

**Influencia del apego parental en la formación de dependencia emocional en adultos jóvenes: una aproximación conceptual.**

**Autoras:**

Diana Marcela Peña Reyes ID: 860438  
Diana Carolina Medina Quiñones ID: 848995

**Director:**

Juan Carlos Valderrama C

Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO  
Rectoría Bogotá, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales  
Programa de Psicología modalidad Distancia

Fecha: 15 agosto de 2023

## Resumen

### **Antecedentes:**

Los estilos de apego desarrollados en la infancia han sido identificados como factores relevantes en la configuración de la dependencia emocional durante la adultez joven. La literatura actual sugiere que esta relación puede estar mediada por mecanismos psicológicos y factores contextuales que actúan como riesgos o protecciones.

### **Métodos:**

Esta investigación se basó en una revisión narrativa de 35 artículos científicos, seleccionados de las bases Scopus y Dialnet mediante una búsqueda sistemática con filtros de idioma, acceso abierto y año de publicación (2010–2024). Se aplicaron criterios de inclusión centrados en estudios teóricos o empíricos relacionados con adultos jóvenes y contextos no clínicos. La información fue organizada en una matriz de análisis, lo que permitió identificar categorías temáticas y patrones comunes a partir de un enfoque cualitativo y reflexivo. Para la presentación de los resultados y el análisis de la información, se emplearon tanto tablas como diagramas elaborados con software especializado en diagramación. Estos recursos permitieron sintetizar los datos de forma visual, facilitar su comprensión y resaltar las relaciones clave entre los elementos estudiados.

### **Resultados:**

Los artículos se clasificaron en una matriz de análisis de contenido, complementada con tablas y gráficos, lo que permitió identificar la relación entre el apego parental y la dependencia emocional en la adultez joven. Se encontraron factores asociados como los estilos de apego, las diferencias de género, el uso de redes sociales, el funcionamiento familiar y los instrumentos psicométricos empleados. La mayoría de los estudios revisados correspondieron a diseños cuantitativos, transversales y correlacionales. El análisis mostró que el apego parental se asocia con la dependencia emocional en esta etapa del ciclo vital,

mediado por mecanismos e influido por factores de riesgo y de protección, lo que refleja la complejidad de esta relación.

**Discusión:**

Los hallazgos respaldan la influencia del apego temprano en la configuración de los vínculos afectivos durante la adultez joven, evidenciando que esta relación está modulada por factores como la autoestima, la ansiedad por separación, la regulación emocional y el funcionamiento familiar. Estos elementos no solo explican trayectorias diferenciadas en el desarrollo emocional, sino que también subrayan la importancia de una comprensión integradora del fenómeno, capaz de orientar intervenciones que fortalezcan los recursos psicológicos y contextuales de las personas.

**Palabras clave:** Apego parental, dependencia emocional, adultez joven, mecanismos psicológicos.

## Abstract

### **Background:**

Attachment styles formed in childhood are significant in shaping emotional dependency during young adulthood. Evidence suggests this relationship is mediated by psychological mechanisms and contextual factors that may function as risks or protective influences.

### **Methods:**

A narrative review of 35 scientific articles was conducted using Scopus and Dialnet databases. A systematic search was performed with filters for language, open access, and publication year (2010–2024). Inclusion criteria targeted theoretical or empirical studies involving young adults in non-clinical settings. Data were organized in a content analysis matrix to identify thematic categories and recurring patterns through a qualitative, reflective approach. Results and data analysis were presented using tables and diagrams generated with specialized diagramming software. These tools facilitated the visual synthesis of information, enhanced interpretability, and highlighted key relationships among the studied variables.

### **Results:**

Studies were categorized within a content analysis matrix, supplemented by tables and graphs. Key findings revealed a link between parental attachment and emotional dependency in young adulthood. Associated factors included attachment styles, gender differences, social network use, family functioning, and the psychometric instruments applied. Most studies employed quantitative, cross-sectional, and correlational designs. Parental attachment was found to be associated with emotional dependency, mediated by specific mechanisms and influenced by risk and protective factors, illustrating the complexity of this relationship.

### **Discussion:**

Findings confirm the role of early attachment in shaping affective bonds in young adulthood, with modulation by self-esteem, separation anxiety, emotional regulation, and family functioning. These factors explain differing emotional development trajectories and emphasize the need for an integrative understanding to guide interventions aimed at enhancing psychological and contextual resources.

**Keywords:** Parental attachment, emotional dependency, young adulthood, psychological mechanisms.

## Contenido

Resumen .....	2
Abstract .....	4
Contenido .....	6
Lista de tablas.....	7
Lista de figuras.....	8
Introducción .....	9
Planteamiento del problema .....	10
Justificación .....	12
Antecedentes teóricos .....	13
Objetivos.....	16
Objetivo General .....	16
Objetivos Específicos .....	16
Línea de investigación.....	16
Tipo de investigación.....	16
Metodología .....	17
Técnicas de recolección de información .....	18
Técnicas de análisis de información.....	19
Consideraciones éticas.....	20
Resultados y análisis .....	20
Conclusiones.....	33
Referencias .....	35

## Lista de tablas.

Tabla 1. Artículos incluidos en la revisión

Tabla 2. Apego parental en la infancia

Tabla 3. Dependencia emocional en la adultez joven

Tabla 4. Mecanismos psicológicos

## Lista de figuras.

Figura 1. Autores y temáticas que tienen relación entre postulados o posturas.

Figura 2. Apego parental y su relación con los factores mediadores y/o moduladores.

Figura 3. Dependencia emocional y su relación con los factores mediadores y/o moduladores

Figura 4. Apego en la infancia y dependencia emocional en la adultez joven.

## Introducción

En la adultez joven, las relaciones afectivas constituyen un componente fundamental del bienestar psicológico. No obstante, ciertos patrones vinculares disfuncionales, como la dependencia emocional, pueden interferir significativamente en el establecimiento de relaciones saludables, afectando la autonomía personal, la toma de decisiones y la autoestima (de la Villa-Moral Jiménez et al., 2018; Santos & Camargo, 2024). Este fenómeno, definido por una necesidad excesiva de afecto, un temor persistente al abandono y una tendencia a la sumisión frente a la figura afectiva ha adquirido creciente relevancia en la investigación psicológica, especialmente en los campos clínico y del desarrollo, debido a sus implicaciones para la salud mental y el funcionamiento interpersonal.

Desde la psicología del desarrollo, se ha planteado que estos patrones afectivos no se originan exclusivamente en la adultez, sino que tienen raíces profundas en la infancia, particularmente en la calidad del apego parental desarrollado con las figuras de cuidado (Momeñe & Estévez, 2018; Urbiola et al., 2019). El estilo de apego establecido en los primeros años de vida moldea los modelos internos de relación, que condicionan cómo los individuos interpretan y responden a los vínculos afectivos en etapas posteriores (Barbarias-García et al., 2024; Valle & de la Villa-Moral, 2018).

Investigaciones recientes han evidenciado una asociación entre los estilos de apego inseguro y la propensión a desarrollar dependencia emocional en la adultez temprana. No obstante, esta relación no es lineal ni uniforme: diversos factores de riesgo y protección intervienen como variables mediadoras, entre ellos, la autoestima, la regulación emocional, el soporte social y el contexto familiar (Tirado et al., 2023; Santos et al., 2024).

En la actualidad, el campo enfrenta debates sobre la necesidad de enfoques más integrales que consideren no solo el apego parental y la dependencia emocional como variables independientes, sino

también los factores que median esta relación. Además, se identifican barreras relacionadas con la diversidad contextual y cultural que pueden influir en estos fenómenos, así como desafíos para definir estrategias prácticas de intervención clínica y psicoeducativa. Frente a esta complejidad teórica y práctica, surge la necesidad de abordar el tema desde una mirada comprensiva. En este sentido, la presente investigación plantea la siguiente pregunta:

¿Cuál es la relación entre el apego parental en la infancia y los patrones de dependencia emocional en la adultez, y qué factores de riesgo y protección median esta relación?

Abordar esta pregunta es relevante, ya que permite comprender la etiología de la dependencia emocional desde una mirada evolutiva, así como identificar elementos que podrían guiar procesos de prevención y acompañamiento emocional. Una revisión narrativa ofrece una vía idónea para integrar diversos enfoques teóricos y hallazgos empíricos, construyendo así un marco comprensivo para el análisis de este vínculo complejo.

## Planteamiento del problema

El establecimiento de vínculos afectivos saludables en la adultez se encuentra estrechamente relacionado con las experiencias tempranas de apego parental, especialmente cuando estas se caracterizan por interacciones inseguras o disruptivas. Este tipo de interacciones incluye la negligencia emocional, la sobreprotección ansiosa o la inconsistencia afectiva, y pueden generar en el infante una base de inseguridad frente a la disponibilidad del cuidador, lo que impacta negativamente su modelo interno de relación (Barbarias-García et al., 2024; Momeñe & Estévez, 2018; Urbiola et al., 2019). Estas experiencias configuran esquemas de vinculación que persisten a lo largo del desarrollo, afectando la manera en que los individuos se relacionan en contextos afectivos posteriores (Bowlby, 1982; Olaso Sainz, 2022).

A su vez, la dependencia emocional en la adultez ha sido identificada como una problemática relevante que compromete la calidad de las relaciones interpersonales y afecta de manera significativa la salud mental de quienes la experimentan (Nieto Muyulema & Ordoñez Berrezueta, 2023). Este fenómeno se manifiesta en una necesidad excesiva de afecto, temor persistente al abandono, dificultad para tomar decisiones de forma autónoma y sumisión afectiva, lo cual limita el desarrollo de relaciones sanas y equitativas (Santos & Camargo, 2024).

Aunque ambos fenómenos han sido abordados con profundidad en la literatura, suelen analizarse de manera separada. La mayoría de los estudios se han centrado, por un lado, en los efectos del apego parental sobre el desarrollo psicológico y, por otro, en las consecuencias individuales y relacionales de la dependencia emocional. No obstante, aún persiste una brecha significativa en la comprensión de cómo estos dos fenómenos se interrelacionan y qué mecanismos psicológicos podrían mediar dicha conexión (Nieto Muyulema y Ordoñez Berrezueta, 2023).

Actualmente, el campo enfrenta importantes desafíos metodológicos y teóricos que dificultan una comprensión integral de esta relación. Entre ellos se destacan la ausencia de un consenso claro respecto a los factores psicológicos y contextuales que median el vínculo entre apego y dependencia emocional, la escasa consideración de variables culturales y de género, así como las dificultades para trasladar los hallazgos científicos a prácticas de intervención clínica o psicoeducativa concretas y culturalmente sensibles.

Esta carencia de un marco integrador limita el desarrollo de estrategias preventivas y terapéuticas eficaces que aborden la dependencia emocional desde una perspectiva evolutiva, considerando las raíces vinculares de la problemática. En consecuencia, se vuelve pertinente y necesario realizar una revisión narrativa que recoja y articule la evidencia existente, identifique los vacíos en el conocimiento actual y proponga orientaciones para futuras investigaciones.

Desde esta perspectiva, el presente estudio se propone analizar la relación entre el apego parental en la infancia y la dependencia emocional en adultos, atendiendo particularmente a los factores de riesgo y protección que podrían mediar dicha relación. Con ello, se busca contribuir al fortalecimiento del marco teórico disponible y a la comprensión integral de este fenómeno desde una perspectiva psicológica del desarrollo.

## Justificación

La elección del presente tema responde al interés por comprender cómo las experiencias tempranas de apego parental, particularmente aquellas caracterizadas por vínculos inseguros o disruptivos, influyen en la forma en que las personas construyen y mantienen relaciones afectivas en la adultez. La literatura en psicología del desarrollo ha señalado que los estilos de apego constituyen esquemas relacionales que configuran la percepción del yo y de los demás, y que persisten como modelos internos de operación a lo largo del ciclo vital (Bowlby, 1982; Ainsworth et al., 1978; Olaso Sainz, 2022).

Por su parte, la dependencia emocional ha cobrado creciente atención como un fenómeno que compromete el bienestar psicológico, al manifestarse en una necesidad excesiva de afecto, miedo al abandono, baja autoestima, sumisión relacional y dificultad para establecer límites emocionales (de la Villa-Moral Jiménez et al., 2018; Santos & Camargo, 2024). Estos patrones afectivos suelen mantenerse en relaciones interpersonales disfuncionales y tienen implicaciones importantes en el desarrollo de problemáticas como el maltrato psicológico, la impulsividad afectiva, los celos obsesivos o el aislamiento emocional (Estévez et al., 2018; Nieto Muyulema & Ordoñez Berrezueta, 2023).

Aunque el apego y la dependencia emocional han sido ampliamente abordados en la literatura de forma independiente, aún persiste un vacío en el análisis articulado de estos fenómenos. Diversos estudios recientes han señalado la existencia de factores psicológicos mediadores y moderadores que influyen en dicha relación, como la autoestima, la regulación emocional, los esquemas cognitivos disfuncionales, el

apoyo social o incluso la impulsividad y el estilo de afrontamiento (Barbarias-García et al., 2024; Tirado et al., 2023; Urbiola et al., 2019).

En este sentido, el presente trabajo asume la ruta mediadora como perspectiva central, al considerar que el vínculo entre el apego parental y la dependencia emocional no es directo ni determinista, sino condicionado por múltiples variables intervinientes. Esta postura teórica resulta más acorde con la evidencia empírica disponible y permite construir una comprensión más compleja, contextualizada y útil para orientar acciones clínicas y psicoeducativas.

Una revisión narrativa constituye la estrategia metodológica más adecuada para abordar esta relación desde un enfoque integrador, ya que permite recuperar aportes provenientes de diversas disciplinas y enfoques teóricos, sin restringirse a un único modelo explicativo. Asimismo, esta revisión busca identificar vacíos en el conocimiento actual y ofrecer una base teórica sólida para el desarrollo de estrategias de intervención preventiva que consideren las raíces vinculares de las relaciones afectivas disfuncionales.

Por tanto, esta investigación tiene valor no solo en términos académicos, sino también prácticos, al contribuir al análisis de los factores tempranos que condicionan la salud emocional en la adultez, y al aportar elementos para la construcción de vínculos más sanos y conscientes desde una perspectiva evolutiva.

## Antecedentes teóricos

La comprensión de las relaciones afectivas en la adultez joven ha despertado un creciente interés en la literatura psicológica, particularmente cuando estas relaciones presentan dinámicas disfuncionales, como la dependencia emocional. Este fenómeno, caracterizado por una necesidad excesiva de afecto, miedo al abandono y dificultades para establecer autonomía dentro del vínculo, ha sido identificado como un factor que compromete significativamente la salud emocional y la calidad de las relaciones

interpersonales (de la Villa-Moral Jiménez et al., 2018). Diversas investigaciones han propuesto que sus raíces pueden encontrarse en las experiencias tempranas de apego, especialmente aquellas marcadas por inseguridad, negligencia o disrupción emocional.

El concepto de apego fue desarrollado inicialmente por Bowlby (1982/1969), quien propuso que los vínculos establecidos con las figuras de cuidado durante la infancia configuran modelos internos de operación que influyen de manera persistente en el comportamiento afectivo a lo largo del ciclo vital. Ainsworth et al. (1978) ampliaron esta teoría al identificar estilos específicos de apego —seguro, evitativo, ambivalente y desorganizado—, en función de la sensibilidad y disponibilidad percibida por parte del cuidador principal.

Estudios contemporáneos han reforzado estos planteamientos, mostrando cómo los estilos de apego inseguros pueden predisponer a patrones afectivos desadaptativos en etapas posteriores del desarrollo. Olaso Sainz (2020), por ejemplo, resalta que los vínculos inseguros dificultan el establecimiento de relaciones autónomas y saludables en la adultez joven. Diversos estudios han señalado que una crianza marcada por negligencia, inestabilidad emocional o baja sensibilidad puede aumentar la vulnerabilidad psicológica del individuo, favoreciendo el desarrollo de vínculos afectivos ansiosos o dependientes (Guevara et al., 2019; Ruiz et al., 2021; Urbiola et al., 2019; Herrera-Rodríguez et al., 2020).

Desde esta perspectiva, la dependencia emocional puede entenderse como una expresión compleja de desajuste afectivo, que se manifiesta en la necesidad constante de aprobación, conductas de sumisión y ansiedad intensa ante la posibilidad de pérdida del otro (Santos & Camargo, 2024; Barbarias-García et al., 2024). Nieto Muyulema y Ordoñez Berrezueta (2023) subrayan que estas características no solo afectan la estabilidad emocional de quienes las experimentan, sino que también incrementan la probabilidad de establecer relaciones interpersonales disfuncionales, incluso de tipo abusivo.

No obstante, la relación entre el apego inseguro y la dependencia emocional no puede asumirse como lineal ni determinista. La literatura actual señala la existencia de factores psicológicos intervinientes

que median o modulan dicha relación, entre los que se destacan la autoestima, los estilos de afrontamiento, el apoyo social percibido, la regulación emocional y la impulsividad (Tirado et al., 2023; Estévez et al., 2018). Ruiz-García et al. (2021), por ejemplo, identifican que ciertos perfiles de ansiedad por separación en la adultez se relacionan estrechamente con patrones de apego ambivalente o desorganizado desarrollados durante la infancia.

A pesar de estos avances, persiste una fragmentación teórica y metodológica en el abordaje de estos fenómenos. Mientras algunas investigaciones se centran exclusivamente en el estudio del apego, otras abordan la dependencia emocional como un constructo aislado, sin considerar los mecanismos psicológicos que podrían articular ambos fenómenos (Adorian et al., 2024). Esta falta de integración limita el desarrollo de modelos comprensivos e intervenciones eficaces, y subraya la necesidad de enfoques que contemplen tanto el origen evolutivo como los factores contextuales que influyen en las trayectorias afectivas de los individuos.

En este sentido, resulta pertinente avanzar hacia un marco integrador que articule el desarrollo temprano del apego con la emergencia de patrones afectivos como la dependencia emocional, sin obviar los factores mediadores o moduladores que inciden en esta relación. Diversas investigaciones coinciden en señalar que variables como la autoestima, la regulación emocional, la impulsividad o el soporte social funcionan como mecanismos psicológicos intervinientes que condicionan la forma en que los vínculos de apego se reflejan en la adultez. Esta ruta mediadora permite superar explicaciones deterministas y construir una mirada más amplia, evolutiva y contextualizada del desarrollo afectivo. Desde esta perspectiva, se vuelve necesario revisar críticamente la literatura con el fin de comprender cómo se relacionan el apego parental en la infancia, la dependencia emocional en la adultez joven y los factores que median o modulan esta relación.

## Objetivos

### Objetivo General

Analizar, a partir de una revisión narrativa de la literatura, cómo los estilos de apego parental desarrollados en la infancia se relacionan con la dependencia emocional en la adultez joven, considerando los mecanismos psicológicos y los factores de riesgo y protección que median o modulan dicha relación.

### Objetivos Específicos

- Examinar los principales estilos de apego parental en la infancia y su relevancia en el desarrollo emocional desde una perspectiva psicológica, a partir del análisis de la literatura especializada.
- Analizar las características psicológicas, afectivas y comportamentales de la dependencia emocional en la adultez joven, mediante el estudio de fuentes teóricas y empíricas relevantes.
- Identificar los mecanismos psicológicos, así como los factores que modulan la relación entre los estilos de apego infantil y la dependencia emocional en la adultez joven, a partir de una revisión narrativa de la literatura.

## Línea de investigación

Comportamiento, Cognición y Desarrollo Humano

## Tipo de investigación

La presente investigación, centrada en analizar la relación entre el apego parental desarrollado en la infancia y la dependencia emocional en la adultez joven, se enmarca en un estudio de tipo cualitativo, ya que su propósito es comprender, interpretar y analizar información relevante sobre un fenómeno psicológico desde una perspectiva comprensiva, sin recurrir a procedimientos estadísticos ni cuantificación de datos. El enfoque cualitativo permite explorar en profundidad la producción teórica existente, atendiendo a los significados, contextos y construcciones psicológicas presentes en la literatura (Hernández et al., 2022).

En cuanto al diseño metodológico, se trata de una revisión narrativa de la literatura, orientada a identificar, organizar e interpretar los hallazgos más significativos relacionados con el objeto de estudio. Este tipo de revisión no se limita a describir o resumir los estudios existentes, sino que permite construir un análisis integrador y crítico que articule diferentes perspectivas teóricas y empíricas, favoreciendo una comprensión holística del fenómeno investigado (Creswell, 2017).

Este diseño resulta especialmente útil en el campo de la psicología, ya que facilita el análisis profundo de conceptos complejos como el apego y la dependencia emocional, así como la identificación de variables mediadoras o moduladoras que intervienen en su relación. Además, es adecuado para una monografía de pregrado, en tanto permite el desarrollo de habilidades investigativas centradas en el análisis documental, la argumentación conceptual y la reflexión crítica.

## Metodología

La presente monografía se fundamenta en una revisión narrativa de la literatura especializada, cuyo objetivo es explorar, integrar y analizar de forma crítica la relación entre el apego parental en la infancia y la dependencia emocional en la adultez joven, considerando los factores psicológicos que podrían mediar o modular dicha relación. Esta revisión permite examinar estudios teóricos y empíricos desde diferentes enfoques, sin restringirse a una sola línea metodológica, lo que resulta idóneo para el estudio de fenómenos multidimensionales como los vínculos afectivos y sus trayectorias evolutivas (Snyder, 2019).

El procedimiento metodológico se desarrolló en tres fases principales. En primer lugar, se formuló la pregunta orientadora de la revisión: ¿Cuál es la relación entre los estilos de apego parental desarrollados en la infancia y los patrones de dependencia emocional en la adultez joven, y qué factores psicológicos

median o modulan dicha relación? En segundo lugar, se establecieron los criterios de inclusión y exclusión de los estudios a revisar. Finalmente, se seleccionaron los textos más relevantes a partir de una lectura sistemática de los resúmenes, objetivos y marcos conceptuales de los artículos identificados.

## Técnicas de recolección de información

Para sustentar esta revisión narrativa, se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos Scopus y Dianlet utilizando términos clave como “disorganized attachment”, “emotional dependence”, “young adulthood” y apego, “dependencia emocional”. Se aplicaron filtros de acceso abierto, idioma (español e inglés) y fecha de publicación (2010 a 2024), con el fin de asegurar la pertinencia y actualidad de los documentos seleccionados. No obstante, al utilizar el término de búsqueda “dependencia emocional” en español e inglés se obtuvieron inicialmente un número amplio de artículos. En concreto se pasó de un total aproximado de 10 artículos de Scopus y 29 artículos de Dialnet a un total de 33 artículos, dado que, no se pudo acceder al texto completo de los 6 artículos restantes.

Como criterios de inclusión, se consideraron artículos que abordaron de forma teórica o empírica la relación entre estilos de apego infantil y dependencia emocional en contextos no clínicos, con especial énfasis en poblaciones de adultos jóvenes. Se excluyeron estudios centrados exclusivamente en niños, adolescentes, adultos mayores o poblaciones clínicas específicas.

Tras aplicar estos criterios, se realizó una lectura crítica de los documentos, priorizando aquellos que ofrecían aportes significativos para el análisis de variables mediadoras, estilos de apego, factores psicosociales asociados y características de la dependencia emocional. La información extraída se organizó en una matriz de análisis para facilitar su interpretación y articulación teórica.

## Técnicas de análisis de información

El análisis de la información en esta monografía se desarrolló desde un enfoque cualitativo, mediante una revisión narrativa de literatura orientada a interpretar y articular los aportes teóricos y empíricos más relevantes sobre la relación entre el apego parental en la infancia y la dependencia emocional en la adultez joven. El propósito no fue cuantificar resultados, sino construir una comprensión crítica del fenómeno desde los marcos conceptuales disponibles en la literatura especializada.

Para facilitar el proceso de análisis, se elaboró un formato de matriz de análisis, en el que se sistematizó la información extraída de cada artículo seleccionado. Esta herramienta permitió organizar los estudios en función de variables clave como los estilos de apego, las dimensiones de la dependencia emocional, los factores psicológicos mediadores o moduladores (como la autoestima, la regulación emocional o la impulsividad) y los principales hallazgos identificados.

El uso de la matriz posibilitó una lectura comparativa y estructurada de los textos, favoreciendo la identificación de patrones conceptuales, convergencias y vacíos teóricos. La información fue posteriormente integrada en el desarrollo de los resultados, mediante un proceso de análisis temático y argumentativo que articuló los contenidos de forma progresiva en torno a tres ejes: el apego parental, la dependencia emocional en la adultez joven y los factores intervinientes entre ambos fenómenos.

No se emplearon herramientas automatizadas ni software especializado, ya que la naturaleza del estudio y el volumen de información permitieron un tratamiento manual riguroso. La estrategia de análisis elegida resultó adecuada para una revisión narrativa, al propiciar una síntesis reflexiva y comprensiva de los datos, coherente con los objetivos propuestos y con el enfoque interpretativo del trabajo.

## Consideraciones éticas

La presente investigación se enmarca en una revisión narrativa de literatura, por lo tanto, no implica la recolección de datos primarios ni la participación directa de personas. En consecuencia, no requiere la aplicación de consentimiento informado ni la aprobación por parte de un comité de ética. No obstante, se acoge a los principios éticos fundamentales que orientan la actividad académica y la producción de conocimiento en psicología.

Se observa el cumplimiento de los principios de honestidad académica, rigurosidad conceptual y responsabilidad profesional, asegurando que todos los contenidos provienen de fuentes confiables y se encuentran debidamente citados según las normas del estilo APA (séptima edición). Se reconoce la autoría intelectual de los autores consultados y se evita cualquier forma de plagio o uso inadecuado de la información.

El tratamiento de contenidos sensibles relacionados con los vínculos afectivos, el apego, la dependencia emocional y la salud mental se realiza desde una perspectiva ética, crítica y respetuosa. Esta investigación se orienta por los lineamientos del Código Deontológico y Bioético del Psicólogo en Colombia (Ley 1090 de 2006), especialmente en lo que refiere al compromiso con la verdad, la integridad científica y el uso socialmente responsable del conocimiento.

## Resultados y análisis

En la revisión realizada, se identificaron 39 artículos relevantes sobre la relación entre apego y dependencia emocional, de los cuales 31 pudieron ser analizados en detalle y 6 no se incluyeron en la tabla principal porque no fue posible acceder al documento (Momeñe, 2021; Irache, 2019; Arroyo, 2021; Vega, 2023; De los reyes, 2021; Yárnoz, 2010.) Cabe aclarar que la razón principal para no incluir estos artículos fue la imposibilidad de acceder al texto completo, ya sea por restricciones editoriales, falta de

suscripciones institucionales o problemas técnicos en las plataformas de origen, en total se incluyeron en las tablas de análisis (8) artículos de Scopus y (23) de Dialnet.

Por otra parte, se realizó una síntesis detallada de cada uno de los artículos, lo que permitió identificar patrones, y los enfoques metodológicos predominantes (estudios correlacionales y transversales), así como la diversidad de poblaciones estudiadas (adolescentes, jóvenes adultos, universitarios). No obstante, la mayoría de los artículos exploran la relación entre apego parental/adulto y dependencia emocional, con variables asociadas como autoestima, impulsividad, funcionamiento familiar y uso de redes sociales.

La inclusión de los artículos no visualizados en el análisis, aunque sea sólo a nivel de registro y justificación, fortalece la transparencia y la calidad metodológica de la revisión. Además, permite dimensionar el alcance real de la evidencia disponible y reconocer las limitaciones inherentes al proceso de búsqueda y acceso a la literatura científica.

La síntesis de cada artículo analizado, incluyendo su objetivo de estudio, un resumen de los hallazgos y la base de datos en la que fue localizado, se presenta en la siguiente tabla.

Tabla 1. *Artículos incluidos en la revisión*

Autor(es) y año	Objetivos	Métodos	Base de datos
Barbarias et., al, (2024)	Analizar la relación entre apego, dependencia emocional y uso de redes sociales en jóvenes, evaluando el papel mediador de la dependencia emocional.	Estudio cuantitativo, correlacional y mediacional con cuestionarios aplicados a 713 jóvenes.	Scopus
De la Villa et., al, (2018a)	Analizar relación entre dependencia emocional y tipos de apego adulto, prevalencia y perfiles	Estudio correlacional y transversal con IRIDS-100 y Cuestionario de Apego Adulto en 382 jóvenes.	Scopus

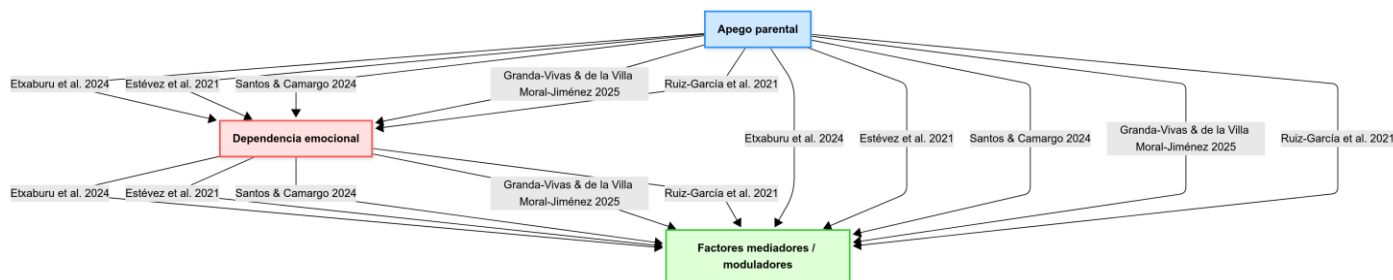
	según género, edad e historial de parejas.		
De la Villa et al., (2018b)	Análisis comparativo del perfil clínico y psicosocial de la dependencia emocional en relaciones de pareja.	Estudio comparativo y correlacional con varios instrumentos en 880 participantes.	Scopus
González, (2017)	Analizar dependencia emocional como apego patológico y diferencias de género en jóvenes.	Cuantitativo, clínico-descriptivo y comparativo por género con IRIDS-100 en 604 adolescentes y jóvenes.	Scopus
Urbiola et., al, (2019)	Analizar diferencias en dependencia emocional, esquemas cognitivos y características de la pareja ideal entre jóvenes de España y Colombia.	Estudio comparativo y correlacional con cuestionarios de autoinforme en 1,975 estudiantes.	Scopus
Estévez et., al, (2018)	Analizar relación entre dependencia emocional, apego e impulsividad en adolescentes y mediación de dependencia emocional.	Estudio no experimental, transversal, correlacional y mediacional con CaMir-R y Escala de Dependencia Emocional en 1,533 adolescentes.	Scopus
Tirado et., al, (2023)	Evaluar interconexiones entre dependencia emocional y funcionamiento familiar en estudiantes universitarios pospandemia.	Estudio cuantitativo, correlacional mediante análisis de redes con ACCA y FF-SIL en 580 estudiantes.	Scopus
García et., al, (2021)	Examinar estructura factorial, consistencia interna y validez convergente de la versión abreviada del ASA-27.	Estudio psicométrico con análisis factorial y correlacional en 403 adultos.	Scopus
De Oliveira, (2024)	Abordar características de la dependencia emocional y su impacto en relaciones interpersonales y salud mental.	Revisión narrativa de literatura científica.	Dialnet
Guevara et., al, (2019)	Determinar relación entre apego parental y dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas.	Estudio correlacional, transversal y de campo con PBI y IDE en 110 mujeres.	Dialnet
Rodríguez, (2013)	Explorar conceptualización de dependencia emocional,	Ensayo teórico basado en revisión de literatura.	Dialnet

	factores sociales y características psicológicas.		
Martínez et., al, (2021)	Analizar relación entre apego parental y dependencia emocional en universitarios.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Aiquipa, (2012)	Describir relación entre estilos de apego y dependencia emocional en adultos jóvenes.	Estudio descriptivo, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Córdova-Vélez et al. (2022)	Investigar relación entre apego parental y dependencia emocional en adultos jóvenes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Pérez et., al, (2020)	Analizar influencia del apego parental en dependencia emocional en relaciones de pareja.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Martínez et., al, (2019)	Explorar relación entre apego y dependencia emocional en adultos jóvenes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Ríos et., al, (2017)	Analizar relación entre estilos de apego y dependencia emocional en universitarios.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
González et., al, (2020)	Investigar relación entre apego parental y dependencia emocional en adolescentes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Ramírez et., al, (2018)	Analizar relación entre estilos de apego y dependencia emocional en mujeres jóvenes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Ruiz et., al, (2021)	Explorar relación entre apego parental y dependencia emocional en estudiantes universitarios.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Torres et., al, (2020)	Investigar relación entre apego parental y dependencia emocional en adultos jóvenes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Vargas et., al, (2019)	Analizar relación entre estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes universitarios.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet

López et., al, (2018)	Explorar relación entre apego parental y dependencia emocional en jóvenes universitarios.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Castillo et., al, (2021)	Investigar relación entre estilos de apego y dependencia emocional en mujeres adultas jóvenes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Herrera-Rodríguez et al. (2020)	Analizar relación entre apego parental y dependencia emocional en adultos jóvenes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Rojas et., al, (2019)	Explorar relación entre estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes universitarios.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Morales et., al, (2018)	Investigar relación entre apego parental y dependencia emocional en adolescentes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Rodríguez et., al, (2021)	Analizar relación entre estilos de apego y dependencia emocional en adultos jóvenes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Martínez et., a., (2020)	Explorar relación entre apego parental y dependencia emocional en jóvenes universitarios.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Pérez et., al, (2019)	Investigar relación entre estilos de apego y dependencia emocional en mujeres jóvenes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet
Mendoza-Castro et al. (2018)	Analizar relación entre apego parental y dependencia emocional en adultos jóvenes.	Estudio correlacional, transversal con cuestionarios.	Dialnet

La relación entre los autores previamente citados y las temáticas abordadas en esta investigación se sintetiza en la siguiente gráfica, donde convergen en torno a tres ejes centrales: el apego parental, la dependencia emocional y los factores mediadores y/o moduladores.

**Figura 1. Autores y temáticas que tienen relación entre postulados o posturas.**



En este sentido, uno de los primeros conceptos abordados es el apego parental en la infancia, ya que constituye un eje central para la investigación, especialmente en relación con la pregunta de investigación y su fundamentación teórica. La Tabla 2 presenta los aportes, posturas y hallazgos de cada uno de los artículos analizados en torno a este concepto.

**Tabla 2. Apego parental en la infancia**

Autor(es) y año	Concepto central	Hallazgos
Momeñe & Estévez (2018)	Apego y violencia parental	El maltrato y el rechazo parental alteran el desarrollo del apego. El apego desorganizado suele surgir en contextos caóticos e inseguros.
Valle & de la Villa-Moral (2018)	Representaciones mentales del apego	El apego se internaliza en esquemas afectivos que moldean creencias sobre uno mismo y los demás.
Urbiola et al. (2019)	Apego y validación	El apego ambivalente se vincula con la búsqueda constante de afecto, baja autoestima y necesidad de validación externa en los vínculos.
Ruiz-García et al. (2021)	Ansiedad por separación en adultos	El apego ambivalente infantil se asocia con ansiedad por separación en la adultez. Los patrones de apego tienden a mantenerse en el tiempo.
Barbarias-García et al. (2024)	Apego, redes y dependencia	El apego inseguro se relaciona con mayor dependencia emocional en redes sociales, facilitando vínculos digitales ansiosos.
Tirado et al. (2023)	Apego y funcionamiento familiar	El entorno familiar influye en el tipo de apego. La cohesión familiar puede mitigar los efectos del apego inseguro.

Los hallazgos analizados como los de Momeñe & Estévez (2018) permiten afirmar que la calidad del apego parental en la infancia constituye un componente fundamental en la configuración de los modelos internos de relación que orientan la manera en que los individuos establecen vínculos afectivos en etapas posteriores al desarrollo. En este se evidencia que en ámbitos donde haya habido traumatismo infantil, posiblemente en la adultez se desarrolle un apego preocupado, dependencia emocional y permisividad parental.

Mientras que, De la Villa-Moral et al. (2018) afirman que un individuo que haya tenido una infancia con carencias afectivas posiblemente desarrolle dependencia emocional y apego adulto en las relaciones de pareja, generando en estos un comportamiento desadaptativo en donde este genera dependencia y una preocupación desmedida por agradar a la otra persona manifestando sentimientos negativos (culpa, abandono, miedo, tristeza, ira, etc.) anulando su validez como persona y su identidad.

Por una parte, Urbiola et., al, (2019) declaran que la dependencia emocional se refleja en un excesivo miedo al abandono, a ser rechazado, miedo a no ser queridos y aceptados. No obstante, afirman que este tipo de personas tienden a tener conductas controladoras con sus parejas, adicionalmente, se confirmó mediante un estudio realizado a 1975 estudiantes universitarios de procedencia española y colombiana, que, mientras que los españoles tienden a presentar necesidad de exclusividad en una relación, los colombianos se preocupan más por agradar a su pareja.

Por otra parte, Ruiz et., al, (2021) señala que cuando la infancia de un individuo se ve marcada por maltrato, carencias afectivas y una infancia traumática, este posiblemente desarrolle apego ambivalente, el cual repercute en la adultez generando en estas personas que lo padecen, un trastorno de ansiedad por separación, que se caracteriza por un miedo o ansiedad excesivos a que la pareja a la cual se encuentran unidos los abandone.

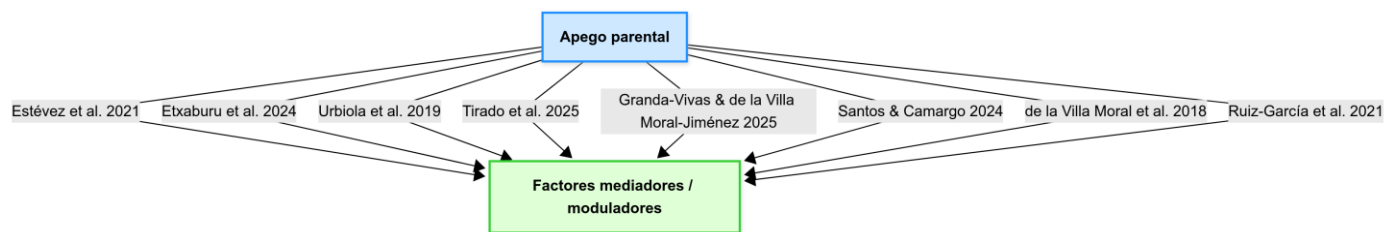
Mientras que Barbarias et., al, (2024) indica que el uso excesivo de las redes sociales generan conductas adictivas que a su vez desarrollan dependencia emocional dado que, por este medio las personas

pueden conectarse continuamente y generar un vínculo emocional a través de las pantallas, generando perdida de autocontrol y aumento del uso excesivo de las redes sociales, la cual según los autores proviene del apego desarrollado en la infancia, que se da a través de las experiencias tempranas.

Por el contrario, Tirado et., al, (2023) indica que la dependencia emocional se ha convertido en un asunto de interés social debido a que se conecta con otro tipo de problemáticas que tienen relación entre si con conductas disruptivas, así mismo, afirma que este aprendizaje vicario proviene de las experiencias aprendidas de un individuo en su infancia y el tipo de vinculación afectiva que esta forja a través de las mismas

En este sentido, los estilos de apego inseguros pueden entenderse como una base emocional y cognitiva que incrementa la probabilidad de desarrollar patrones vinculares desadaptativos en la adultez, entre ellos la dependencia emocional. Este tipo de vínculos se caracteriza por una necesidad excesiva de afecto, miedo intenso al abandono y dificultades para establecer relaciones autónomas y equilibradas.

**Figura 2. Apego parental y su relación con los factores mediadores y/o moduladores.**



De este modo, sumado a la Figura 2, la Tabla 3 presenta los hallazgos más relevantes sobre la dependencia emocional en la adultez joven, resaltando los hallazgos y aportes en los estudios analizados.

**Tabla 3. Dependencia emocional en la adultez joven**

Autor(es) y año	Concepto central	Hallazgos
-----------------	------------------	-----------

Urbiola et al. (2019)	Dependencia emocional y validación externa	La baja autoestima y la búsqueda constante de afecto llevan a una necesidad continua de aprobación en las relaciones.
Nieto Muyulema & Ordoñez Berrezueta (2023)	Manifestaciones clínicas	Los patrones relacionales disfuncionales generan ansiedad, control, celos y baja autovaloración.
Santos & Camargo (2024)	Influencia del apego en la dependencia	El apego inseguro es base de la dependencia emocional. El miedo al abandono surge en relaciones tempranas inseguras.
Barbarias-García et al. (2024)	Redes sociales y dependencia emocional	La inseguridad afectiva predice mayor dependencia emocional en dinámicas digitales.
Santos et al. (2024)	Dependencia emocional en jóvenes	La inseguridad afectiva es prevalente en jóvenes, con conductas dependientes frecuentes en universitarios.
De la Villa-Moral Jiménez et al. (2023)	Definición de dependencia emocional	La necesidad excesiva de afecto, sumisión y miedo al abandono afectan la estabilidad emocional y los vínculos afectivos.
Tirado et al. (2023)	Factores protectores vs. dependencia	La cohesión familiar cumple una función protectora y reduce las conductas dependientes.

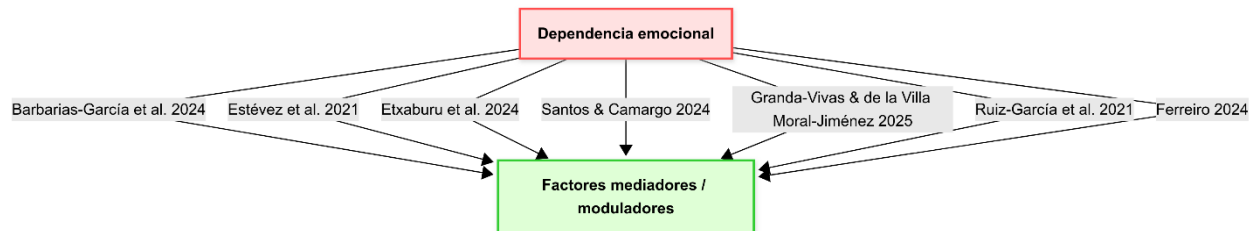
Por tanto, en relación con la dependencia emocional, los estudios revisados coinciden en identificarla como una problemática relacional que impacta negativamente la autonomía personal, la autoestima y la estabilidad afectiva en adultos jóvenes. Granada-Vivas & De la Villa-Moral Jiménez et., al. (2018) y Nieto Muyulema & Ordoñez Berrezueta (2023) destacan sus principales manifestaciones, entre ellas, la necesidad excesiva de afecto, el miedo al abandono y una tendencia a la sumisión en las relaciones de pareja.

A su vez, investigaciones recientes como las de Santos & Camargo (2024) y Barbarias-García et al. (2024) establecen una relación directa entre la presencia de estilos de apego inseguros y una mayor predisposición a desarrollar dependencia emocional, particularmente en contextos de baja autoestima o en entornos mediados por redes sociales.

Por su parte, Tirado et., al, (2015) menciona que la unión familiar reduce la dependencia emocional, dado que, está basada en vínculos afectivos construidos bajo el apoyo y confianza mutua, donde se generan

relaciones autónomas e independientes con sus pares, dispuestos a establecer relaciones sin caer en la posesión de su pareja o la dependencia emocional hacia esta o hacia cualquier miembro de su núcleo familiar.

**Figura 3. Dependencia emocional y su relación con los factores mediadores y/o moduladores**



Por consiguiente, estos hallazgos permiten comprender la dependencia emocional no como una condición aislada, sino como una manifestación evolutiva de esquemas afectivos internalizados desde la infancia, influenciados por experiencias tempranas de vinculación.

Así, la Tabla 4 presenta los mecanismos psicológicos identificados en la literatura que permiten comprender la relación entre el apego y la dependencia emocional. Estos mecanismos como la autoestima, la ansiedad por separación, la regulación emocional y la validación social actúan como mediadores o facilitadores en la configuración de vínculos afectivos disfuncionales en la adultez.

*Tabla 4. Mecanismos psicológicos.*

<b>Autor(es) y año</b>	<b>Concepto central</b>	<b>Hallazgos</b>
Urbiola et al. (2019)	Autoestima como mediador	La baja autoestima incrementa la dependencia afectiva. La necesidad de validación externa Nace de esquemas internos negativos.
Ruiz-García et al. (2021)	Ansiedad por separación en adultos	El apego ambivalente en adultos se manifiesta como ansiedad persistente en las relaciones.
Santos et al. (2024)	Regulación emocional	Las dificultades emocionales agravan la dependencia afectiva. El apego inseguro se asocia con pobre regulación emocional.

Barbarias-García et al. (2024)	Validación social y redes	La inseguridad afectiva impulsa la compensación emocional en redes, aumentando la búsqueda de aprobación online.
--------------------------------	---------------------------	--

De acuerdo con Urbiola et., al, (2019) las personas con dependencia emocional tienden a tener baja autoestima, y una necesidad excesiva por obtener validación externa, que proviene de patrones de pensamiento y comportamiento negativos, que, a su vez, están profundamente arraigados y en algunos casos se desarrollan en la infancia por los diferentes tipos de crianza.

Por otro lado, Ruiz- Garcia et., al, (2021) mencionan que la dependencia emocional tiene relación con la ansiedad por separación en adultos (TASA) la cual a su vez genera apego inseguro que se caracteriza por la necesidad de tener cerca a la pareja y miedo al abandono.

Mientras que, en la tabla 5 se presentan los factores de riesgo y protección asociados a la dependencia emocional. Estos factores permiten comprender las condiciones contextuales y personales que pueden potenciar o mitigar la aparición de vínculos dependientes, como la negligencia emocional en la infancia o el funcionamiento familiar positivo. Evidenciando nuevamente, la relación entre apego parental y dependencia emocional.

*Tabla 5. Factores de riesgo y protección.*

<b>Autor(es) y año</b>	<b>Concepto central</b>	<b>Hallazgo</b>	<b>Clasificación</b>
Tirado et al. (2023)	Funcionamiento familiar y dependencia emocional	La cohesión familiar amortigua los efectos del apego inseguro	Factor protector
Herrera-Rodríguez et al. (2020)	Factores familiares y dependencia emocional	Un entorno familiar funcional actúa como amortiguador frente a relaciones dependientes	Factor protector
González-Correa & Castillo-Castro (2020)	Apego parental y dependencia emocional en adolescentes	El apego seguro reduce la probabilidad de dependencia emocional	Factor protector
Córdova-Vélez et al. (2022)	Apego parental y dependencia emocional en adultos jóvenes	El apoyo afectivo de los padres previene relaciones dependientes	Factor protector
Barbarias-García et al. (2024)	Apego, dependencia emocional y redes sociales	El uso problemático de redes sociales puede reforzar la dependencia emocional	Factor de riesgo

Estévez et al. (2018)	Apego, dependencia emocional e impulsividad en adolescentes	La impulsividad incrementa la vulnerabilidad a la dependencia emocional	Factor de riesgo
De la Villa Moral (2018a)	Apego adulto y relaciones de noviazgo	El apego ansioso incrementa la probabilidad de relaciones dependientes	Factor de riesgo
Mendoza-Castro et al. (2018)	Apego parental y dependencia emocional	Apego inseguro se asocia a mayor dependencia emocional	Factor de riesgo

Un elemento central que se desprende del análisis es la identificación de diversos mecanismos psicológicos, así como de factores protectores y de riesgo, que median o modulan la relación entre el apego desarrollado en la infancia y la dependencia emocional en la adultez joven. De acuerdo con Tirado et al. (2023), las causas de la dependencia emocional se originan en gran medida en el aprendizaje vicario reforzado por el entorno familiar, en el cual las experiencias afectivas desempeñan un papel determinante. Según el contexto de crianza en el que un individuo se haya desarrollado, se consolidan los rasgos que configuran su personalidad, lo que puede favorecer la autonomía o, por el contrario, propiciar patrones de dependencia emocional que repercuten a lo largo de la vida, ya sea de forma positiva o negativa.

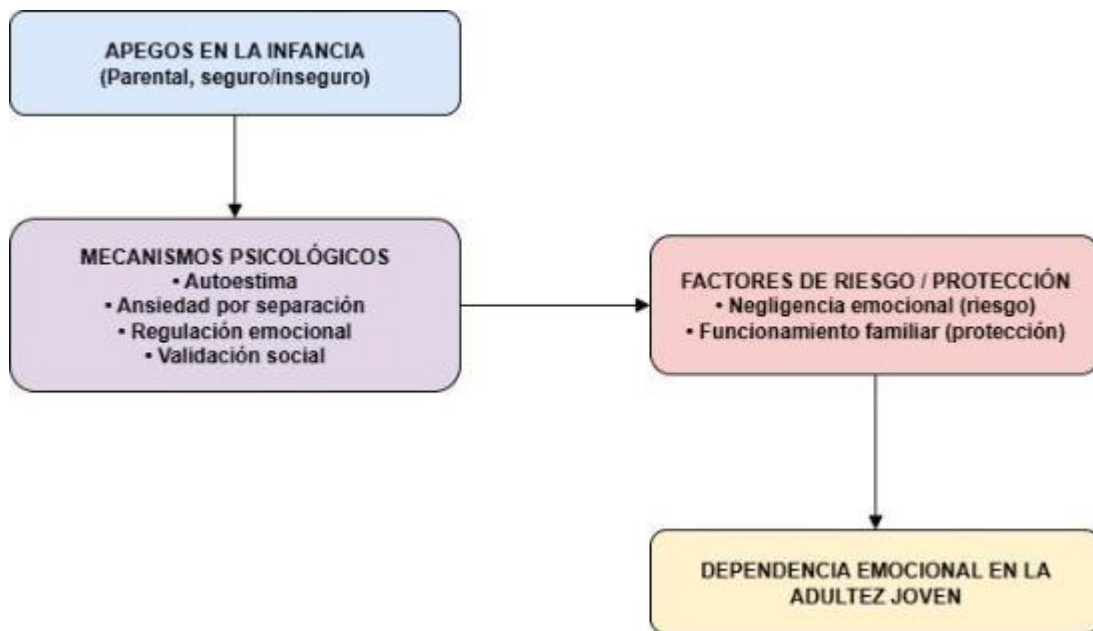
En cuanto a los factores protectores, Tirado et al. (2023) señalan que la cohesión familiar puede amortiguar los efectos del apego inseguro, mientras que Herrera-Rodríguez et al. (2020) destacan que un entorno familiar funcional actúa como barrera frente al desarrollo de relaciones dependientes. En la misma línea, González-Correa y Castillo-Castro (2020) evidencian que el apego seguro reduce la probabilidad de dependencia emocional, y Córdova-Vélez et al. (2022) afirman que el apoyo afectivo de los padres previene este tipo de vínculos.

En lo que respecta a los factores de riesgo, Barbarias-García et al. (2024) advierten que el uso problemático de redes sociales puede reforzar la dependencia emocional, mientras que Estévez et al. (2018) identifican la impulsividad como un elemento que incrementa la vulnerabilidad a este tipo de relaciones. Por su parte, De la Villa Moral (2018a) plantea que el apego ansioso aumenta la probabilidad

de establecer vínculos dependientes, y Mendoza-Castro et al. (2018) asocian el apego inseguro con mayores niveles de dependencia emocional.

En este sentido, la *Figura 4*, sintetiza de manera esquemática la influencia que ejercen los patrones de apego parental —seguros o inseguros— establecidos en la infancia sobre la aparición de mecanismos psicológicos como la autoestima, la ansiedad por separación, la regulación emocional y la validación social. Estos mecanismos interactúan con factores de riesgo y de protección, entre ellos la negligencia emocional (riesgo) y el funcionamiento familiar (protección), modulando así la probabilidad de desarrollar conductas de dependencia emocional en la adultez joven, según lo planteado por los autores analizados.

**Figura 4. Apego en la infancia y dependencia emocional en la adultez joven.**



Fuente:

*elaboración propia con base en los artículos analizados.*

De este modo, entre las variables más relevantes destacan la autoestima, la regulación emocional, la ansiedad por separación y el funcionamiento familiar. Urbiola et al. (2019) y Ruiz-García et al. (2021) evidencian cómo la baja autoestima y la ansiedad por separación actúan como

mecanismos de enlace entre experiencias de apego inseguro y la consolidación de patrones afectivos dependientes en etapas posteriores. Por su parte, Tirado et al. (2023) subrayan el papel del entorno familiar como un importante factor protector, al mostrar que la cohesión y el apoyo emocional en el hogar pueden mitigar los efectos de vínculos tempranos disfuncionales.

Estos hallazgos resultan esenciales para el diseño de estrategias preventivas y terapéuticas, ya que orientan la intervención no solo hacia la disminución de factores de riesgo, sino también al fortalecimiento de recursos emocionales y contextuales que promuevan relaciones más saludables, es decir, a los factores de protección.

## Conclusiones

En línea con el objetivo general de esta investigación —analizar, a partir de una revisión narrativa de la literatura, cómo los estilos de apego parental desarrollados en la infancia se relacionan con la dependencia emocional en la adultez joven, considerando los mecanismos psicológicos y los factores de riesgo y protección que median o modulan dicha relación—, los hallazgos obtenidos a partir de los autores consultados permiten afirmar que existe una asociación sólida y consistente entre ambas variables.

La literatura revisada coincide en que las experiencias tempranas de cuidado, la disponibilidad afectiva y la sensibilidad parental inciden de manera significativa en la construcción de modelos internos de relación que, en etapas posteriores, condicionan la forma en que las personas establecen y mantienen vínculos afectivos (Bowlby, 1982; Estévez et al., 2018; Guevara et al., 2019). Esta relación, sin embargo, no es estrictamente lineal, sino que se ve modulada por diversos mecanismos psicológicos y factores contextuales, entre los que destacan

la autoestima (Urbiola et al., 2019), la ansiedad por separación (Ruiz et al., 2021), la regulación emocional (Barbarias et al., 2024) y el funcionamiento familiar (Tirado et al., 2023). Dichos elementos actúan como puentes explicativos que permiten comprender por qué, incluso en presencia de antecedentes de apego inseguro, algunos individuos logran construir relaciones más autónomas y saludables.

Con ello, se da cumplimiento al segundo aspecto del objetivo general: la identificación de factores de riesgo y de protección que median o modulan la relación entre apego parental y dependencia emocional. Reconocer estos elementos en la literatura no solo amplía la comprensión del fenómeno, sino que también orienta el diseño de estrategias preventivas y de intervención encaminadas a fortalecer el apego seguro y promover la salud emocional desde las primeras etapas de la vida.

No obstante, persisten retos para la psicología en el entendimiento profundo de cómo estas dinámicas se configuran en diferentes contextos socioculturales y de qué manera las experiencias tempranas pueden resignificarse para favorecer vínculos más sanos. En este sentido, surge la pregunta: ¿cómo pueden las experiencias tempranas convertirse en oportunidades de transformación emocional que permitan a los individuos construir vínculos más autónomos, sanos y seguros en la adultez?

## Referencias

- Aiquipa-Bellido, K. (2012). Estilos de apego y dependencia emocional en adultos jóvenes. *Revista de Psicología UNMSM*.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Barbarias-García, O., Jauregui, P., Etxaburu-Azpeitia, N., Iruarrizaga, I., Olave-Porrúa, L., Muñiz, J. A., & Estévez, A. (2024). Dependencia emocional como factor mediador en la relación entre el apego y el uso de redes sociales en jóvenes. *Terapia Psicológica*.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books. (Original work published 1969)
- Castillo-Córdoba, N., González-Ramos, D., & Ramírez-Molina, S. (2021). Estilos de apego y dependencia emocional en mujeres adultas jóvenes. *Revista Latinoamericana de Psicología*.
- Congreso de Colombia. (2006, 6 de septiembre). *Ley 1090 de 2006: Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. Diario Oficial No. 46 383.
- Córdova-Vélez, R., Martínez-Salazar, L., & Gómez-Ramírez, S. (2022). Apego parental y dependencia emocional en adultos jóvenes. *Revista Investigaciones Andina*.
- Creswell, J. W. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). Sage Publications.
- De la Villa Moral, M., Sirvent, C., Ovejero, A., & Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. *Terapia Psicológica*.
- De Oliveira Santos, & Camargo Sr. (2024). Dependência emocional en las relaciones matrimoniales: posibles factores y consecuencias. *Psicologia USP*.
- Estévez, A., Jauregui, P., & Muñiz, J. A. (2018). Apego, dependencia emocional e impulsividad en adolescentes: análisis mediacional. *Terapia Psicológica*.

- García, A., Estévez, A., & Jauregui, P. (2021). Validación de la versión abreviada del ASA-27 en población adulta. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*.
- Gómez Guevara, D. G., Sánchez Manayay, G. X., & Calonge De la Piedra, D. M. (2019). Apego parental y dependencia emocional en mujeres del distrito de Túcume-Lambayeque, Perú. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*.
- González, G. C. (2017). Diferencias intergénero en dependencia emocional en población joven y adolescente. *Revista Española de Drogodependencias*.
- González-Correa, J., & Castillo-Castro, R. (2020). Apego parental y dependencia emocional en adolescentes. *Revista Psicogente*.
- Guevara-Sánchez, D., Manayay-Gutiérrez, G. X., & Calonge de la Piedra, D. M. (2019). Apego parental y dependencia emocional en mujeres jóvenes adultas. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*.
- Herrera-Rodríguez, L., Vargas-González, J., & Ríos-Córdoba, M. (2020). Factores familiares y dependencia emocional en jóvenes universitarios. *Revista Salud & Sociedad*.
- López-Cruz, J., Méndez-Rivera, S., & Soler-Peña, A. (2018). Apego parental y dependencia emocional en jóvenes universitarios. *Revista Colombiana de Psicología*.
- Martínez-Cárdenas, P., Rodríguez-Palacios, J., & Soler-García, M. (2020). Apego parental y dependencia emocional en jóvenes universitarios. *Revista Investigación y Desarrollo en Psicología*.
- Martínez-González, L., Rojas-Tobar, F., & Vargas-Hernández, C. (2019). Relación entre apego y dependencia emocional en adultos jóvenes. *Revista Colombiana de Psicología*.
- Martínez-Turizo, K., & Rodríguez-Martínez, D. (2020). Apego parental y dependencia emocional en estudiantes universitarios. *Psychologia: Avances de la Disciplina*.
- Mendoza-Castro, M., Pérez-Jiménez, T., & Rodríguez-Gómez, J. (2018). Apego parental y dependencia emocional en adultos jóvenes. *Revista Colombiana de Psicología*.
- Morales-Castro, F., Herrera-Villamil, S., & López-Rivera, C. (2018). Apego parental y dependencia emocional en adolescentes. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*.
- Nieto Muyulema, E. P., & Ordoñez Berrezueta, A. V. (2023). *Estilos de apego parental desarrollados en la infancia y su repercusión en la formación de dependencia emocional*

- de adultos jóvenes* [Trabajo de titulación, Universidad Católica de Cuenca]. Repositorio Institucional UCACUE. <https://dspace.ucacue.edu.ec/items/c5ad0e5c-a6fc-4d78-b1d6-f8663708e235>
- Olaso Sainz, M. C. (2022). *Estudio de caso sobre la dependencia emocional* [Trabajo de fin de máster, Universidad Pontificia Comillas].  
<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/66295>
- Pérez-Rodríguez, T., Morales-Rivera, C., & Ríos-Castro, M. (2020). Apego parental y dependencia emocional en relaciones de pareja. *Revista de Psicología Universidad de Lima*.
- Pérez-Vargas, C., Ramírez-Beltrán, L., & Morales-Correa, M. (2019). Estilos de apego y dependencia emocional en mujeres jóvenes. *Revista PsicoActual*.
- Ramírez-Castro, V., & Morales-Salazar, L. (2018). Estilos de apego y dependencia emocional en mujeres jóvenes universitarias. *Revista Científica de Psicología y Educación*.
- Ramírez-Moreno, M., Vargas-Castro, A., & González-Torres, P. (2018). Estilos de apego y dependencia emocional en mujeres jóvenes universitarias. *Revista de Investigación Psicológica*.
- Ríos, L. A., Vargas, A., & Pérez, D. (2017). Estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes universitarios. *Revista Internacional de Psicología*.
- Rodríguez-Cano, M. (2013). La dependencia emocional: un análisis teórico desde las relaciones afectivas. *Revista de Psicología General y Aplicada*.
- Rodríguez-Castillo, L., & Pérez-Valencia, M. (2021). Estilos de apego y dependencia emocional en adultos jóvenes. *Revista PsicoEspacios*.
- Rojas-Llanos, M., Vargas-Contreras, K., & Hurtado-Salazar, A. (2019). Estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes universitarios de una institución pública de Colombia. *Revista CES Psicología*.
- Ruiz-García, A., Jiménez, Ó., Resurrección, D. M., & Fenollar-Cortés, J. (2021). Escala Abreviada para la Evaluación de la Ansiedad por Separación en Adultos (ASA-10) en población española. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*.  
Enlace

- Ruiz-González, D., Rodríguez-Mendoza, M., & Herrera-Villamil, S. (2021). Apego parental y dependencia emocional en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*.
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339.  
<https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Tirado, J., Rime, D., & Arroyo Pizarro, P. (2023). Dependencia emocional y funcionamiento familiar en estudiantes de psicología en la era pospandemia: Un análisis de redes. *Sociotecnica*. <https://revistas.uva.es/index.php/sociotecnico/article/view/8702>
- Torres-Hernández, L., Martínez-González, F., & Morales-Rivera, T. (2020). Apego parental y dependencia emocional en adultos jóvenes. *Revista Evaluar*.
- Urbiola, I., Estévez, A., Jauregui, P., Pérez-Hoyos, M., Londoño Arredondo, N. H., & Momeñe, J. (2019). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos: estudio comparativo entre España y Colombia en las relaciones de pareja. *Ansiedad y Estrés*.  
Enlace
- Valle, L., & De la Villa Moral, M. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*. Enlace
- Valle, L., & De la Villa Moral, M. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*.
- Vargas-Cárdenas, M., Ramírez-Tobar, J., & Peña-Buitrago, L. (2019). Estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes universitarios. *Revista Avances en Psicología Latinoamericana*.