudio de caso: <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/1881>
- Rocha , B., Umbarila, J., & Meza, M. (2019). *Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia*. Recuperado el Noviembre de 2021, de Scielo: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862019000100013

- Roque, J. (2019). *DEPENDENCIA EMOCIONAL EN PAREJAS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE HUANCAYO*. Recuperado el Octubre de 2021, de http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/9793/1/2019_Roque-Zeballos.pdf
- Ruiz , A., & Socorro, M. (2018). *Dependencia emocional: Características e intervención, análisis de dos casos clínicos*. Obtenido de Repositorio digital: <http://eprints.uanl.mx/id/eprint/3806>
- Sirvent, C., Ovejero, A., & Cuetos, G. (2018). Recuperado el Octubre de 2021, de Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-48082018000300156&script=sci_arttext&tlng=en
- Sirvent, C., & Ovejero, A. (2018). *Moral Maria de la Villa*. Recuperado el Octubre de 2021, de Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_isoref&pid=S0718-48082018000300156&lng=es&tlng=en
- Silva , I. (2017). *La adolescencia y su interrelación con el entorno*. Recuperado el Noviembre de 2021, de [injuve: http://www.injuve.es/sites/default/files/LA%20ADOLESCENCIA%20y%20%20entorno_completo.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/LA%20ADOLESCENCIA%20y%20%20entorno_completo.pdf)
- Tabares, A., Nuñez, C., & Osorio, M. (2020). *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*. Recuperado el Octubre de 2021, de Riesgo e Ideación Suicida y su Relación con la Impulsividad y la Depresión en Adolescentes Escolares: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4596/459664448014/459664448014.pdf>
- Universo, E. (2021). *El Universo*. Obtenido de El Universo: <https://www.eluniverso.com/noticias/seguridad/el-suicidio-es-la-principal-causa-de-muerte-de-adolescentes-en-ecuador-nota/>
- Urbilola, I., & Estévez , A. (2017). *Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género*. Recuperado el Octubre de 2021, de Elsevier: <https://www.elsevier.es/es-revista-ansiedad-estres-242-articulo-dependencia-emocional-jovenes-relacion-con-S1134793716300537>

Glosario

Autodestructiva: Una conducta autodestructiva es una acción que el individuo realiza para poner en riesgo su vida. Las conductas autodestructivas pueden ser directas o indirectas. Cuando son directas, el individuo tiene como meta principal dañarse a sí mismo; un ejemplo extremo pero muy claro es el suicidio.

Inadaptada: Se refiere a la persona que no se adapta a ciertas condiciones o circunstancias o a la sociedad en que vive.

Disruptivas: Que produce una interrupción súbita de algo.

Patológicos: Que constituye enfermedad o es síntoma de ella.

Distorsionados: Alterar la forma de una cosa, deformar la realidad distorsionó lo sucedido para que no se descubriese que había estado presente.

Auto negligencia: definida como la falta de capacidad (intencionada o no intencionada) para mantener los estándares de autocuidado social y culturalmente aceptados, lo que puede suponer consecuencias graves para la propia salud.

Idealización: es el proceso por el cual los modelos científicos asumen hechos sobre los fenómenos que se modelan que son ciertamente falsos. Frecuentemente, los principios asumidos se utilizan para hacer que estos modelos sean más sencillos de comprender o resolver.

Recíproco: Que se da o se dirige a otro y que a su vez se recibe de este en la misma medida.

ADRIAN DANILO TORRES OCHOA portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0105474563**. En calidad de autor/a y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“DEPENDENCIA EMOCIONAL COMO FACTOR DE RIESGO EN PAREJAS ADOLESCENTES CON IDEACIÓN SUICIDA”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **30 de noviembre de 2021**



F:

ADRIÁN DANILO TORRES OCHOA

C.I. 0105474563