

**Artículo de Investigación Original**

## **Relación entre la dependencia emocional y la capacidad resiliente en el ámbito universitario**

*Relationship between Emotional Dependence and Resilience Capacity in the University Context*

*Relação entre a Dependência Emocional e a Capacidade Resiliente no Âmbito Universitário*



Angel Sigcha Sigcha<sup>1</sup>  , Tania Marquines Carriel<sup>1</sup>  ,  
Nelly Manjarrez Fuentes<sup>1</sup>  , Verónica Ortega Manjarrez<sup>2</sup>  

<sup>1</sup> Universidad Técnica Estatal de Quevedo, Ecuador

<sup>2</sup> Universidad Estatal Amazónica, Ecuador

**Recibido:** 2025-11-05 / **Aceptado:** 2025-12-20 / **Publicado:** 2026-01-03

### **RESUMEN**

La dependencia emocional se define como un estado psicológico caracterizado por conductas excesivas orientadas a evitar el abandono, demandas constantes de atención y dificultades en la toma de decisiones. En contraste, la resiliencia se concibe como la capacidad individual de afrontar situaciones adversas y transformarlas en experiencias de aprendizaje. El presente estudio tuvo como propósito analizar la relación entre dependencia emocional y resiliencia en estudiantes de las carreras de Gestión de Talento Humano y Administración de Empresas de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo. Se empleó un diseño cuantitativo, descriptivo, correlacional y transversal, con una muestra de 177 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se aplicó el Inventario de Dependencia Emocional (CDE) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados evidenciaron un predominio de niveles bajos de dependencia emocional y niveles altos de resiliencia. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas en función de la edad; sin embargo, se identificó una correlación inversa y significativa entre la dependencia emocional y la resiliencia ( $Rho = -0,257$ ;  $p < 0,001$ ).

**Palabras clave:** dependencia emocional; resiliencia; estudiantes universitarios; bienestar psicológico; contexto académico

### **ABSTRACT**

Emotional dependence is defined as a psychological state characterized by excessive behaviors aimed at avoiding abandonment, constant demands for attention, and difficulties in decision-making. In contrast, resilience is conceived as the individual's ability to cope with adverse situations and transform them into learning experiences. The purpose of this study was to analyze the relationship between emotional dependency and resilience in students studying Human Talent Management and Business Administration at the Quevedo State Technical University. A quantitative, descriptive, correlational, and cross-sectional design was used, with a sample of 177 students selected through students, selected through non-probabilistic convenience sampling. Data collection was carried out using the Emotional Dependency Inventory (CDE) and the Wagnild and Young Resilience Scale. The results showed a predominance of low levels of emotional dependency and high levels of resilience. No statistically significant differences were found based on age; however, a significant inverse correlation was identified between emotional dependency and resilience ( $Rho = -0.257$ ;  $p < 0.001$ ).

**keywords:** emotional dependency; resilience; university students; psychological well-being; academic context

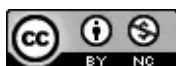
## RESUMO

A dependência emocional é definida como um estado psicológico caracterizado por comportamentos excessivos orientados a evitar o abandono, demandas constantes de atenção e dificuldades na tomada de decisões. Em contraste, a resiliência é concebida como a capacidade individual de enfrentar situações adversas e transformá-las em experiências de aprendizagem. O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre dependência emocional e resiliência em estudantes dos cursos de Gestão de Talentos Humanos e Administração de Empresas da Universidade Técnica Estatal de Quevedo. Foi utilizado um delineamento quantitativo, descritivo, correlacional e transversal, com uma amostra de 177 estudantes, selecionados por meio de amostragem não probabilística por conveniência. Para a coleta de dados, aplicaram-se o Inventário de Dependência Emocional (CDE) e a Escala de Resiliência de Wagnild e Young. Os resultados evidenciaram o predomínio de baixos níveis de dependência emocional e altos níveis de resiliência. Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas em função da idade; entretanto, identificou-se uma correlação inversa e significativa entre a dependência emocional e a resiliência ( $Rho = -0,257$ ;  $p < 0,001$ ).

**palavras-chave:** dependência emocional; resiliência; estudantes universitários; bem-estar psicológico; contexto acadêmico

## Forma sugerida de citar (APA):

Sigcha Sigcha, A. A., Marquines Carriel, T., Manjarrez Fuentes, N., & Ortega Manjarrez, V. (2026). Relación entre la dependencia emocional y la capacidad resiliente en el ámbito universitario. *Revista Científica Multidisciplinar SAGA*, 3(1), 17-28. <https://doi.org/10.63415/saga.v3i1.324>



Esta obra está bajo una licencia internacional  
Creative Commons de Atribución No Comercial 4.0

## INTRODUCCIÓN

En el actual escenario de transformación educativa, marcado por la globalización, la digitalización y eventos disruptivos como la pandemia por COVID-19, los estudiantes universitarios enfrentan una serie de retos que ponen a prueba sus recursos psicológicos y emocionales. Las demandas académicas, las transiciones vitales y la incertidumbre asociada a los cambios en los modelos pedagógicos exigen competencias que vayan más allá del conocimiento disciplinar, entre las cuales la resiliencia ocupa un lugar central. Esta competencia, entendida como la capacidad de afrontar de manera positiva la adversidad y adaptarse constructivamente a los desafíos, se ha consolidado como un predictor robusto del ajuste académico y personal en contextos universitarios (Caldera et al., 2016).

La dependencia emocional se manifiesta como una conducta en la que el individuo busca con insistencia mantener vínculos afectivos y cercanía física para sentirse aceptado, valorado y amado. Esta conducta también se distingue por la dificultad para tomar decisiones de manera autónoma y por reacciones impulsivas ante el temor al abandono, lo cual la convierte en un patrón

conductual desadaptativo (Gonzalez-Bueso et al., 2018); (Hilario Ramos et al., 2020); (Ponce-Díaz et al., 2019). Según Quiroz Fonseca et al., (2021) este tipo de dependencia se presenta con mayor frecuencia en las relaciones interpersonales, afectando el desempeño en actividades cotidianas y deteriorando la funcionalidad en ámbitos como el familiar, social y laboral.

El origen de esta problemática suele encontrarse en la infancia, cuando el individuo carece de vínculos seguros con figuras significativas, enfrenta experiencias de abandono frecuente o incluso maltrato (Martínez-Gómez et al., 2021). Además, es esencial considerar los cambios fisiológicos, psicológicos y emocionales que se experimentan a lo largo del desarrollo humano, especialmente durante la adolescencia. Esta etapa requiere acompañamiento adecuado para enfrentar los cambios y evitar que se conviertan en factores predisponentes de dependencia emocional, lo que podría llevar a conductas permisivas frente a situaciones de violencia (Iruarrizaga et al., 2019).

En ese contexto, la etapa universitaria representa un posible factor de riesgo, especialmente para quienes no han transitado

adecuadamente por las etapas anteriores del desarrollo. Las exigencias propias de la juventud, como la necesidad de aprobación social, pertenencia y búsqueda de pareja sentimental, pueden generar altos niveles de estrés y ansiedad que favorecen el desarrollo de la dependencia emocional (Rocha Narváez et al., 2019). En línea con esto, Ponce-Díaz et al., (2019) señalan que las relaciones sentimentales durante esta etapa pueden activar patrones de comportamiento formados en la infancia, caracterizados por una pasividad frente a la violencia. Las personas con dependencia emocional tienden a aceptar la desvalorización, el maltrato físico, emocional y psicológico, lo cual deteriora su salud mental.

Esta problemática es más frecuente entre personas con pareja, mientras que quienes permanecen solteros muestran menor probabilidad de desarrollarla. Además, diversos estudios han identificado que las mujeres presentan niveles más altos de dependencia emocional que los hombres, influenciados por factores económicos, antecedentes familiares, carencia de redes de apoyo y baja autoestima (Peredo et al., 2022). Por su impacto, se considera un tema urgente de abordar, ya que se asocia con el aumento de los casos de femicidio tanto en América Latina como a nivel global (Arellano Acate, 2019).

En relación con la resiliencia, autores como Caldera et al., (2016) han destacado su creciente relevancia, definiéndola como la capacidad de las personas para enfrentar situaciones altamente estresantes que afectan su funcionalidad. También implica la habilidad de aprender de las dificultades y adaptarse a ellas. Siguiendo esta línea, Hernández León et al., (2020) proponen entender la resiliencia como una habilidad que permite afrontar situaciones de riesgo, desarrollándose a partir de experiencias y aprendizajes continuos.

La resiliencia es considerada un factor clave para la salud mental, ya que permite a las personas afrontar dificultades en los ámbitos personal, familiar, social, académico y laboral (Estrada Araoz y Mamani Uchasara, 2020). Dada la importancia de la salud mental en el

contexto latinoamericano y mundial, es fundamental fomentar el desarrollo de la resiliencia desde edades tempranas mediante programas educativos con participación familiar, escolar y comunitaria (Paricio del Castillo y Pando Velasco, 2020).

Dumont et al., (2018) sostienen que, aunque las crisis y dificultades a lo largo de la vida son impredecibles, es posible responder adecuadamente a ellas mediante una gestión positiva de las emociones. Esta capacidad se puede aprender y convertir en un hábito. De igual forma, Finstad et al., (2021) plantean que las personas resilientes poseen herramientas de afrontamiento que les permiten sobreponerse a situaciones difíciles y fortalecer su crecimiento personal.

En un estudio realizado por Rocha Narváez et al., (2019) sobre la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Colombia, con una muestra de 500 jóvenes entre 18 y 25 años, se aplicaron cuestionarios sobre apego y dependencia emocional. Los resultados mostraron que el 60% de los participantes presentaban dependencia emocional, con diferencias significativas entre géneros, siendo las mujeres quienes reportaron mayores niveles. Por su parte, Alcalá Solís et al., (2021) llevaron a cabo una investigación en México con 301 estudiantes preuniversitarios, quienes completaron instrumentos sobre riesgo de violencia y dependencia emocional. Se encontró que el 58% presentaba niveles elevados de dependencia emocional, principalmente en las dimensiones "evitar la soledad" y "necesidad de agradar", consideradas incluso como predictores de violencia. Además, se observaron diferencias por sexo, con los hombres mostrando puntajes más altos en dichas dimensiones.

En contraste, Buenaño Salinas et al., (2023) investigaron la relación entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Educación. Participaron 212 jóvenes y los resultados evidenciaron niveles elevados de resiliencia: el 67% mostró alta satisfacción personal, el 52% altos niveles de ecuanimidad

y el 68% manifestó sentirse bien consigo mismos.

En la misma línea, Hernández León et al., (2020) estudiaron la resiliencia en una muestra de 188 universitarios entre 18 y 27 años, comparándolos con trabajadores. A través del análisis, concluyeron que los estudiantes universitarios presentaban mayores niveles de resiliencia, lo que sugiere que la formación académica puede favorecer el desarrollo de esta capacidad.

En función de lo anterior, el objetivo principal de esta investigación fue analizar la relación entre dependencia emocional y resiliencia en estudiantes universitarios, así como determinar los niveles presentes en cada variable y comparar la dependencia emocional en función de la edad. Con ello, se busca aportar conocimientos significativos en torno a estos dos fenómenos, los cuales son fundamentales para la promoción de la salud mental.

## METODOLOGÍA

### Método

Esta investigación adopta un enfoque cuantitativo, lo que facilita la medición objetiva de las variables a través de la recolección de datos numéricos. Se clasifica como un estudio descriptivo, ya que analiza y expone las características de una población en relación con una variable específica. Además, tiene un alcance correlacional, lo que permite identificar la relación o asociación entre las variables mediante análisis estadísticos. Por último, se trata de un estudio transversal, dado que la recolección de datos se llevó a cabo en un único momento en el tiempo (Guevara Alban et al., 2020).

### Participantes

La muestra estuvo conformada por 177 estudiantes de las carreras de Gestión de Talento Humano y Administración de Empresas de la Universidad Técnica Estatal de Quevedo, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico, basado en la conveniencia del investigador. Se aplicaron los siguientes criterios de inclusión: a) haber firmado

correctamente el consentimiento informado, b) estar legalmente matriculados en alguna de las carreras mencionadas, c) no presentar enfermedades médicas o psicológicas que puedan influir en los resultados de la evaluación psicológica, d) haber tenido al menos una relación sentimental a lo largo de su vida, y e) tener entre 18 y 30 años de edad. Por otro lado, los criterios de exclusión considerados fueron: a) contar con un diagnóstico de trastorno mental, b) padecer alguna enfermedad física de relevancia, y c) presentar inconsistencias en el llenado de los formularios.

### Instrumentos

Para evaluar la variable de dependencia emocional se empleó el Inventario de Dependencia Emocional (CDE), un cuestionario conformado por 23 ítems con una escala de respuesta tipo Likert de 6 puntos, donde: 1 = Completamente falso, 2 = Mayormente falso, 3 = Ligeramente más verdadero que falso, 4 = Moderadamente verdadero, 5 = Mayormente verdadero, y 6 = Me describe perfectamente. En cuanto a la interpretación de los resultados, se establece que un puntaje compuesto (PC) de 44 o menos indica ausencia de dependencia emocional; un PC entre 45 y 85.7 refleja un nivel normal; mientras que un PC de 85.8 o superior sugiere un nivel elevado de dependencia emocional (Lemos Hoyos y Londoño Arredondo, 2006).

Para medir la variable de resiliencia se utilizó la Escala de Resiliencia desarrollada por Wagnild y Young en 1993. Esta herramienta consta de 25 ítems y emplea una escala tipo Likert con puntuaciones que van del 1 al 7, interpretadas de la siguiente forma: 1 = Totalmente en desacuerdo, 2 = En desacuerdo, 3 = Algo en desacuerdo, 4 = Ni en desacuerdo ni de acuerdo, 5 = Algo de acuerdo, 6 = De acuerdo, y 7 = Totalmente de acuerdo. La interpretación del puntaje total se clasifica así: entre 1 y 126 se considera un nivel muy bajo de resiliencia, de 127 a 139 un nivel bajo, entre 140 y 147 un nivel promedio, y de 148 a 175 un nivel alto (Sánchez-Teruel y Robles-Bello, 2015).

## Procedimiento

Tras obtener la autorización correspondiente para llevar a cabo la investigación, se coordinó oportunamente con la carrera de Gestión de Talento Humano y Administración de Empresas para aplicar los instrumentos de evaluación psicológica. Estos fueron digitalizados a través de la plataforma Google Forms para facilitar su distribución. Una vez enviado el enlace al responsable designado, se recopilaron las respuestas durante un período aproximado de dos semanas. Posteriormente, los datos fueron procesados y organizados en una matriz de Excel, que sirvió como base para el análisis estadístico. Dicho análisis fue realizado utilizando el software SPSS versión 25, aplicando técnicas estadísticas descriptivas, análisis de frecuencias, correlaciones y comparaciones entre grupos.

## RESULTADOS

En este apartado se presentan los resultados obtenidos respecto a las variables de dependencia emocional y resiliencia. Para la primera, se exponen las frecuencias y porcentajes derivados de la aplicación de la escala correspondiente; mientras que, en el caso de la resiliencia, se muestran los porcentajes globales que facilitan la verificación de los objetivos específicos planteados. Asimismo, se incorpora un análisis comparativo según la edad de los participantes y, finalmente, se examina la correlación existente entre ambas variables.

**Tabla 1**

*Estadísticos descriptivos de la edad de los participantes*

Estadístico	Edad
N	177
Media	21,4
Mediana	21,0
Desviación estándar	1,94
Mínimo	18
Máximo	29

**Nota.** N = tamaño de la muestra. La edad se expresa en años. La media y la desviación estándar se presentan como medidas de

tendencia central y dispersión, respectivamente.

En la muestra de 177 participantes se encuentra una edad mínima de 18 y máxima de 29, con una media de edad es de 21.4 con una desviación estándar de 1.94.

Los datos obtenidos tabla 2, mediante la escala de dependencia emocional permitieron evidenciar que la mayoría obtuvo un nivel bajo de dependencia emocional con el 55,8% (n=99), mientras que el 39% (n=69) presenta un nivel medio y finalmente el 5,2% (n=9) un nivel alto de dependencia emocional.

**Tabla 2**

*Nivel de dependencia emocional*

Niveles de dependencia emocional	f	%
Bajo	99	55,8%
Medio	69	39,0%
Alto	9	5,2%

**Nota.** f = frecuencia; % porcentaje; 177 observaciones

Los resultados de la tabla 3, muestran que la mayoría de los jóvenes, correspondientes al 44,8% (n=79), alcanzaron un nivel alto de resiliencia, seguidos por un 23,4% (n=41) que se ubicó en el nivel muy bajo, un 16,9% (n=30) en nivel bajo y, finalmente, un 14,9% (n=26) en nivel medio. En cuanto a la prueba de normalidad, se aplicó el Kolmogorov-Smirnov, cuyo resultado indicó que los datos no seguían una distribución normal; por tal motivo, se recurrió a la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney para comparar la dependencia emocional y la resiliencia entre los distintos grupos de edad.

**Tabla 3**

*Nivel de resiliencia*

Niveles de resiliencia	f	%
Muy bajo	41	23,4%
Bajo	30	16,9%
Medio	26	14,9%
Alto	79	44,8%

**Nota.** f = frecuencia; % porcentaje; 177 observaciones.



Dado que la distribución de las puntuaciones no fue normal, se aplicó la prueba U de Mann-Whitney, encontrándose que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los rangos promedios de dependencia emocional y resiliencia según los grupos de edad.

En el caso de la dependencia emocional, el grupo de 18 a 23 años obtuvo un rango promedio de 73,98 y el grupo de 24 a 29 años un rango de 81,31 ( $U = 3077,96$ ;  $p > 0,05$ ). Respecto a la resiliencia, el rango promedio

fue de 79,89 en los participantes de 18 a 23 años y de 74,92 en los de 24 a 29 años ( $U = 3182,55$ ;  $p > 0,05$ ).

Estos resultados evidencian que no existen diferencias significativas entre los dos grupos etarios, mostrando niveles similares tanto en dependencia emocional como en resiliencia, lo cual sugiere homogeneidad en el comportamiento de estas variables entre jóvenes y adultos jóvenes universitarios (tabla 4).

**Tabla 4**

*Comparación de las variables dependencia emocional y resiliencia con edades*

Rangos	Edades	N	Rango promedio	Suma de rangos
<b>Dependencia</b>	De 18 a 23	92	73,98	6763,00
	De 24 a 29	85	81,31	6642,00
	<b>Total</b>	<b>177</b>		
<b>Resiliencia</b>	De 18 a 23	92	79,89	7373,00
	De 24 a 29	85	74,92	6112,00
	<b>Total</b>	<b>177</b>		

**Nota.** N = tamaño de la muestra. Los rangos corresponden a la comparación de los grupos etarios mediante rangos promedio y suma de rangos, calculados a partir de una prueba no paramétrica para muestras independientes. Las edades se expresan en años.

Los resultados tablan 5, evidencian que los participantes con baja dependencia emocional presentan en su mayoría un nivel alto de resiliencia (53,5%), mientras que los niveles muy bajo y bajo alcanzan solo el 15,1% cada uno y el nivel medio un 16,2%.

Esto sugiere que una baja dependencia emocional favorece significativamente el desarrollo de recursos resilientes. En el grupo con dependencia emocional media, se observa una distribución más heterogénea: el 30,0% se ubica en resiliencia muy baja, el 20,3% en resiliencia baja, el 14,5% en nivel medio y únicamente el 34,8% alcanza resiliencia alta.

Estos resultados reflejan que conforme aumenta la dependencia emocional, disminuye la proporción de participantes con altos niveles de resiliencia.

Finalmente, los estudiantes con alta dependencia emocional se concentran principalmente en niveles bajos de resiliencia: el 62,5% en resiliencia muy baja, el 12,5% en resiliencia baja y solo el 25,0% en resiliencia alta. Este hallazgo confirma que una elevada dependencia emocional actúa como un factor limitante para el fortalecimiento de la resiliencia.

En síntesis, los datos respaldan la existencia de una relación inversa entre dependencia emocional y resiliencia, en la que los menores niveles de dependencia se asocian con una mayor capacidad de afrontamiento y adaptación, mientras que los niveles altos de dependencia se vinculan con una resiliencia reducida.

**Tabla 5***Tabla cruzada de dependencia emocional y resiliencia*

Dependencia emocional							
* Resiliencia							
			Resiliencia				Total
			Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	
Dependencia Emocional	Bajo	Recuento	15	15	16	53	99
		%	15,1%	15,1%	16,2%	53,5%	100,0%
	Medio	Recuento	21	14	10	24	69
		%	30,0%	20,3%	14,5%	34,8%	100,0%
	Alto	Recuento	6	1	0	2	9
		%	62,5%	12,5%	0,0%	25,0%	100,0%
Total		Recuento	42	30	26	79	177
		%	23.7%	16.9%	14.7%	44.6%	100.0%

**Nota.** N = 177. Los valores se presentan en frecuencias absolutas (recuento) y porcentajes por fila. La tabla cruzada muestra la distribución conjunta de los niveles de dependencia emocional y resiliencia en la muestra analizada.

Los resultados de la tabla 6, evidencia en el estadístico descriptivo de U Mann-Whitney, la significancia asintótica bilateral de la dependencia emocional es ,244 y para la resiliencia es ,464 mismos que son puntajes

mayores a 0,05 y se determina que no existen diferencias significativas con las variables de dependencia y resiliencia en comparación con las edades.

**Tabla 6***Estadísticos descriptivos de la prueba U de Mann-Whitney*

Estadístico de prueba		
	Dependencia emocional	Resiliencia
Mann-Whitney U	3077,961	3182,552
Wilcoxon W	6763,000	6112,000
Z	- 1,165	-0,732
Sig. Asintótica (bilateral)	,244	,464

**Nota.** Variable de agrupación: Edades

Dado que los datos no presentaron una distribución normal, se aplicó la prueba no paramétrica de correlación de Spearman. Los resultados evidenciaron una asociación negativa débil entre la dependencia emocional y la resiliencia ( $Rho = -,257$ ;  $p < 0,001$ ), lo cual

indica que a menores niveles de dependencia emocional corresponden mayores niveles de resiliencia y, de manera inversa, un incremento en la dependencia emocional se relaciona con una disminución de la resiliencia (tabla 7).

**Tabla 7***Prueba de correlación*

<b>Resiliencia</b>			
<b>Rho de Spearman</b>	<b>Resiliencia y Dependencia</b>	Coeficiente de correlación	-,257
		Sig. (Bilateral)	,0004 (<,001)
		N	177

**Nota.** La tabla muestra el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre las variables resiliencia y dependencia. El análisis evidencia una correlación negativa débil ( $\rho = -.257$ ), estadísticamente significativa ( $p < .001$ ), con un tamaño muestral de 177 participantes. La significancia es bilateral.

## DISCUSIÓN

En el presente estudio se evidenció una prevalencia de niveles bajos de dependencia emocional (55,8%) y niveles medios (39%). Este hallazgo coincide con lo reportado por Peredo et al., (2022) en su investigación realizada con estudiantes universitarios de Perú durante el periodo de confinamiento por la COVID-19, identificaron un predominio de niveles bajos de dependencia emocional (73,6%). Los autores explican que esta tendencia puede estar relacionada con el hecho de que la mayoría de los estudiantes se encontraban solteros, lo cual disminuye la probabilidad de establecer vínculos de pareja que favorezcan la dependencia. Además, señalan que en esta etapa los jóvenes priorizan sus metas personales y académicas, lo que refuerza la baja prevalencia de dependencia emocional.

Por otro lado, los resultados del presente estudio difieren de lo encontrado por Zárate-Depraect et al., (2022) quienes analizaron la dependencia emocional en estudiantes de medicina en México y reportaron que el 90,39% presentaba síntomas asociados a esta condición. Dichos resultados evidencian una mayor problemática en la interacción de pareja y en la autovaloración de estos estudiantes, lo que contrasta significativamente con lo hallado en la población analizada en esta investigación.

En relación con los niveles de resiliencia, se identificó que el 44,8% de los estudiantes alcanzó un nivel alto, mientras que el 23,4% presentó un nivel muy bajo, el 16,9% un nivel bajo y el 14,9% un nivel medio. Este hallazgo guarda concordancia con lo planteado por Valle Cortez et al., (2022) quienes, en su

investigación sobre resiliencia y ansiedad en jóvenes universitarios, encontraron que casi la totalidad de los participantes evidenció niveles elevados o muy altos de resiliencia, lo que refleja una marcada capacidad para afrontar dificultades cotidianas mediante estrategias adaptativas efectivas. Sin embargo, los resultados difieren de los obtenidos por Betancourt Gamboa et al., (2021) quienes hallaron que el 59,5% de los universitarios presentaba niveles bajos de resiliencia, un 22,3% niveles promedio y apenas un 9% niveles altos, lo que sugiere dificultades para enfrentar problemas en contextos sociales, familiares, académicos y laborales.

Respecto al análisis comparativo entre dependencia emocional, resiliencia y edad, no se observaron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos etarios de 18-23 y 24-30 años. Estos resultados coinciden con lo expuesto por Momeñe López y Estévez Gutiérrez, (2019) quienes sostienen que, a mayor resiliencia, disminuye la dependencia emocional y la incidencia de maltrato psicológico, ya que con el paso del tiempo los jóvenes adquieren aprendizajes y experiencias que favorecen una toma de decisiones más consciente. Este hecho puede interpretarse también desde las características propias de cada etapa del desarrollo evolutivo y de la maduración cognitiva asociada al pensamiento abstracto.

En cuanto al análisis correlacional, se determinó una relación inversa y proporcional entre la dependencia emocional y la resiliencia ( $\text{Rho} = -.257$ ;  $p < 0.001$ ). Este resultado coincide con lo reportado por Momeñe López y Estévez Gutiérrez, (2019) quienes



evidenciaron que, a medida que la dependencia emocional disminuye, la capacidad resiliente tiende a incrementarse. No obstante, contrasta con lo señalado por Cruz Ordinola et al., (2020) quienes en un estudio con población penitenciaria no encontraron relación significativa entre ambas variables ( $p = 0.980$ ), lo que sugiere que en contextos diferentes la dependencia emocional puede manifestarse de forma independiente a la resiliencia.

Los bajos niveles de dependencia emocional observados podrían estar asociados a un contexto académico que actúa como factor protector; los estudiantes universitarios, en su mayoría solteros, tienden a mantener un mayor control de su estado emocional y menor riesgo de dependencia en las relaciones de pareja. A su vez, el entorno social y académico en el que se desarrollan favorece la construcción de vínculos estables sin llegar a generar conductas de dependencia.

En lo que respecta a los niveles altos de resiliencia, estos resultados respaldan la idea de que los jóvenes han adquirido, a lo largo de su vida, habilidades resolutivas y estrategias adaptativas. La vida universitaria se presenta como un escenario favorable para fortalecer estas competencias, lo que explicaría por qué los estudiantes universitarios muestran una mayor resiliencia en comparación con otras poblaciones.

Se deben considerar algunas limitaciones del estudio. En primer lugar, la escasez de investigaciones previas sobre dependencia emocional y resiliencia en población universitaria dificulta la comparación exhaustiva de los resultados. Además, el acceso parcial a la población de estudio limitó la supervisión en la aplicación de los instrumentos, dado que algunos participantes no pudieron participar plenamente debido a compromisos académicos previamente establecidos.

## CONCLUSIONES

Los hallazgos del estudio evidencian que el nivel bajo de dependencia emocional predomina en la población universitaria analizada, lo cual podría estar vinculado al

contexto académico en el que se desenvuelven los estudiantes. La vida universitaria, caracterizada por un entorno que promueve el autocuidado psicológico, parece funcionar como un factor protector que favorece la estabilidad emocional. En este sentido, mantener relaciones familiares, sociales y académicas armónicas resulta fundamental para consolidar dicho equilibrio.

Asimismo, se observó que el nivel alto de resiliencia es el más frecuente, lo que indica que los universitarios cuentan con recursos para afrontar y superar adversidades. De manera complementaria, las relaciones afectivas saludables se perfilan como un elemento clave en el fortalecimiento de la resiliencia, dado que contribuyen al desarrollo personal, la superación de dificultades y el logro de metas.

En cuanto a la comparación entre las variables estudiadas y la edad, no se identificaron diferencias estadísticamente significativas, lo que sugiere que la edad no constituye un factor determinante en la manifestación de la dependencia emocional ni en el desarrollo de la resiliencia. No obstante, los resultados permiten inferir que los universitarios, independientemente de la etapa etaria, adquieren competencias emocionales que les permiten gestionar adecuadamente sus emociones y establecer límites saludables en las relaciones de pareja.

Finalmente, el análisis correlacional evidenció una relación inversamente proporcional entre dependencia emocional y resiliencia. Esto implica que niveles más bajos de dependencia emocional se asocian con mayores niveles de resiliencia, confirmando que ambas variables guardan una interacción dinámica que influye directamente en el bienestar emocional de los estudiantes universitarios.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alcalá Solís, X., Cortés-Ayala, L., & Vega-Cauch, J. (2021). Dependencia emocional y violencia en el noviazgo en estudiantes preuniversitarios. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la*

- Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales, 12(1), 29–45.  
<https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/4989824>
- Arellano Acate, L. P. (2019). Dependencia emocional y violencia en las relaciones de pareja en estudiantes de institutos de Trujillo. *Revista de Investigación de Estudiantes de Psicología JANG*, 8(1), 1–21.  
<https://doi.org/10.18050/jang.v18i1.2090>
- Bagdziūnienė, D., Žukauskaitė, I., Bulotaitė, L., & Sargautytė, R. (2025). Study and personal resources of university students' academic resilience and the relationship with positive psychological outcomes. *Frontiers in Psychology*.
- Betancourt Gamboa, K., Soler Herrera, M., & Colunga Santos, S. (2021). Niveles de resiliencia en estudiantes de Estomatología en la Universidad de Ciencias Médicas de Camagüey. *EDUMECENTRO*, 13(1), 1–15.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742021000100001](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000100001)
- Buenaño Salinas, A. L., Gavilanes López, W. L., Saltos Salazar, L. F., & Díaz Martín, Y. (2023). Emotional intelligence and resilience of university students during the COVID-19 pandemic. *Conciencia Digital*, 6(1.4), 1079–1097.  
<https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i1.4.2054>
- Cai, Z., & Meng, Q. (2025). Academic resilience and academic performance of university students: The mediating role of teacher support. *Frontiers in Psychology*, 16.
- Caldera, J., Aceves, B., & Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios: Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19(36), 227–239.  
<https://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>
- Cruz Ordinola, M. C., Carhuatocto Niño, A., & Díaz de Angulo, D. M. (2020). Dependencia emocional y resiliencia en internos del penal de Picsi. *Revista Científica PAIAN*, 11(1), 60–78.  
<https://doi.org/10.26495/rcp.v11i1.1338>
- Dumont, E., García, A., & Colina Ysea, F. (2018). Resiliencia en estudiantes universitarios. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 2(4), 43–78.  
<https://fundacionkoinonia.com.ve/ojs/index.php/saludyvida/article/view/243>
- Estrada Araoz, E. G., & Mamani Uchasara, H. J. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 56–68.  
<https://doi.org/10.17162/au.v10i4.491>
- Finstad, G. L., Giorgi, G., Lulli, L. G., Pandolfi, C., Foti, G., León-Perez, J. M., & Mucci, N. (2021). Resilience, coping strategies and posttraumatic growth in the workplace following COVID-19: A narrative review on the positive aspects of trauma. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9453.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph18189453>
- Fullerton, D., Zhang, L., & Kleitman, S. (2021). An integrative process model of resilience in an academic context: Resilience resources, coping strategies, and positive adaptation. *PLoS ONE*, 16.
- Gonzalez-Bueso, V., Santamaría, J. J., Merino, L., Montero, E., Fernández, D., & Ribas, J. (2018). Dependencia emocional en mujeres: Una revisión de la literatura empírica. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 5(1), 40–53.  
<https://hdl.handle.net/2117/331183>
- Guevara Albán, G. P., Verdesoto Argüello, A. E., & Castro Molina, N. E. (2020). Metodologías de investigación educativa: Descriptivas, experimentales, participativas y de investigación-acción. *RECIMUNDO*, 4(3), 163–173.  
[https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Haktanir, A., Watson, J., Ermis-Demirtas, H., Karaman, M., Freeman, P., Kumaran, A., & Streeter, A. (2018). Resilience, academic self-concept, and college adjustment among first-year students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 161–178.
- Hernández León, J. A., Caldera Montes, J. F., Reynoso González, O. U., Caldera Zamora, I. A., & Salcedo Orozco, S. (2020). Resiliencia: Diferencias entre estudiantes universitarios y jóvenes trabajadores. *Pensamiento Psicológico*, 18(1), 21–30.  
<https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PP.SI18-1.rdeu>
- Hilario Ramos, G. E., Izquierdo Muñoz, J. V., Valdez Ponce, V. M., & Ríos Cataño, C. (2020). Dependencia emocional y su relación con la violencia en parejas: Una

- aproximación descriptiva a la revisión de literatura. *Desafíos*, 11(2), 165–170. <https://doi.org/10.37711/desafios.2020.11.2.211>
- Iruarrizaga, I., Estévez, A., Momeñe, J., Olave, L., Chávez-Vera, M. D., & Ferre-Navarrete, F. (2019). Dificultades en la regulación emocional, esquemas inadaptados tempranos y dependencia emocional en la adicción al sexo o comportamiento sexual compulsivo en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(1), 76–103. <https://hdl.handle.net/20.500.14352/95714>
- Lemos Hoyos, M., & Londoño Arredondo, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127–140. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79890212>
- Mao, Y., Xie, M., Li, M., Gu, C., Chen, Y., Zhang, Z., & Peng, C. (2022). Promoting academic self-efficacy, positive relationships, and psychological resilience for Chinese university students' life satisfaction. *Educational Psychology*, 78–97.
- Martínez-Gómez, J. A., Cano-Sandoval, M., Soler-Cantillo, M. L., & Bolívar-Suárez, Y. (2021). Duelo amoroso, dependencia emocional y salud mental en mujeres que han terminado una relación de pareja. *Informes Psicológicos*, 21(1), 101–116. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v21n1a07>
- Momeñe López, J., & Estévez Gutiérrez, A. (2019). El papel de la resiliencia en la dependencia emocional y el abuso psicológico. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(1), 28–43. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6877064>
- Paricio del Castillo, R., & Pando Velasco, M. F. (2020). Salud mental infanto-juvenil y pandemia de COVID-19 en España: Cuestiones y retos. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 37(2), 30–44. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v37n2a4>
- Peredo, M., Mamani, N., Lazo, C., & Condori, S. (2022). Emotional dependence in university students in a period of confinement due to COVID-19. *Minerva*, 3(7), 17–24. <https://doi.org/10.47460/minerva.v3i7.49>
- Ponce-Díaz, C., Aiquipa Tello, J., & Arboccó de los Heros, M. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. *Propósitos y Representaciones*, 7(SPE), e351. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7nSPE.351>
- Qiu, Y. (2024). Psychological resilience in relation to college students' academic adaptation. *The Light*.
- Quiroz Fonseca, I. X., Godínez Gutiérrez, M. G., Jahuey Riaño, A. M., Montes Hernández, M. L., & Ortega Andrade, N. A. (2021). Autoestima y dependencia emocional en relaciones de pareja de estudiantes universitarios. *Educación y Salud*, 9(18), 91–98. <https://doi.org/10.29057/icsa.v9i18.6314>
- Rocha Narváez, B. L., Umbarila Castiblanco, J., Meza Valencia, M., & Riveros, F. A. (2019). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de jóvenes universitarios en Colombia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 15(2), 285–299. <https://doi.org/10.15332/22563067.5065>
- Sánchez-Teruel, D., & Robles-Bello, M. A. (2015). Escala de Resiliencia de 14 ítems (RS-14): Propiedades psicométricas de la versión en español. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 2(40), 103–113. <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645432011.pdf>
- Shereshkova, E. (2023). Resilient, social and psychological adaptation of students to the educational environment of the university. *Perspectives of Science and Education*.
- Valle Cortez, C. A., Villegas Larios, M. Y., Arias Flores, C., & Lizárraga de Maguiña, I. (2022). Ansiedad y resiliencia en tiempos de COVID-19 en estudiantes universitarios de Chiclayo. *Revista Científica CURAE*, 5(1), 3–16. <https://doi.org/10.26495/curae.v5i1.2198>
- Zárate-Depraect, N. E., Flores-Flores, P., Martínez-Aguirre, E. G., Alvarado-Félix, E., & Jiménez-Ramírez, C. R. (2022). Dependencia emocional en estudiantes de Medicina. *Revista Médica Herediana*, 33(2), 128–132. <https://doi.org/10.20453/rmh.v33i2.4246>
- Zhang, X., Huang, P., Li, B., Xu, W., Li, W., & Zhou, B. (2021). The influence of interpersonal relationships on school adaptation among Chinese university students during COVID-19 control period:

Multiple mediating roles of social support and resilience. *Journal of Affective Disorders*, 97–104.

## DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.



## DERECHOS DE AUTOR

Sigcha Sigcha, A. A., Marquines Carriel, T., Manjarrez Fuentes, N., & Ortega Manjarrez, V. (2026)



Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo la licencia Creative Commons de Atribución No Comercial 4.0, que permite su uso sin restricciones, su distribución y reproducción por cualquier medio, siempre que no se haga con fines comerciales y el trabajo original sea fielmente citado.



El texto final, datos, expresiones, opiniones y apreciaciones contenidas en esta publicación es de exclusiva responsabilidad de los autores y no necesariamente reflejan el pensamiento de la revista.