

**Dependencia emocional y depresión en hombres con pareja de la región de Ayacucho, Perú**

*Emotional dependence and depression in men with partners in the region of Ayacucho, Peru*

<https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0285>

**Katherine Isabel Galindo Mejía<sup>1\*</sup>**

<https://orcid.org/0009-0002-4394-6333>  
[46245184@continental.edu.pe](mailto:46245184@continental.edu.pe)

**Gonzalo Nicolás Ezeta Muñoz<sup>1</sup>**

<https://orcid.org/0000-0002-8949-1947>  
[gezeta@continental.edu.pe](mailto:gezeta@continental.edu.pe)

**Recibido:** 27/07/2024

**Aceptado:** 10/10/2024

**RESUMEN**

El presente artículo tiene como objetivo determinar la relación entre la dependencia emocional y la depresión en hombres con pareja, beneficiarios de algún servicio de salud o comunitario. Utilizando una metodología mixta (cualitativa y cuantitativa), de diseño correlacional y causal, se evaluó a 150 hombres de la región de Ayacucho mediante el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) y el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (CDE). El estudio aplica un diseño no experimental, ex post facto y relacional. Los resultados evidencian altos niveles de síntomas depresivos y medianos niveles de dependencia emocional. La depresión se relaciona significativamente con la ansiedad por separación, la expresión afectiva de la pareja, el miedo a la soledad y la expresión de límites. El miedo a la soledad y la ocupación son los principales predictores de la depresión, explicando el 29% de la varianza. Este estudio confirma la relación entre dependencia emocional y depresión en hombres con pareja en Ayacucho, destacando la ocupación y el miedo a la soledad como predictores claves, afectando su masculinidad y emociones, un tema poco explorado en los Andes.

**Palabras claves:** Dependencia emocional, depresión, género, estilo cognitivo, relaciones de pareja.

1. Universidad Continental (Perú)

\* Autor de correspondencia: [46245184@continental.edu.pe](mailto:46245184@continental.edu.pe)

## ABSTRACT

The aim of this article is to determine the relationship between emotional dependency and depression in men with partners who are beneficiaries of a health or community service. Using a mixed methodology (qualitative and quantitative), with a correlational and causal design, 150 men from the Ayacucho region were assessed using the Beck Depression Inventory (BDI-II) and the Emotional Dependency Questionnaire by Lemos and Londoño (EDQ). The study employs a non-experimental, ex post facto, and relational design. The results show high levels of depressive symptoms and moderate levels of emotional dependency. Depression is significantly related to separation anxiety, emotional expression towards the partner, fear of loneliness, and the expression of boundaries. Fear of loneliness and occupation are the main predictors of depression, explaining 29% of the variance. This study confirms the relationship between emotional dependency and depression in men with partners in Ayacucho, highlighting occupation and fear of loneliness as key predictors, affecting their masculinity and emotions, a topic that is under-researched in the Andes.

**Keywords:** Emotional dependency, depression, gender, cognitive style, couple relationships.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el sistema tradicional masculino se concibe como un estatus preestablecido en el que los hombres no expresan libremente sus emociones, salvo algunas excepciones, lo que limita significativamente su capacidad para establecer relaciones íntimas Merlyn et al., (2024). Entre las manifestaciones más evidentes de identificación con estos modelos se encuentran la autosuficiencia, la hipersexualidad, la agresividad, el control sobre los demás y, en algunos casos, mayores índices de depresión (Heilman et al., 2017).

Estos factores impactan profundamente en su relación consigo mismos y con los demás, especialmente cuando están relacionados con un mayor consumo de alcohol (Fernández et al., 2018).

Por otro lado, Uresti et al. (2017) sostienen que, aunque las manifestaciones machistas están cambiando gradualmente en algunas sociedades como la peruana y la mexicana, aún persisten sentimientos marcados de agresividad, dominancia, valentía, promiscuidad y sexismo.

Según Urbiola et al. (2017), es posible entender la dependencia emocional como una serie de necesidades emocionales insatisfechas, lo que lleva a las personas a intentar satisfacerlas mediante conductas desadaptativas centradas en otros.

Esto puede propiciar el desarrollo de síntomas disfuncionales, como la depresión y conductas impulsivas de autoagresión, en respuesta a la práctica de una masculinidad afectiva que busca evitar el fin de una relación (Ventura & Caycho, 2016).

Es posible que la dependencia emocional en los hombres explique su tendencia a volcarse en sus parejas y su dificultad para expresar los estados depresivos que experimentan, o su incapacidad para afrontar las emociones, especialmente en situaciones críticas, debido a un cierto grado de desconocimiento emocional o evitación (Castillo, 2017). Así, el hecho de no expresar sentimientos depresivos o no poder enfrentar estas situaciones puede relacionarse con la presencia de un nivel de dependencia emocional, similar a lo que ocurre con las mujeres víctimas de violencia, quienes tienden a evitar el contacto con sus propios sentimientos y se enfocan más en sus parejas y en la relación (Lescano y Salazar, 2020).

Según Echeburúa et al. (2023), los hombres que maltratan a sus parejas presentan niveles más altos de dependencia emocional que aquellos que no ejercen ningún tipo de maltrato. Además, suelen tener niveles educativos y laborales inferiores, así como mayores niveles de ansiedad, depresión e ira. Los autores destacan que aquellos con puntuaciones extremas de dependencia emocional temen romper con sus parejas por miedo a sentirse solos, lo que puede llevarlos a permanecer en relaciones disfuncionales. En contraste, los hombres no maltratadores presentan niveles menores de dependencia emocional, depresión, ira y ansiedad, lo que sugiere que no están expuestos a tantas conductas de riesgo, como el estrés, situaciones de enojo y abuso de sustancias.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2018) afirma que el 26,1% de la población adulta de Lima Metropolitana ha presentado, en algún punto de su vida, dificultades relacionadas con salud mental, siendo los síntomas depresivos (6,2%) los más frecuentes. Según Baños (2021), el 14,4% de las personas que presentaban sintomatología depresiva pudo acceder a atención por parte de los profesionales sanitarios; además, la probabilidad de recibir este tipo de tratamiento fue cinco veces superior en aquellas personas que presentaban ingresos económicos elevados en comparación con quienes presentaban bajos ingresos.

De acuerdo con la teoría cognitiva de Beck (2002), la conducta de las personas está determinada por la estructura de su pensamiento, es decir, cómo cada individuo entiende su realidad y la de los demás, estructurando así una interpretación de lo que sucede a su alrededor. En este sentido, no son las situaciones en sí las que afectan el estado de ánimo, sino cómo son percibidas por cada persona.

En línea con este modelo, la depresión puede ser entendida como un conjunto de síntomas caracterizados por dificultades a la hora de procesar correctamente la información, debido a distorsiones en el pensamiento (Beck et al., 2010). De manera más concreta, puede definirse como una serie de síntomas somáticos, afectivos y cognitivos que surgen de las interpretaciones negativas que las personas hacen de sus experiencias personales, debilitándolas debido a la retroalimentación y el reforzamiento constante de dichos síntomas (Beck, 2008). Por lo tanto, se puede afirmar que las personas que sufren de depresión ingresan en un ciclo de autosabotaje, en el cual se incapacitan progresivamente y reducen su capacidad para salir por sí mismas de esa situación.

Por otro lado, los hombres pueden experimentar un alto malestar al no alcanzar los estándares de la masculinidad hegemónica, lo que puede generarles tristeza y frustración (Olvera y Luna, 2019). Sin embargo, en algunos contextos del Perú, la depresión es percibida por gran parte de la población masculina como una afección que pertenece principalmente al colectivo femenino, siendo interpretada como un indicativo de fragilidad o falta de hombría (Aguayo, 2022).

De la Villa et al., (2018) hacen referencia al origen de la dependencia emocional, observando que la calidad de las relaciones que establecen los adultos se encuentra moldeada por las experiencias tempranas que tuvieron con sus cuidadores, lo que condiciona los estilos de apego formados en la infancia. En esta línea, el ambiente familiar juega un rol fundamental en la definición y formación del comportamiento de los individuos. Además, Castelló (2005) determina que la dependencia emocional se caracteriza por una necesidad afectiva extrema que las personas presentan en relación con su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones. Por lo tanto, existe una necesidad afectiva que debe ser satisfecha a través de las relaciones interpersonales de apego con la pareja. Lemos y Londoño (2006) exponen las dimensiones básicas de la dependencia emocional, identificando que las más importantes son la ansiedad por separación, la expresión límite y la modificación de planes. En este sentido, Castelló (2005) resalta que la expresión límite es una de las dimensiones más críticas, ya que poner fin a una relación puede significar para el dependiente emocional enfrentar intensos sentimientos de soledad, pérdida del sentido de la vida y depresión.

En la revisión de la literatura, se ha apreciado la existencia de investigaciones que relacionan la dependencia emocional con la depresión. El meta-análisis de Deitchman (2020) reveló que la mayoría de los estudios sobre depresión y dependencia interpersonal se realizaron en Estados Unidos (75%), encontrando una relación significativa y moderada entre ambas variables. Además, se identificaron moderadores como el género, el nivel socioeconómico, la edad, el lugar del estudio, el tipo de muestra y los instrumentos utilizados para evaluar la dependencia emocional y la depresión. En este sentido, ser mujer y haber sufrido violencia son importantes predictores de insatisfacción con la vida (Ponce y Aiquipa, 2019). En estudios centrados en hombres, se ha observado que los sujetos dependientes experimentan alteraciones afectivas que se expresan a través de emociones negativas (soledad, tristeza, desánimo, culpa, etc.) así como una sensación de vacío emocional, acompañadas de anhelos de autodestrucción y una notable inestabilidad emocional (de la Villa et al., 2018). Esto podría vincularse con el desarrollo de creencias irracionales como el perfeccionismo, la preocupación por el futuro, el locus de control externo, el determinismo del pasado, la evitación de responsabilidades, características comunes de la depresión (Rosas et al., 2023).

Dado que no existen estudios que hayan explorado estas variables en el contexto de Ayacucho, resulta relevante analizar la relación entre dependencia emocional y depresión en hombres con pareja, enfatizando la importancia predictiva de la dependencia emocional y otras variables sociodemográficas en los niveles de depresión.

En este sentido, se plantean las siguientes hipótesis de intervención: existe una relación significativa y moderada entre la dependencia emocional y la depresión en adultos con pareja en Ayacucho; la presencia de variables sociodemográficas como la edad, ocupación, tiempo en la relación, nivel educativo o tipo de relación, junto con alguna dimensión de dependencia emocional, puede predecir los niveles de depresión en adultos con pareja en Ayacucho.

## METODOLOGÍA

El diseño de este estudio es no experimental, de tipo ex post facto y de corte relacional, donde se analizan variables presentes en etapas previas de la vida. Este diseño, recomendado por autores como Ato et al. (2013), permite estudiar las relaciones entre variables sin manipularlas, lo que resulta adecuado para examinar fenómenos en contextos no controlados. En este caso, se analiza la posible relación entre depresión y dependencia emocional en hombres dentro de un contexto institucionalizado, proponiéndose modelos de regresión lineal para explorar la posible relación causal. Se consideran las dimensiones de la dependencia emocional junto con variables sociodemográficas como la edad, nivel educativo, ocupación, tipo de relación y duración de la misma.

Para complementar este análisis cuantitativo, se integran enfoques cualitativos siguiendo las recomendaciones de Flick (2014) y Patton (2015), quienes destacan la importancia de la combinación de métodos para obtener una comprensión más completa del fenómeno estudiado. Las entrevistas semiestructuradas permitirán explorar en profundidad las experiencias de los participantes, lo que proporcionará una visión más rica de cómo la dependencia emocional y la depresión interactúan en sus contextos individuales.

Siguiendo la perspectiva de Creswell y Plano Clark (2018) sobre los métodos mixtos, este estudio combina análisis cuantitativos y cualitativos para fortalecer tanto la validez externa como interna de los resultados. El análisis estadístico de los datos cuantitativos se llevará a cabo mediante modelos de regresión lineal múltiple, como sugieren Hair et al. (2019), para identificar patrones y relaciones entre las variables, mientras que la parte cualitativa se analizará utilizando la codificación temática propuesta por Clarke y Braun (2017), enfocada en identificar patrones emergentes en los relatos de los participantes. El muestreo será de tipo intencional o por conveniencia (Patton, 2015), seleccionando hombres en un contexto institucionalizado que tras una evaluación exhaustiva y teniendo en cuenta los criterios establecidos previamente para su inclusión, se consideren aptos para el estudio. El tamaño de la muestra estará determinado por el principio de saturación teórica, como sugieren Charmaz (2014) y Sandelowski (2015), garantizando que se recojan suficientes datos para generar teorías emergentes a partir de la información cualitativa.

Este enfoque mixto permitirá un análisis profundo tanto de los datos cuantitativos, que proveerán una visión estadística de la relación entre las variables, como de los datos cualitativos, que ofrecerán una interpretación rica y contextualizada de la experiencia vivida por los sujetos, lo que resultará en un entendimiento más amplio y matizado del fenómeno.

El universo del estudio fue finito, tal como lo plantean Arias, Villasís y Miranda (2016), y se buscó evaluar a 200 hombres que se encontraran en la actualidad con una edad comprendida entre los 18 a 59 años que habían tenido contacto con los servicios de salud mental y/o programas comunitarios dirigidos a hombres en el distrito de San Juan Bautista, región Ayacucho, Perú.

En este contexto, no fue posible determinar a priori el tamaño muestral, ya que la cantidad final de participantes se basó en una base de datos de personas atendidas en diversos centros de salud, quienes fueron contactados uno por uno para solicitar su colaboración hasta agotar la lista. Por lo tanto, se utilizó un muestreo no probabilístico (Arias, Villasís y Miranda, 2016), en el que se evaluó a todos los participantes de la lista que aceptaron participar de forma voluntaria, conformando un tamaño muestral final de 150 adultos con pareja. Teniendo en cuenta algunos de criterios establecidos a lo largo del trabajo como elementos que permitan la inclusión, participaron en el estudio todos los sujetos mayores de edad que se encontraban en una relación de pareja durante al menos un año, que vivían con su pareja (convivientes o casados) y que, tras aceptar formar parte del estudio, completaron los cuestionarios de manera adecuada. En la Tabla 1 se puede observar cómo se han distribuido los participantes en función de diversos factores sociodemográficos.

**Tabla 1**

*Distribución de la muestra según datos sociodemográficos.*

Edad	Nivel educativo	Ocupación (Oc)	Tipo de relación	Tiempo de relación
20 a 30 N=33;22%	Primaria N=7;4,7%	Construcción (1) N=38;25,3%	Conviviente N=101;67,3%	1-5 años N=44;44%
31 a 40 N=49;32,7%	Secundaria N=63;42%	Seguridad (2) N=5; 3,3%		
41 a 50 N=48; 32%	Técnico N=15;10%	Independiente (3) N= 58,38,7%		6-10 años
Más de 50 N=20;13,3%	Universitario N=65;43,3%	Empleado N=43;28,7%	Casado N=49; 32,7%	Más de 10 años N=66;44%
		Estudiante(5) N=6; 4%		

Para la presente investigación se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional, elaborado y validado por Lemos y Londoño (2006). Este instrumento fue posteriormente validado en Perú por Lemos et al. (2019), quienes evidenciaron su validez estructural para ambos sexos ( $\chi^2(365) = 750.14$ ,  $p < .05$ ; RMSEA = .07; CFI = .92; TLI = .92) y para la presencia o ausencia de pareja ( $\chi^2(365) = 750.30$ ,  $p < .05$ ; RMSEA = .06; CFI = .92; TLI = .92). Esto indica que el cuestionario mantiene su estructura factorial en los grupos mencionados.

El cuestionario está compuesto por 23 ítems presentados en forma de afirmaciones, las cuales son respondidas mediante el empleo de una escala de Likert comprendida entre los números 1 (completamente falso) a 6 (me describe perfectamente).

Además, evalúa seis dimensiones: búsqueda de atención, ansiedad de separación, modificación de planes, expresión afectiva de la pareja, miedo a la soledad y expresión límite. La escala de Depresión de Beck II (BDI-II) fue desarrollada por Beck et al. (2009). Este instrumento, ampliamente utilizado a nivel mundial, está compuesto por 21 ítems que se agrupan en cinco áreas: afectiva, motivacional, cognitiva, conductual y física. Se elaboró con el propósito de realizar una medición de la intensidad de los síntomas depresivos mostrados en adultos, basándose en el modelo de Beck. Así, en cada uno de los ítems, el individuo evaluado debe seleccionar entre cuatro opciones dispuestas en un orden que va de menor a mayor gravedad (Beck et al., 1996).

Teniendo esto en consideración, en el presente estudio se consideró adecuado el empleo de la versión en español del BDI-II, cuya estructura factorial y datos normativos en el contexto peruano fueron analizados por Sánchez et al. (2022). Este análisis encontró que el mejor modelo explicativo del instrumento es unidimensional, lo que mantiene la coherencia con otros modelos teóricos y facilita su interpretación. En ese mismo estudio se presentan percentiles adaptados a la realidad peruana, indicando que quienes obtienen puntuaciones entre 1 y 10 (percentiles 25 al 75) tienen un nivel bajo de depresión; aquellos con puntuaciones mayores a 11 pero menores a 19 presentan un nivel alto (percentiles 80 al 90); y quienes obtienen más de 19 puntos muestran signos de depresión severa (percentiles más de 90).

La participación de los hombres con pareja en la investigación fue voluntaria, confidencial y anónima. Se les solicitó firmar un consentimiento informado, lo que demuestra que participan libremente y por decisión propia. Se les explicaron los objetivos del estudio que se ha desarrollado, afirmando la preservación de sus derechos como participantes, tales como la confidencialidad, el respeto por su diversidad y la seguridad (Richaud, 2007). A cada uno de los participantes se les visitó en sus domicilios, donde se les comentaron los objetivos de la investigación y tras esto, se les invitó a participar en el estudio. En el momento en que se firmó el documento de consentimiento, se procedió a la aplicación del Cuestionario de Dependencia Emocional y de la Escala de Depresión, logrando aplicar dichos instrumentos a 150 hombres con pareja, teniendo siempre en cuenta aquellos criterios inclusivos determinados para la muestra de investigación.

## RESULTADOS

A continuación, se presentan las medias y desviaciones estándar de la depresión y la dependencia emocional de los adultos con pareja incluidos en la evaluación. En la Tabla 2 se aprecia que la media de la muestra para la escala de depresión es de 13,43, con una desviación estándar de 8,62 ( $DE = 8,62$ ). Este resultado se considera un nivel alto de síntomas depresivos, de acuerdo con el estudio de Sánchez et al. (2022), que analizó esta problemática en la población peruana. Por otro lado, la puntuación media de la dependencia emocional se sitúa en 59,7, con una desviación estándar de 19,64 ( $DE = 19,64$ ) y un percentil 50, lo que indica que este valor se clasifica como promedio según la categorización propuesta por Lemos y Londoño (2006).

Este hallazgo sugiere que, aunque los niveles de dependencia emocional se encuentran dentro de un rango aceptable en general, la variabilidad en las puntuaciones indica que algunos individuos pueden experimentar niveles significativos de dependencia que podrían influir en su bienestar emocional y en la dinámica de su relación de pareja. En relación con las seis dimensiones que componen la dependencia emocional, se identifican valores promedio en la mayoría de los subdimensiones evaluados. Sin embargo, se destaca el subdimensión "expresión de límites" (EL), que presenta una media de 5,66.

Este resultado se sitúa en el percentil 75, lo que sugiere que este aspecto particular de la dependencia emocional alcanza niveles altos en los participantes evaluados. Esta elevada puntuación en el subdimensión de expresión de límites podría indicar que, para estos individuos, la dificultad para establecer y mantener límites saludables en sus relaciones es un factor crítico que merece atención adicional en futuras investigaciones y en la intervención clínica.

De modo que estos resultados sugieren la existencia de niveles elevados de depresión y dependencia emocional entre los hombres con pareja en la muestra, lo que podría tener implicaciones significativas para su salud mental y el funcionamiento de sus relaciones. La identificación de estos patrones es fundamental para la formulación de estrategias de intervención que aborden tanto la depresión como la dependencia emocional, con el fin de promover el bienestar integral de esta población.

**Tabla 2**

*Puntuaciones de la muestra en las variables de estudio.*

	Medidas (Desviación estándar)	Pc
<b>Depresión (DEP)</b>	13,43 (8,62)	80
<b>Dependencia emocional (D)</b>	59,7 (19,64)	50
Ansiedad por separación (AS)	17,64 (7,11)	50
Expresión afectiva (EA)	11, 67 (4,60)	45
Modificación de planes (MP)	10,91 (4,50)	60
Miedo a la soledad (MS)	6,91 (3,21)	55
Expresión de límites (EL)	5,66 (2,76)	75
Búsqueda de atención	6,90 (2,76)	65

### **Análisis de correlación entre los síntomas depresivos y la dependencia emocional**

Antes de identificar las relaciones entre las diversas variables, se realizó un análisis de la normalidad univariante para determinar la idoneidad de utilizar la correlación de Pearson. Para ello, se aplicó la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov. Según este estadístico, si el valor p es mayor a 0,05, la muestra se considerará con distribución normal.

Dado que este criterio no se cumplió en ninguno de los casos, se optó por utilizar el coeficiente de correlación de Spearman. En la Tabla 3 se puede observar que la depresión (DEP) se relaciona significativamente con la dependencia emocional (D) y con algunas de sus dimensiones, tales como el miedo a la soledad (MS;  $r = 0,388$ ), la ansiedad por separación (AS;  $r = 0,305$ ), la expresión afectiva

(EA;  $r = 0,285$ ) y la expresión de límites (EL;  $r = 0,284$ ). Por otro lado, no se encontraron relaciones significativas con las dimensiones de modificación de planes (MP;  $r = 0,160$ ) y búsqueda de atención (BA;  $r = 0,105$ ), las cuales mostraron índices bajos y poco significativos.

**Tabla 3**

*Análisis de correlaciones entre la depresión y la dependencia emocional.*

	Rho de Spearman	p valor	Depresión (DEP)
Dependencia emocional (D)	,000		,338**
Ansiedad por separación (AS)	,000		,305**
Expresión afectiva (EA)	,000		,285**
Modificación de planes (MP)	,050		,160
Miedo a la soledad (MP)	,000		,388**
Expresión de límites (EL)	,000		,284**
Búsqueda de atención (BA)	,201		,105

Nota. Los \* y \*\* indican que  $p < .05$  y  $p < .01$ , correspondientemente. Elaboración propia de los autores.

### Dependencia emocional como predictora de los síntomas depresivos

Para evaluar la capacidad predictiva de la dependencia emocional en los síntomas depresivos, se llevaron a cabo modelos de regresión múltiple, considerando las dimensiones de la dependencia emocional que presentaron las correlaciones más altas en el análisis de Spearman. Se seleccionó como dimensión principal el miedo a la soledad, dado que mostró los niveles más elevados de correlación entre todos los componentes de la dependencia emocional, junto con la ansiedad por separación, la expresión afectiva y la expresión de límites.

Dentro de los modelos considerados, se tomaron en cuenta aquellos que cumplían con los supuestos de autocorrelación, evidenciados por un valor de Durbin-Watson de 1,81, que es inferior a 2 ( $p > 0,05$ ), así como los criterios de colinealidad, donde el factor de inflación de la varianza (VIF) se mantuvo por debajo de 5. Los hallazgos de la investigación indican que la ocupación de los participantes se erige como un predictor significativo de la sintomatología depresiva.

En este sentido, se identificó un modelo de regresión múltiple que incluye únicamente dos variables predictoras: la ocupación ( $-0,332$ ) y el miedo a la soledad (MS,  $0,305$ ). Este modelo demuestra una capacidad predictiva notable, ya que explica el 23,2% de la variabilidad en los síntomas depresivos ( $R^2 = 0,232$ ). La inclusión de la ocupación como variable ficticia permite observar que las puntuaciones varían del 1 al 5, categorizando el tipo de empleo de los participantes. Este enfoque proporciona una visión más matizada sobre cómo diferentes tipos de ocupaciones pueden influir en los niveles de depresión.

Los resultados indican que aquellos individuos que experimentan altos niveles de miedo a la soledad y que se encuentran empleados en sectores como la construcción y la seguridad presentan un riesgo significativamente mayor de desarrollar síntomas depresivos.

Estos hallazgos sugieren que la ocupación no solo actúa como un contexto socioeconómico, sino que también puede estar intrínsecamente ligada a la salud mental. En particular, el hecho de que trabajos en la construcción y la seguridad estén asociados con un aumento de los síntomas depresivos podría deberse a factores como el estrés laboral, la inestabilidad económica y las exigencias físicas de estas ocupaciones. Estos elementos deben ser considerados en la elaboración de políticas y programas de intervención dirigidos a la salud mental en estas poblaciones. Los detalles de estas relaciones y las implicaciones de los hallazgos pueden consultarse en la Tabla 4, que ilustra cómo la ocupación y el miedo a la soledad interactúan para influir en los niveles de depresión entre los participantes.

**Tabla 4**

*Modelo de regresión de la dependencia emocional y la depresión en adultos con pareja.*

Predictor	Coeficiente del modelo			Ajuste del modelo				
	Coeficiente de regresión no estandarizado	Coeficiente de regresión estandarizados (B)	Error estándar de la predicción (E)	t	p	R <sup>2</sup>	AR <sup>2</sup>	
DEP	Intercep.	14,276	-	7,061	4,498	,000	-	-
	Ocupac.	-2,315	-,332	-	-	,000	,141	,135
					4,542			
MS	,818	,305	-	4,176	,000	,232	,222	

## DISCUSIÓN

En concordancia con los objetivos establecidos en el presente estudio, se encontró una correlación moderada entre sintomatología depresiva y dependencia emocional en adultos con pareja de la región de Ayacucho, Perú, con un coeficiente de correlación de Spearman de  $\rho = 0,338$  ( $p < 0,001$ ). Este hallazgo sugiere que a medida que aumentan los niveles de dependencia emocional, también se incrementan los síntomas depresivos, lo que resalta la importancia de estas variables en la salud mental de la población estudiada.

De manera más específica, se identificaron hallazgos significativos en relación con la capacidad predictiva de la ocupación y el miedo a la soledad en hombres adultos con pareja en esta región ( $R^2 = 0,232$ ). Estos resultados son consistentes con investigaciones previas que también han documentado correlaciones significativas entre la dependencia emocional y la depresión (Palate y Eugenio, 2023; Deitchman, 2020). En particular, el miedo a la soledad se ha destacado como un factor crítico, ya que su relación con la sintomatología depresiva se ha evidenciado en estudios anteriores (Urbiola et al., 2017). Sin embargo, algunos factores, como la edad, no mostraron una relevancia significativa en este análisis. Esta falta de correlación contradice en gran medida los planteamientos de Deitchman (2020), quien encontró que la condición de ser adulto mayor se asociaba con un agravamiento de la relación entre depresión y dependencia emocional.

Este contraste sugiere que, dentro del contexto de Ayacucho, las dinámicas de la dependencia emocional y sus efectos sobre la salud mental pueden estar influenciadas por otros factores socioculturales y económicos específicos de la región, lo que podría justificar la variabilidad en los resultados. Rojas et al. (2020) evidenciaron que las personas con dificultades significativas en la regulación emocional tienden a presentar niveles más altos de depresión. Esta relación se ve moderada debido al grado de tensión vivido durante la disolución y la persona que decidió llevar a cabo la separación. Específicamente, se identificó una relación tanto directa como moderada entre la disregulación emocional y áreas afectivas. De manera similar, Brewer y Olive (2014) confirmaron que los individuos con dependencia en sus relaciones interpersonales muestran una mayor tendencia a experimentar síntomas depresivos. Esto los lleva a evitar asumir riesgos, lo cual puede interpretarse como un mecanismo de adaptación al entorno y, posiblemente, como una estrategia para protegerse del juicio ajeno.

Es importante señalar que todos estos estudios se llevaron a cabo con estudiantes universitarios relativamente jóvenes, a diferencia del presente estudio, que abarcó a adultos de diversas edades y ocupaciones. Esto resulta en un grupo heterogéneo, en el que la única característica compartida es la presencia de una relación de pareja estable. La dependencia emocional también se ha relacionado con episodios depresivos que ocurren antes de una pérdida. Esto sugiere que los individuos que presentan elevados grados de dependencia emocional tienden a estar excesivamente pendientes de su pareja, se culpabilizan y pueden llegar a sentirse inútiles (Avci y Kalkan, 2018). Los hallazgos de esta intervención sugieren que los niveles de depresión en la muestra evaluada son notablemente altos, mientras que la dependencia emocional se sitúa en niveles medios. Este hallazgo contrasta de manera significativa con el estudio realizado por Palate y Eugenio (2023), quienes reportaron que tanto la dependencia emocional como los síntomas depresivos estaban en niveles bajos en su muestra. Este contraste puede sugerir diferencias contextuales que merecen ser exploradas más a fondo.

La investigación de Rodríguez et al. (2017) destaca que las personas que presentan síntomas de depresión tienden a ser más autocríticas. Esta autocrítica puede afectar su eficacia en la identificación y reconocimiento de sus propios estados emocionales, lo cual, a su vez, puede estar relacionado con un mayor deseo de complacer a los demás.

Este deseo de aprobación puede intensificarse en el contexto de relaciones interpersonales caracterizadas por la dependencia emocional, donde la percepción de uno mismo puede verse distorsionada por la necesidad de validación externa. Resulta de vital relevancia especificar que, en algunos de los sectores de la sociedad peruana, la investigación psicológica, especialmente en lo que respecta al reconocimiento de dificultades socioemocionales, se encuentra en una etapa inicial (Torres et al., 2022).

Esto convierte a los resultados de este estudio en una de las primeras contribuciones significativas en el análisis de la dependencia emocional y su impacto en hombres con pareja dentro del contexto social de Ayacucho, Perú.

La necesidad de investigar estos fenómenos es apremiante, ya que proporcionan información valiosa para entender y tratar las dificultades emocionales en este grupo poblacional. Asimismo, el clásico estudio de Birtchnell et al. (1991) encontró una correlación alta entre los síntomas depresivos, la cognición depresiva, la baja autoestima, el neuroticismo y la dependencia patológica. Estos autores sugirieron que la dependencia emocional podría ser un componente inherente de la depresión. Dada la relevancia de estos hallazgos, es fundamental que futuros estudios contrasten estos resultados con la realidad andina. Tal contraste permitirá el desarrollo de modelos teóricos que no solo sean pertinentes, sino que también respondan adecuadamente a las necesidades específicas de la población en cuestión.

### **Limitaciones y futuras líneas de investigación**

Entre las principales limitaciones de este estudio se destaca la dificultad para implementar un muestreo aleatorio. Los participantes fueron seleccionados de una lista de pacientes atendidos en centros institucionalizados, lo que excluyó a otras personas que podrían haber contribuido al estudio. Dado que el método de muestreo utilizado fue no probabilístico y basado en conveniencia, los resultados obtenidos no pueden ser generalizados. Por lo tanto, futuros estudios deberían considerar la realización de muestreos aleatorios con un tamaño muestral mayor. Además, sería beneficioso complementar la recolección de información de individuos que reciben atención socioemocional con datos de un grupo de control. Esto permitiría examinar si la correlación entre las variables de estudio puede ser moderada o mediada por la intensidad de la sintomatología presentada.

En el marco de la investigación sobre la dependencia emocional y la sintomatología depresiva, es fundamental ampliar el enfoque hacia la evaluación de adultos varones, tanto aquellos que están en una relación de pareja como los que no. Esta evaluación debería incluir no solo a individuos normotípicos, sino también a aquellos que presentan diagnósticos de salud mental, como trastornos de ansiedad, depresión, trastorno bipolar o problemas alimentarios. La comparación entre estos grupos puede ofrecer valiosas perspectivas sobre la interacción entre las variables estudiadas y cómo los diferentes contextos de salud mental pueden influir en la dependencia emocional y la depresión.

Además, es crucial tener en cuenta diversas características personales que pueden impactar los resultados. Factores como el nivel educativo, la trayectoria profesional, la edad, y antecedentes de violencia son elementos que podrían modificar la relación entre la dependencia emocional y la depresión. De acuerdo con Deitchman (2020), estas características pueden desempeñar un papel significativo en la forma en que los individuos experimentan y expresan su salud emocional.

Otro aspecto que limita este estudio es la falta de consideración de factores adicionales que pueden afectar al bienestar psicológico de los involucrados. Por ejemplo, no se evaluaron los motivos de consulta, los diagnósticos específicos que pudieran haber recibido, ni el tiempo que llevan recibiendo atención psicológica. Estos elementos son importantes porque pueden interrelacionarse con la dependencia emocional y los síntomas depresivos.

Particularmente relevante es la vivencia de duelos, que a menudo presenta síntomas similares a los de la depresión (Brewer & Olive, 2014). Ignorar estas dimensiones puede llevar a una comprensión incompleta de la dinámica emocional de los participantes. Por lo tanto, futuros estudios deberían abordar estas y otras variables que podrían ayudar a explicar la conducta depresiva en adultos de la comunidad andina. Sería valioso desarrollar investigaciones prospectivas que analicen la evolución de la sintomatología en hombres con pareja que están en riesgo de desarrollar depresión o que ya la padecen.

Este enfoque no solo enriquecería el entendimiento teórico de la relación entre dependencia emocional y depresión, sino que también podría informar estrategias de intervención más efectivas que se adapten a las necesidades específicas de esta población.

### CONCLUSIONES

Este estudio ha evidenciado la capacidad de la ocupación y el miedo a la soledad para explicar los sentimientos de soledad en hombres con pareja en Ayacucho, Perú. La depresión y dependencia emocional son dificultades que resultan críticas y que afectan a esta población masculina, por lo que es esencial prestar la debida atención e investigar a fondo estos temas. Este patrón de necesidad emocional puede contribuir significativamente a la sintomatología depresiva. En relación con la hipótesis planteada, existe una relación significativa entre depresión y dependencia emocional en hombres con pareja que son beneficiarios de un servicio de salud comunitario.

Se encontraron hallazgos significativos sobre la capacidad predictiva de la ocupación y el miedo a la soledad en adultos varones con pareja, identificando estos factores como determinantes clave de la depresión en hombres. Esta investigación representa una contribución valiosa, dado que aborda un tema poco estudiado en la población masculina andina. Identifica los factores que generan dependencia emocional y depresión, así como la forma en que los hombres en relaciones de pareja experimentan vulnerabilidad en su mundo emocional, lo que puede llevar a la pérdida de atributos asociados a su masculinidad.

### Conflictos de intereses

No se presenta ningún conflicto de intereses.

### Agradecimiento

Expresamos nuestro más sincero agradecimiento a los hombres del distrito de San Juan Bautista, quienes han sido una pieza clave en la ejecución de esta investigación. Sin su valiosa colaboración, este trabajo no habría podido llevarse a cabo. Asimismo, extendemos nuestro agradecimiento a nuestras familias y a todas las personas que nos han ofrecido su respaldo y apoyo incondicional a lo largo de este proceso.

## REFERENCIAS

- Aguayo F. (2022). La depresión masculina y sus síntomas: Un estudio cualitativo con hombres adultos chilenos. *Revista Salud colectiva*, 18(16). <https://doi.org/10.18294/sc.2022.3942>
- Arias, J., Villasís, M. y Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. <https://pdfs.semanticscholar.org/05a0/92b010acf9756ec0e800749bbe868c4e68f7.pdf>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Avcı, G. y Kalkan, M. (2018). The effect of interpersonal dependency tendency on interpersonal cognitive distortions on youths. *Journal of Human Behavior in Social Environment*, 28(6), 771-786. <https://doi.org/10.1080/10911359.2018.1458681>
- Baños C. (2021). Síntomas depresivos en adultos peruanos: un análisis de redes. *Revista virtual de la Sociedad Paraguaya de Medicina Interna*, 8(2). <https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2021.08.02.11>
- Beck, A. (2002). *Terapia cognitiva de la depresión*. Desclée de Brouwer
- Beck, A. (2008). The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates. *The American Journal of Psychiatry*, 165(8), 969-977. <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.2008.08050721>
- Beck, A. T., Steer, R.A. y Brown, G. K. (1996). *BDI-II. Beck Depression Inventory* (2nd ed.). The Psychological Corporation.
- Beck, A., Robert A., y Gregory K. (2009). *Inventario de depresión de Beck* (2da ed.). Paidós.
- Beck, A., Rush, A., Shaw, B. y Emery, G. (2010). *Terapia cognitiva de la depresión* (19.ª ed.). Desclée de Brouwer.
- Beck, A.T., Freeman, A., Pretzer, J., Davis, D., Fleming, B., Ottaviani, R., Beck, J., Simón, K., Padesky, C., Meyer, J. y Trexler, L. (1995). *Terapia cognitiva de los trastornos de la Personalidad*. Paidós Ibérica.
- Birtchnell, J., Deahl, M. y Falkowski, J. (1991). Further exploration of the relationship between depression and dependence. *Journal of Affective Disorders*, 22, 221-233. [https://doi.org/10.1016/0165-0327\(91\)90068-4](https://doi.org/10.1016/0165-0327(91)90068-4)
- Brewer, G. & Olive, N. (2014). Depression in men and women: relative rank, interpersonal dependency, and risk-taking. *Evolutionary behavioral sciences*, 8(3), 142-147. [10.1037/h0097761](https://doi.org/10.1037/h0097761)
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento*. Alianza Editorial.
- Castillo, E.G. (2017). Dependencia emocional, estrategia de afrontamiento al estrés y depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja de la ciudad de

- Chiclayo. *Revista Paian*, 8(2), 36-62.  
<https://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/735/645>
- Charmaz, K. (2014). *Construyendo teoría fundamentada* (2.ª ed.). Sage.
- Clarke, V., y Braun, V. (2017). Análisis temático. *The Journal of Positive Psychology*, 12(3), 297-298. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1262613>
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2018). *Diseño y conducción de investigaciones de métodos mixtos* (3.ª ed.). Sage.
- De la Villa, M., Silvent, C., Ovejero, A, y Cueto, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelos explicativos. *Terapia psicológica*, 36(3). <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082018000300156>
- Deitchman, A. (2020). *Interpersonal Dependency and Depression: A Meta-Analytic Review*. [Tesis doctoral, Adelphi University]. Proquest.
- Echeburúa, E., Amor, P., Sarasua, B., Zubizarreta, I., Camarillo, L. y Ferre, F. (2023). La dependencia emocional en hombres maltratadores de su pareja en tratamiento comunitario: un estudio piloto. *Anuario de Psicología Jurídica*, 33(1). 1-7. <https://journals.copmadrid.org/apj/art/apj2022a1>
- Fernández, M, Dema, S. y Fontanil, Y. (2018). *La influencia de los roles de género en el consumo de alcohol: estudio cualitativo en adolescentes y jóvenes en Asturias*
- Flick, U. (2014). *Una introducción a la investigación cualitativa* (5.ª ed.). Sage.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., y Anderson, R. E. (2019). *Análisis multivariante de datos* (8.ª ed.). Cengage.
- Heilman, B., Barker, G. y Harrison, A. (2017). *La caja de la masculinidad: un estudio sobre lo que significa ser hombre joven en Estados Unidos, el Reino Unido y México: Hallazgos clave*. Promundo y Unilever.
- Lemos, M., Vásquez, A. y Román-Calderón, J.P. (2019). Potential Therapeutic Targets in People with Emotional Dependency. *International Journal of Psychological Research*, 12(1), 18 – 27. <https://doi.org/10.21500/20112084.3627>
- Lemos, M., y Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal Redalyc*, 9(2), 127-140. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2263254>
- Lescano, G.S. y Salazar, V. (2020). Dependencia emocional, depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia. *Delectus*, 3(3). <https://doi.org/10.36996/delectus.v3i3.81>
- Merlyn, M., Jayo, L., Morales, F. y Moreta, R. (2024). Los hombres también sienten: consecuencias de la masculinidad tradicional en la salud mental y relaciones de hombres ecuatorianos. *Masculinities & Social Changes*, 13(1), 20-41. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9373327>
- Olvera, C. y Luna, M. (2019). El malestar en los hombres: una revisión de alcances. *Caleidoscopio*, (42), 269-295. doi: 10.33064/42crscsh2148
- Organización Panamericana de la Salud (2018). *La carga de los trastornos mentales en la región de las Américas, 2018*.

- Palate, A. y Eugenio, L. (2023). Dependencia emocional y depresión en estudiantes universitarios. *Revista latinoamericana de ciencias sociales y humanidades*, 4(2), 2352-2366. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.762>
- Patton, M. Q. (2015). *Métodos de investigación cualitativa y evaluación* (4.ª ed.). Sage.
- Ponce C., y Aiquipa J. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. *Revista de psicología educativa Propósitos y Representaciones*, 7. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7nSPE.351>
- Richard, M.C. (2007). La ética en la investigación psicológica. *Revista Enfoques*, 19(1-2), 5-18. <https://www.redalyc.org/pdf/259/25913121002.pdf>
- Rodríguez, E., Ruiz, J.C., Valdéz, C., Reinel, M., Díaz, M., Flores, J., Crempien, C., Leighton, C., Botto, A., Martínez, C. y Tomicic, A. (2017). Estilos de personalidad dependientes y autocrítico: desempeño cognitivo y sintomatología depresiva. *Revista latinoamericana de Psicología*, 49, 102-109. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rlp.2016.09.005>
- Rojas, L., Gonzales M., Santelices M. y Ottenberg, D. (2020). Regulación emocional y depresión en divorciados: ¿Para quién es más importante esta relación? *Revista Terapia psicológica*, 38(3). <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000300363>
- Rosas, F. P., Valdés, G. K., Monroy V. I., Perez P. B. y Sanchez L. L. (2023). Depresión, ideación suicida y creencias irracionales: modelos explicativos en estudiantes de psicología. *Salud mental*, 46(2), 61-67. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2023.009>
- Sánchez, A., Farfán, E., de La Fuente, V. y Chávez, D. (2022). Estructura factorial y datos normativos del Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) en población general peruana. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(2), 158-170. <https://www.doi.org/10.14718/ACP.2022.25.2.10>
- Sandelowski, M. (2015). *Investigación cualitativa* (2.ª ed.). Routledge.
- Torres, S., Vásquez, H. y Chang, M. (2022). Revisión epidemiológica de los trastornos mentales en el Perú. *Psique Mag: Revista Científica Digital de Psicología*, 11(1), 98-108.
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., y Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en jóvenes: Relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y Estrés*, 23(1), 6–11. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2016.11.003>
- Uresti, K., Orozco, L., Ybarra, J. y Espinosa, M. (2017). Percepción del machismo, rasgos de expresividad y estrategias de afrontamiento al estrés en hombres adultos del noreste de México. *Acta universitaria*, 27(4), 59-68. <http://dx.doi:10.15174/au.2017.1273>
- Ventura, J. y Caycho, T. (2016). Análisis psicométrico de una escala de dependencia emocional en universitarios peruanos. *Revista de psicología*, 25(1). <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2016.42453>