



Universidad de la República  
Facultad de Psicología

**Trabajo Final de Grado  
Artículo de revisión**

**Violencia en las relaciones de pareja: vinculación con el  
apego y dependencia emocional como factores de riesgo.  
Una revisión sistemática cualitativa**

Estudiante: Sebastián Abalo

Tutora: Prof. Adj. Marcela Schenck

Revisora: Prof. Adj. Anabel Beniscelli

**2021**

**Montevideo, Uruguay**

## Resumen

El objetivo de este trabajo consiste en la búsqueda y sistematización de artículos científicos para analizar el estado del arte en el período de 2010 hasta 2020, sobre los factores de riesgo psicológicos que inciden en tener más probabilidad a largo plazo de generar una relación de noviazgo violenta. En este artículo nos enfocamos en dos grandes ejes: el primero es el apego inseguro como factor de riesgo y el otro, la dependencia emocional dentro del noviazgo, sus orígenes y cómo identificar patrones de conducta destructivos en el vínculo. Se trabaja sobre el peligro vital en la falta de conciencia, al no tener capacidad de dar cuenta de la situación en la que se está viviendo, al justificar cada conducta propia y de la pareja. Finalmente se brindan herramientas protectoras para mejorar la calidad de vida de los sujetos.

**Palabras clave:** violencia en el noviazgo, apego inseguro, dependencia emocional.

## Abstract

This article is a systematic review of psychological risk factors that influence having a greater probability of generating a violent dating relationship. It focuses on the period 2010-2020. I explore two main variables: the first is insecure attachment as a risk factor and the other, emotional dependence within courtship, its origins and how to identify destructive behavior patterns in the bond. I explore the vital danger in the lack of conscience, of not having the ability to account for the situation in which a victim is living, justifying abusive behavior. Finally, I explore protective tools on this subject.

**Keywords:** dating violence, insecure attachment, emotional dependence.

## Índice

1. Introducción	4
2. Metodología	8
2.1. Primer criterio de búsqueda	8
2.2. Frases de búsqueda	8
3. Resultados	12
3.1. Violencia en el noviazgo	13
3.2. Apego como factor de riesgo	14
3.3. Dependencia emocional como factor de riesgo	17
4. Reflexiones finales	21
Bibliografía	23

## 1. Introducción

El objetivo de este trabajo consiste en la búsqueda y sistematización de artículos científicos, con el fin de recabar información sobre el estado del arte en el período que va de 2010 hasta 2020, de los factores de riesgo psicológicos que inciden en tener más probabilidad a largo plazo de generar una relación de noviazgo violenta.<sup>1</sup>

Comenzaremos explicando el concepto de violencia. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como

el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones. (2002, p.3)

Tanto la violencia en general como la violencia de género en particular tienen una alta prevalencia en la actualidad

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) define la violencia de género como

todo acto de violencia sexista que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psíquico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de libertad, ya sea que ocurra en la vía pública o en privado. (1995, p. 232)

Si bien esta área ha sido extensamente estudiada desde la perspectiva de género, en este trabajo se opta por seguir un camino menos explorado, con la intención de encontrar otros elementos que aporten a la discusión. Por ello, en este artículo nos enfocamos en dos grandes ejes: el primero es el apego inseguro como factor de riesgo y el otro, la dependencia emocional.

Los estereotipos sociales van formando a los géneros con determinados tipos de conductas según el “deber ser”: cómo ser una mujer aceptada y cómo ser un

---

<sup>1</sup> A lo largo de esta revisión, se mencionan autores que aportan teoría desde antes de la fecha establecida para el estudio. Esto se debe a que son visiones teóricas que están referidas en los artículos sistematizados.

hombre aceptado, por ejemplo. El problema es que estas pautas culturales generan desigualdades sociales, que perjudican a quienes no se identifican con los estereotipos establecidos y afecta particularmente a las mujeres. Con esto, la sociedad va reproduciendo la violencia por naturalizar que está aceptada en tanto el machismo la justifica, lo que puede generar comportamientos de violencia en una relación de pareja, si no se llega a un nivel de consciencia en los actos.

Celis y Rojas (2015) plantean que la violencia en el noviazgo refiere a aquellos comportamientos que, dentro de una relación íntima o de pareja, tienden a causar daño físico, psíquico o sexual a sus miembros.

Martín Peña et al. (2010) refieren al cambio de perspectiva en las últimas décadas, donde se observa que la violencia o el abuso psicológico ha cobrado una mayor relevancia en el ámbito social.

La violencia íntima o "dating violence" puede ser definida como el abuso físico, emocional y sexual, en una relación romántica en la que no existe vínculo legal ni cohabitación (Ruiz y Fawcett, citados en Vizcarra y Póo, 2011, p. 90).

En la identificación de factores asociados a la violencia de pareja, uno de los marcos conceptuales que se ha incorporado para su comprensión es la teoría del apego. Bowlby (1969, 1973, 1980) sostiene que los seres humanos tienen una propensión a buscar protección y seguridad en un otro significativo en momentos de vulnerabilidad.

Cuando hablamos de apego nos referimos esencialmente a las estrategias de autorregulación utilizadas por los niños y las niñas, especialmente con sus cuidadores, cuando se sienten amenazados o incómodos. En la adolescencia se produce una transición desde un sistema de apego centrado principalmente en la familia, a un sistema de apego centrado en el grupo de iguales y en las relaciones de pareja. Durante la adolescencia se establecen relaciones de apego estrechas con amigos o amigas íntimas y surgen las primeras relaciones de pareja. A través de esas relaciones sentimentales se experimenta con la intimidad, el cuidado mutuo y la expresión de afecto y se tiene acceso a las relaciones sexuales. Los y las

adolescentes aprenden a seleccionar una pareja con la que se sienten seguros (Allen, 2008).

Siguiendo a Simpson y Rholes (1998), “las expectativas de apego afectarán al individuo en su grado de comodidad ante las relaciones íntimas, en sus habilidades de confianza, en su nivel de dependencia y en el temor al abandono” (p. 46). Por su parte, Martínez-Álvarez et al. (2014) afirman que se han constatado asociaciones positivas entre la vinculación afectiva en la infancia y la calidad de la relación, comprobando además el efecto mediador del apego actual.

Por otra parte, tanto Barudy y Dantagnan (2005) como Groh et al. (2012) señalan que niños con apego inseguro evitativo esconden sus vivencias internas, lo cual los enajena de sí mismos, creando mecanismos de exclusión de afectividad y de protección. Relegar sentimientos puede generar falta de control y dificultades en el manejo de percepciones, reflexiones, emociones y actos, lo que a su vez aísla a los niños y niñas y obstaculiza su conexión con otros.

Siguiendo la línea de Barudy y Dantagnan (2005),

en el apego inseguro preocupado, el niño muestra un interés exagerado por la respuesta emocional de los demás. Ante una falta de cuidado de los padres, existen dos posibilidades; la primera, que el niño insista en la demanda de afecto y logre la interacción con sus cuidadores a través de comportamientos ansiosos; o la segunda, que manifieste pasividad o depresión llegando a causar enfermedades psicosomáticas debido al dolor de no sentirse amado. (p. 650)

Henderson, Bartholomew, Trinke y Kwong (2005) afirman que las personas con estilos de apego preocupado son aquellas que estarían en mayor riesgo de recibir violencia: “Ello porque el intenso temor al abandono y rechazo, junto con la percepción de poca valía personal que los caracteriza, podría favorecer que se mantengan en vínculos donde existe violencia” (p. 219).

Continuando con la línea de investigación, según Moral y Sirvent (2009), el apego inseguro habilita las dependencias sentimentales (DS). Se incluyen términos como

apego patológico o invalidante, tomándose así los antecedentes personales de carencias afectivas infantiles y el apego ansioso como indicadores de este trastorno.

Moral y Sirvent (2007) definen la dependencia emocional (DE) como un tipo de dependencia sentimental que "(...) se da entre dos sujetos no adictos y que se describe como un patrón crónico de demandas afectivas frustradas sobre una persona que intenta satisfacerse mediante relaciones interpersonales de apego patológico" (p. 90-91). Como características distintivas de los dependientes emocionales, estos autores destacan su posesividad en las relaciones, en las que sufren un intenso desgaste afectivo, su incapacidad de romper ataduras y una voracidad de amor y cariño.

La dependencia emocional (DE) se define como una adicción que conlleva la necesidad de contextualizarla en un marco conceptual más amplio, el de las dependencias sentimentales o afectivas, caracterizadas por la manifestación de comportamientos adictivos en una relación interpersonal con asimetría de rol y una actitud dependiente en relación al otro u otra (Moral y Sirvent, 2008).

Martín y Moral (2018) señalan que el dependiente emocional es una persona vulnerable emocionalmente que se encuentra eclipsado por el sujeto del que depende como consecuencia de un cúmulo de ilusiones, atribuciones, procesos hedónicos y expectativas infundadas. Precisamente esta idea de perdonar todo, junto con las características ya descritas, convierten al dependiente emocional en una potencial víctima de violencia por parte de su pareja y quizá también en un potencial agresor.

De acuerdo a Castelló (2005), la dependencia emocional en la pareja consiste en "la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones". En el siguiente apartado retomaremos el concepto de apego inseguro y dependencia emocional como factores de riesgo.

## 2. Metodología

Para el desarrollo de este trabajo se realizó una revisión sistemática cualitativa. La información se buscó a través de las siguientes bases de datos: ScienceDirect, MEDLINE, JSTOR Journals, Sage, ERIC, Ebscohost, BMJ, Cochrane, Springer Link, Emerald Insight, Cambridge y PubMed.

La importancia de esta fase radica en poder construir un filtro frente a las fuentes de información científica existentes, evitando el desbordamiento informativo (Benito et al., 2007). En el desarrollo, se tuvieron en cuenta los criterios de calidad PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses) (Liberati et al., 2009).

### 2.1. Primer criterio de búsqueda

La primera instancia de búsqueda fue mediante discernimientos de inclusión que se establecieron utilizando los siguientes filtros de búsqueda en idioma español:

- Período de tiempo: 2010-2020
- Países latinoamericanos, EE. UU. y Europa.
- Revistas arbitradas.
- Publicaciones académicas.
- Palabras clave que aparezcan en el abstract / resumen.

En cuanto a las palabras clave, fueron relacionadas a través de conectores lógicos.

### 2.2. Frases de búsqueda

1. AB *“Violencia de pareja”* AND *“Apego inseguro”* AND *“Mujeres”*.

En la primera instancia, las palabras claves incluían “*Violencia de pareja*” AND “*Apego inseguro*”. En esta primera fase de búsqueda, se encontraron 116 artículos conectados a la temática, de los cuales fueron 10 los que tenían relevancia para la revisión. Se descartaron 106 artículos.

Dentro de este grupo de palabras, que no tenían relevancia para esta revisión porque no entraban en la categoría de dependencia emocional y sobre la teoría del apego, las palabras que se encontraban eran:

- género y victimización, cuando quien agrede es la mujer en un vínculo heterosexual;
- dependencia emocional en agresores de pareja;
- violencia de pareja a través de internet;
- consumo de sustancias ilícitas;
- relaciones de pareja en el videojuego,
- derechos de las mujeres a vivir una vida libre, etcétera.

## 2. AB “*Violencia en el noviazgo*” AND “*dependencia emocional*”

En la segunda instancia, se relacionó “*Violencia en el noviazgo*” AND “*Dependencia emocional*”. Se cambió en el motor de búsqueda de “*violencia de pareja*” a “*violencia en el noviazgo*” porque el buscador filtraba muy poca información. Se encontraron 202 artículos de los cuales fueron seleccionados 12 por criterios de inclusión con la temática pertinente y se descartaron 190 por repetición en la búsqueda anterior. Dentro de este grupo de palabras que no se consideraron según los criterios explicitados en esta revisión se encuentran:

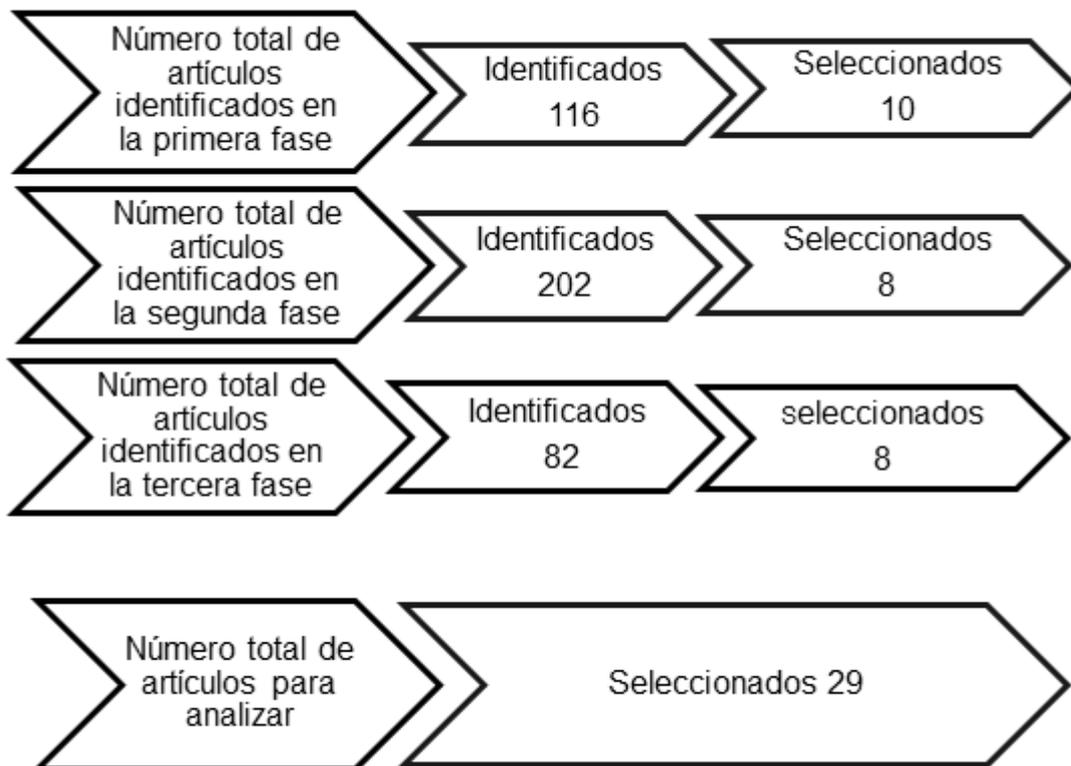
- las telenovelas generadoras estereotipos de género;
- la agresividad escolar en adolescentes;
- trata de personas; violencia intrafamiliar;
- violencia de género, etcétera.

## 3. “*Violencia en el noviazgo*” AND “*Baja Autoestima*” AND “*Infancia*”

En la tercera instancia se encontraron 82 artículos. De estos, 7 fueron pertinentes para su revisión y los restantes 75 no cumplían con los requisitos de inclusión en la temática que se estaba buscando. Dentro de este grupo de palabras que no tenían relevancia para esta revisión se encontraban:

- la ansiedad escolar;
- ciberacoso escolar;
- alcoholismo y violencia;
- negligencia del padre;
- ofensores sexuales, etcétera.

Diagrama 1. Síntesis del proceso de revisión



Fuente: Elaboración propia (2021).

### 3. Resultados

Tal como se visualiza en el diagrama 1, se revisó un total de 29 trabajos que vinculan la violencia en una relación de pareja con el tipo de apego desarrollado en la infancia y la dependencia emocional como factores de riesgo. En términos generales, se observa que todos los autores analizados coinciden en sus investigaciones. Dada la abundante evidencia que relaciona el maltrato infantil y los patrones inseguros de apego con consecuencias negativas en muchos dominios del desarrollo, todos los autores coinciden en que el apego inseguro incide directamente con un alto nivel de probabilidad de que las relaciones de noviazgo a lo largo de su transcurso se vinculen desde la violencia.

Las investigaciones revisadas dan cuenta de que el estilo de apego internalizado en la infancia condiciona fuertemente si se logra una relación de amor sana o violenta. Todas las investigaciones previas coinciden en que si se trabaja por un apego seguro a nivel global se podrían prevenir muchas relaciones de violencia a lo largo de su ciclo vital. Se entiende que el objetivo esencial de la intervención con los jóvenes desde estas perspectivas ha de perseguir el cambio en sus modelos y patrones relacionales vinculados con el apego. Tal modificación resulta viable en el marco de una experiencia relacional diferente que permita desconfirmar los modelos y estilos de apego preexistentes, bien sea en el contexto de una psicoterapia orientada relacionalmente.

En el caso de las personas con estilo de apego preocupado, el alto nivel de ansiedad asociada al abandono y la intensa necesidad de cercanía y aceptación del otro podría contribuir a que sean más proclives a mantenerse en relaciones de pareja en las que hay violencia.

Los autores analizados coinciden también en que el vacío emocional que deja el abandono en la infancia, la negligencia o violencia como causas del apego inseguro genera una dependencia emocional que provoca la búsqueda de saciar

ese vacío, sin importar que la otra persona la maltrate, a cualquier consecuencia, con tal de sentirse acompañada.

Conectando esto con el perfil clínico de los dependientes emocionales, una de las características primordiales es el apego excesivo, lo que nos demuestra que el apego inseguro está correlacionado con la dependencia emocional, que es un tipo de adicción hacia otra persona a causa el poco valor que se tiene hacia sí mismo y de los problemas de autoestima que padecen por no haber tenido una figura presente en su infancia.

### **3.1. Violencia en el noviazgo**

Moral et al. (2017) presentan los conceptos de asimilación de los tópicos del amor romántico asociado a patrones relacionales desadaptativos, lo cual se vincula a la identificación de la pareja con el ideal romántico, los pensamientos intrusivos, el proceso inhabilitante de idealización del otro y de la relación y la creencia en algo “mágico” en la relación, entre otros, como principales signos de tal proceso de retroalimentación. Por otra parte apuntan las graves consecuencias a largo plazo como la disminución de la autoestima de las personas, así como manifestaciones psicopatológicas como la ansiedad y la depresión.

La base etiológica no se fundamenta en exclusividad sobre lo caracterológico o lo relacional, sino que las representaciones sociales sobre el amor e incluso indicadores macro contextuales afectan a los desórdenes personales, la disfuncionalidad, la saliencia y la intensidad de los efectos toxicológicos son elementos clave de esa vinculación a los otros que se convierte en dependencia. (Sirvent, 2000, p. 168).

Exner-Cortes et al. (2012) afirman que: “Esta violencia se produce en una etapa evolutiva caracterizada por la formación de la identidad y el inicio de las primeras relaciones íntimas” (p. 74). González-Ortega, Echeburúa y Corral (2006) apuntan que en esta etapa surgen las primeras relaciones románticas, el mantenimiento de relaciones de pareja, como un tramo marcado y caracterizadas por situaciones frecuentes de violencia que puede contribuir a que los adolescentes elaboren

determinados patrones de interacción y ciertas creencias sobre las relaciones de pareja que pueden ser precursoras de la violencia de pareja en edad adulta. Estos autores plantean que algunos factores como la inmadurez emocional, expectativas idealizadas del amor, sesgos cognitivos, presencia de actitudes y creencias conservadoras sobre los roles de género y modelos sexistas que disculpen la violencia pueden influir en que se mantengan las relaciones de noviazgo conflictivas.

### **3.2. Apego como factor de riesgo**

Se articula la violencia en el noviazgo como factor de riesgo a partir del concepto de estilos de apego, que son definidos como “patrones sistemáticos de expectativas, necesidades y estrategias de regulación emocional que influirán sobre la manera en que las personas se desenvuelven en sus relaciones cercanas” (Feeney y Noller, 1990, p. 281).

Entre los factores de riesgo más investigados se encuentran los estilos de apego, es decir, los vínculos emocionales que se forman en la niñez con las personas de referencia y que suelen influenciar la forma de amar en la adultez. (Feeney y Noller, 1990, p. 285)

Estrada (2014) explica que “el concepto de apego es una herramienta útil para comprender el fenómeno de la ocurrencia de estados contradictorios como lo son la violencia y la intimidad” (p. 1).

Estas estructuras mentales frecuentemente se trasladan de la figura de referencia en la niñez a las relaciones sociales íntimas en la adultez y conllevan comportamientos de rechazo-acercamiento, ansiedad extrema y aislamiento dentro de estas relaciones” (Hazan y Shaver, 1987, p. 511-524).

Bowlby (2005) plantea que “cuando los padres no responden a la necesidad de protección del niño, pueden surgir dificultades para relacionarse, que en muchos casos perduran toda la vida” (p. 86). El autor resalta la importancia de las primeras interacciones positivas entre padres y sus bebés, pues constituyen la base

necesaria para que los recién nacidos desarrollen un apego saludable, es decir, la capacidad de vincularse positivamente con las figuras de referencia.

En la clasificación de Ainsworth, Blehar, Waters y Wall (1978) existen tres tipos de apego: el apego seguro, el apego inseguro evitativo (o rechazante) y el apego inseguro preocupado (o ansioso-ambivalente). Los autores Main y Solomon (1990) identificaron un último tipo de apego inseguro, al que llamarían trastorno del apego desorganizado (o no resuelto).

La seguridad del vínculo de apego ha sido definida por Ainsworth et al. (1978) como el estado de sentirse seguro o sin preocupación sobre la disponibilidad de la figura de apego.

En el apego seguro, la persona posee un modelo mental de confianza en sí misma y en los demás, favoreciendo el desarrollo de una mayor capacidad de afrontamiento y adaptación al entorno; cuando se trata de un adulto, permite manejar el estrés ambiental de forma más eficaz que el resto de los estilos inseguros. Las personas con tal estilo de apego son fáciles de conocer, con elevada autoestima y una imagen positiva tanto de sí mismas como de los demás; poseen una mayor apertura cognitiva que la que se observa en el resto de los estilos; carecen de problemas interpersonales graves; tienen expectativas positivas que los demás, las aceptan y les responden generalmente. (Bartholomew, 1987, p. 230).

El establecimiento de un tipo de apego seguro en la infancia permitirá al sujeto autoconcebirse como un individuo valioso y digno de afecto, pudiendo así ejercer un rol positivo en las relaciones con los otros en etapas posteriores. (Bowlby, 1979, p.184).

Recientes investigaciones han arrojado datos que parecen confirmar la evidencia del efecto mediador del apego en la calidad de las relaciones de pareja (Martínez et al., 2014), así como en la violencia de pareja (Loinaz, Echeburúa y Ullate, 2012). En la identificación de factores asociados a la violencia de pareja, uno de los marcos conceptuales que se ha incorporado para su comprensión es la teoría del apego, la cual como se estuvo indicando previamente sostiene que los seres

humanos tienen una propensión natural a buscar protección y seguridad en un otro significativo en momentos de vulnerabilidad (Bowlby, 1969, 1980, 1986). Loubat et al. (2007) reportan que el tipo de apego tiene influencia en la actitud que muestran las mujeres ante la violencia conyugal, y que estaría caracterizado por factores tales como la ansiedad por separación, interpretada como abandono, que surge de las experiencias infantiles al percibir a sus padres como no disponibles.

Los vínculos de apego que los niños que son víctimas de violencia intrafamiliar establecen íntima y socialmente con otras personas suelen ser el punto de partida de la transmisión de patrones transgeneracionales de violencia (Amar y Berdugo, 2006). Ansiedad y preocupación relacional, desconfianza y celos, junto con un profundo deseo de compromiso, serán los rasgos característicos de estos sujetos a la hora de establecer relaciones interpersonales en la adolescencia (Cooper, Albino, Orcutt y Williams, 2004).

Corsi (1994) plantea que la violencia conyugal es un fenómeno social que ocurre en un grupo familiar, y que consiste en el uso de medios instrumentales por parte del cónyuge para intimidar psicológicamente o anular física, intelectual y moralmente a su pareja con el objeto de disciplinarla según su arbitrio. Dutton (2007) apoya la relación entre violencia a la pareja y el apego inseguro desarrollado en la infancia, encontrando que un apego débil a los padres, caracterizado por poca calidez, confianza o comunicación positiva, exposición directa a su violencia y rechazo, así como un apego inseguro a las madres, predicen la violencia en la pareja.

Loubat et al. (2007) reportan que el tipo de apego tiene influencia en la actitud que muestran las mujeres ante la violencia conyugal, y que estaría caracterizado por factores tales como la ansiedad por separación, interpretada como abandono, que surge de las experiencias infantiles al percibir a sus padres como no disponibles. La evitación del abandono y el control tienen origen justamente en los patrones de apego (Babcock et al., 2000). En la investigación de Pinzón Luna y Pérez Villarol (2014) se plantea que el estilo de apego que caracterizaba a estas parejas fue el ambivalente/ preocupado en las mujeres y el evitativo en los hombres.

### **3.3. Dependencia emocional como factor de riesgo**

El perfil clínico y psicosocial de los dependientes emocionales destaca la subordinación a su pareja, la pérdida de su propia identidad, la posesividad, las escasas habilidades sociales, el apego excesivo, la poca autonomía, la reafirmación constante del amor hacia el sujeto del que se depende y la utilización de las relaciones para llenar su vacío emocional (González-Jiménez y Hernández-Romera, 2014).

En ese sentido, podría definirse la Dependencia Emocional como “un patrón crónico de demandas afectivas frustradas, que buscan desesperadamente satisfacerse mediante relaciones interpersonales de apego patológico” (Moral y Sirvent, 2009, p. 231). La imposibilidad de imaginar una existencia sin la pareja sella una relación de dependencia (Skvortsova y Shumskiy, 2014).

Estas estructuras se forman durante la infancia y adolescencia y condicionan la manera de ver el mundo que nos rodea, ya que magnifican, niegan o minimizan la información. Esta distorsión en el procesamiento de la información provocaría que fuesen significativamente disfuncionales, autodestructivos e interfirieran en la propia habilidad para satisfacer las necesidades básicas de estabilidad y autonomía (Wills y Sanders, 1997). Los esquemas desadaptativos tempranos están profundamente inspirados en la teoría del apego de Bowlby (1969, 1973, 1980).

El historial de abuso físico y psicológico en la infancia influye en el maltrato infantil en la siguiente generación, en la depresión y ansiedad, en los problemas de salud y en la victimización de violencia por parte de la pareja (Gaxiola y Frías, 2005) y aumenta la probabilidad de que la violencia se transmita generacionalmente (Crombach y Bambonyé, 2015). En función de la relación con los cuidadores primarios, los niños crean modelos representacionales sobre sí mismos, las figuras de apego y la relación con ellas (Bornstein, 1992; Estévez López, 2013). Las carencias afectivas tempranas se plantean como uno de los posibles factores ligados al origen de la dependencia emocional, las cuales podrían generar

disfuncionalidades en sus autoesquemas y pautas de interacción emocional y comportamental con los otros (Castelló, 2005).

Respecto a las diferencias intergénero, dados los roles sociales diferenciados, los varones expresan su dependencia de forma larvada, de modo que coexisten en el sujeto la necesidad afectiva y una intensa agresividad en la relación, es decir, el dependiente emocional no solo necesita, sino que también menosprecia a su pareja (Sirvent, 2000). La dependencia emocional suele estar presente tanto en la persona que agrede como en la víctima de la violencia en la pareja (Castelló, 2005). Se ha constatado una tendencia a la búsqueda de sensaciones y a la hiperestimulación por parte de los varones dependientes emocionales, mientras que las mujeres recurren con más frecuencia al autoengaño y al uso de mecanismos de negación y no afrontamiento (Moral y Sirvent, 2009). Históricamente, la dependencia no se ha percibido tan negativamente en la mujer como sucede en el caso del hombre (Bornstein, 1992) y se han encontrado comportamientos más ansiosos para las mujeres y más evitativos para los hombres (Lawson y Brossart, 2009).

Vinculando el estudio de la autoestima a la violencia y a la dependencia emocional en las relaciones de pareja, se constata que la baja autoestima ha sido mencionada en múltiples ocasiones como una consecuencia de la violencia en el noviazgo (González-Ortega et al., 2008; Vizcarra y Póo, 2011).

Esbec y Echeburúa (2011) relacionan a las personas que muestran dependencia emocional con la presencia de niveles bajos de regulación emocional y, en consecuencia, con conductas violentas precedidas por sentimientos de angustia o ira intensa ante la posibilidad real o imaginaria de un abandono por parte de su pareja.

Hirigoyen (2006) afirma que la Dependencia Emocional es una consecuencia del dominio y la manipulación de una pareja violenta, ya que estas crean una verdadera adicción que se puede explicar por mecanismos neurobiológicos y psicológicos que intentan, sin éxito, disminuir el sufrimiento del miembro de la

pareja que sufre los abusos. Amor et al. (2006) consideran que la yuxtaposición temporal entre el buen y el mal trato por parte del agresor provoca, por una parte, caídas en la autoestima y por otra, una necesidad incrementada de la pareja.

### **Dependencia emocional.**

Nuestra concepción de la Dependencia Emocional como una adicción conlleva la necesidad de contextualizarla en un marco conceptual más amplio, el de las dependencias sentimentales o afectivas, caracterizadas por la manifestación de comportamientos adictivos en una relación interpersonal con asimetría de rol y una actitud dependiente en relación al otro u otra (Moral y Sirvent, 2008).

McNaughton et al. (2015), en un estudio longitudinal realizado con población adolescente, hallaron que la exposición directa a la violencia (haber experimentado violencia por parte de un adulto) condujo a una mayor aceptación de las agresiones en el noviazgo.

Investigaciones realizadas en distintos países han identificado el maltrato sufrido en la infancia como un posible factor de riesgo de la violencia en el noviazgo en la juventud (González, Muñoz y Graña, 2009).

En este contexto, el autoengaño es un constructo que se caracteriza por engañarse a uno mismo derivando en un comportamiento regido por mecanismos de acción, tales como insinceridad y opacidad comunicativa, mixtificación y mecanismos de manipulación y reincidencia, entre otros, y que induce a un registro de la realidad distorsionado (Moral y Díaz, 2018). Las personas dependientes intentan reanudar la relación aferrándose a ella, evitando situaciones amenazantes, como es el caso de las discusiones, y llevando a cabo infinidad de actos con el fin de no romper la relación (Gómez Acosta e Izquierdo, 2013).

Por otra parte, autores como Pradas y Perles (2012) y Rodríguez-Franco et al. (2010) señalan que la Dependencia Emocional estaría en la raíz del mantenimiento de las relaciones de noviazgo violentas, ya que, al igual que la baja autoestima, aumenta la tolerancia a los abusos recibidos y dificulta que se termine con la

relación, como una dificultad adicional para salir de tales relaciones, cuando la víctima justifica las agresiones (Amor, Bohórquez y Echeburúa, 2006).

Además, en los dependientes emocionales su autoestima puede verse mermada al estar inmersos en una relación afectiva dependiente con personas por lo general narcisistas y explotadoras (Sirvent, 2000).

#### **4. Reflexiones finales**

El apego inseguro como factor de riesgo en la violencia en la pareja en Uruguay no ha sido investigado, por lo cual vemos limitaciones de un tema relevante a nivel país. Sí se hacen muchas investigaciones en la dimensión social, por ejemplo, con base en el género, pero a la violencia en la pareja en la dimensión psicológica no se le da la relevancia que tiene. En este trabajo de revisión no se encontraron artículos de investigación en revistas científicas que den cuenta como factores de riesgo el apego inseguro en la relaciones de pareja en el Uruguay, teniendo en cuenta que pueden existir artículos relacionados en la literatura gris, que no están incluidos en los motores de búsqueda seleccionados, lo cual da cuenta de sus limitaciones para tener una búsqueda más especializada a nivel territorial.

El mismo problema sucede en relación con la Dependencia Emocional, ya que no se encuentran artículos académicos sobre este tema en relación a la violencia en el noviazgo.

Por tanto, se entiende que es de gran relevancia poder indagar sobre los factores de riesgo sistematizados en esta revisión, ya que es importante generar apego seguro en los primeros años de vida, para poder obtener herramientas que servirán de apoyo en el ciclo vital de los individuos para construir relaciones basadas en el amor saludable y no en el amor violento

Otro punto para reflexionar es sobre la Dependencia Emocional, ya que resulta importante dar cuenta de que contamos con un tipo de adicción psicológica en la cual la persona no es consciente de la situación como, por ejemplo, en comparación de otro tipo de adicción como podría ser el alcohol o el cigarro. Por lo tanto, estas personas deberían acudir a la ayuda psicológica para poder disminuir o frenar dicha adicción. Si no se toma conocimiento de este tema a nivel social, tampoco se puede incidir para lograr un cambio a nivel psicológico.

La importancia del cuidado y protección con base en la demanda en la infancia son pilares fundamentales que hay que tener en cuenta para el futuro adulto de los

niños y niñas. Esto actuaría como factor protector, favoreciendo la puesta de límites ante la eventual presencia de episodios de agresión, así como la implementación de estrategias constructivas de resolución de conflictos. Además, su bajo temor al rechazo y al abandono contribuiría a que les fuese menos complejo terminar una relación cuando los niveles de conflicto empiezan a tornarse menos manejables.

Lo que pretendo destacar es que si bien es muy importante la implicación social y cultural, no se ha indagado con la misma magnitud en los factores de riesgo psicológicos. Este es el foco en el cual se orientó la presente revisión. Entiendo muy importante tener en cuenta la dimensión psicológica como factor protector para la prevención de la violencia en las relaciones de pareja heterosexuales ya que, dada la alta prevalencia de la violencia de género en este tipo de vínculos, ha sido la más estudiada.

## Bibliografía

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., y Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ., Erlbaum.
- Allen, J.P. (2008). El sistema de apego en la adolescencia. En J. Cassidy y P.R. Shaver (Eds.), *Manual de apego: teoría, investigación y aplicaciones clínicas* (pp. 419 - 435). Nueva York: The Guilford Press.
- Amar Amar, J. y Berdugo de Gómez, M. (2006). Vínculos de apego en niños víctimas de la violencia intrafamiliar. *Psicología desde el Caribe: revista del Programa de Psicología de la Universidad del Norte*, 18, 1-22.
- Amor, P., Bohórquez, I. y Echeburúa, E. (2006). ¿Por qué y a qué coste físico y psicológico permanece la mujer junto a su pareja maltratadora? *Acción Psicológica*, 4 (2),129-154. Universidad Nacional de Educación a Distancia Madrid, España
- Babcock, J. C., Jacobson, N. S., Gottman, J. M. y Yerington, T. P. (2000). Apego, regulación emocional y la función de la violencia conyugal: diferencias entre maridos seguros, preocupados y despedidos, violentos y no violentos. *Journal of Family Violence*, 15, 391-409. DOI:10.1023/A:1007558330501
- Bartholomew, K. ( 1987). *Evaluación del estado de apego de los adultos dentro de las relaciones románticas*. Datos brutos no publicados. Universidad de Stanford.
- Barudy, J. y Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa.
- Benito, P. J., Diaz, M. V., Calderón, J., Peinado, A.B., Martín, C., Álvarez, M., Morencos, E. y Pérez, J. (2007). La revisión bibliográfica sistemática en fisiología del ejercicio: recomendaciones prácticas. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 6(3), 1-11. <http://www.cafyd.com/REVISTA/art1n6a07.pdf>
- Bornstein, R .F. (1992). The dependent personality: development, social, and clinical perspectives. *Psychological Bulletin*, 112, 3-23.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, vol.1: Attachment*. Nueva York: Basic Books. (Trad. Cast.:El vínculo afectivo. Barcelona: Paidós 1993).

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, vol.2: Separation*. Nueva York: Basic Books. (Trad. Cast.: La separación afectiva. Barcelona: Paidós 1993)
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss, vol.3: Loss, sadness and depression*. Nueva York: Basic Books. (Trad. Cast.: La pérdida afectiva. Barcelona: Paidós 1993)
- Bowlby, J. (1986). *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata.
- Bowlby, J. (2005). *A secure base: Clinical applications of attachment theory, vol. 393*. Nueva York: Taylor y Francis.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional. Características y tratamiento*. Madrid: Alianza Editoria 3.
- Celis-Sauce, A. y Rojas-Solís, J. L. (2015). Violencia en el noviazgo desde la perspectiva de varones adolescentes [Violence in dating from the perspective of adolescent boys]. *Informes psicológicos, 15* (1), 83-104.
- Cooper, M.L., Albino, A.W., Orcutt, H.K. y Williams, N. (2004). Estilos de apego y ajuste intrapersonal: un estudio longitudinal desde la adolescencia hasta la edad adulta joven. En W.S. Rholes y J.A. Simpson (Eds.) *Apego adulto: teoría, investigación e implicaciones clínicas* (p. 438-466). Nueva York: The Guilford Press.
- Corsi, J. (1994). *Una mirada abarcativa sobre el problema de la violencia familiar*. Buenos Aires: Paidos.
- Crombach, A. y Bambonye, M. (2015). Intergenerational violence in Burundi: Experienced childhood maltreatment increases the risk of abusive child rearing and intimate partner violence. *European Journal of Psychotraumatology, 6*. 26995.  
DOI: 10.3402/ejpt.v6.26995
- Dutton, D. G. (2007). *La personalidad abusiva: violencia y control en las relaciones íntimas* (2.<sup>a</sup> ed.). Nueva York: The Guilford Press.

- Echeburúa, E. y Corral de, P. (2006). Secuelas emocionales en víctimas de abuso sexual en la infancia. *Cuadernos de Medicina Forense*; 12(43-44):75-82  
<http://scielo.isciii.es/pdf/cmfn/n43-44/06.pdf>
- Esbec, E. y Echeburúa, E. (2011). La reformulación de los trastornos de la personalidad en el DSM-V. *Act Esp Psiquiatr*, 39(1), 1-11.
- Estévez López, E. (2013). *Conducta agresiva y ajuste personal y escolar en una muestra de estudiantes adolescentes españoles*. Universidad Miguel Hernández de Elche, España. DOI: 10.11144/Javeriana.upsy14-1.caap
- Estrada, E. (2014). *El vínculo traumático*. Conferencia ULAPSI-Unión Latinoamericana de Entidades de Psicología. Universidad Rafael Landívar. DOI: 10.13140/2.1.5128.2883
- Exner-Cortes, D., Eckenrode, J., y Rothman, E. (2012). Longitudinal associations between teen dating violence victimization and adverse health outcomes. *Pediatrics*, 13(1), 71-78. DOI: 10.1542/peds.2012-1029.
- Feeney, J. y Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.  
DOI: 10.1037/0022-3514.58.2.281.
- Gaxiola Romero, J. C. y Frías Armenta, M. (2005, diciembre). Las consecuencias del maltrato infantil: Un estudio con madres mexicanas. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(2), 363-374.
- Gómez Acosta, A. e Izquierdo Martínez, S. (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psicología*, 7, 81-91.
- González Jiménez, A. J. y Hernández Romera, M.M. (2014). *Dependencia emocional basada en el género de los jóvenes adolescentes en Almería*. España.
- González Lozano, M. P., Graña Gómez, J. L., Muñoz Rivas Madrid, M. J. (2009). *Violencia en las relaciones de noviazgo entre jóvenes y adolescentes de la comunidad de Madrid* [Tesis de doctorado]. Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid.

- González-Ortega I., Echeburúa E. y de Corral, P. (2008). *Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes: una revisión*. Universidad del País Vasco. España.
- Groh, A. M., Roisman, G. I., van Ijzendoorn, M. H., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Fearon, R. P. (2012). The significance of insecure and disorganized attachment for children's internalizing symptoms: a meta-analytic study. *Child development, 83*(2), 591–610. DOI: 10.1111/j.1467-8624.2011.01711.x
- Hazan, C., y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 511-524.
- Henderson, A. J. Z. , Bartholomew, K., Trinke, S. J. y Kwong, M. J. (2005). Cuando amar significa herir: una exploración del apego y el abuso íntimo en una muestra comunitaria. *J Fam Viol 20*, 219-230. DOI: 10.1007/s10896-005-5985-y
- Hirigoyen, M. F. (2006). *Mujeres maltratadas. Los mecanismos de la violencia en la pareja*. Barcelona: Paidós.
- Lawson, D. y Brossart, D. (2009). Attachment, interpersonal problems, and treatment outcome in group therapy for intimate partner violence. *Psychology of Men & Masculinity, 10*, 288-301. DOI:10.1037/a0017043.
- Liberati, A., Altman, D., Tetzlaff, J., Mulrow, C., Gotzsche, P., Ioannidis, J., Clarke, M., Devereaux, P., Kleijnen, J. y Moher, D. (2009). The PRISMA statement for reporting systematic reviews and meta-analyses of studies that evaluate healthcare interventions: explanation and elaboration. *Clinical research, 339* (b2700). DOI: 10.1136/bmj.b2700.
- Loinaz, I., Echeburúa, E. y Ullate, M. (2012). *Estilo de apego, empatía y autoestima en agresores de pareja*. Universidad del País Vasco. España.
- Loubat, M., Patricia Ponce, N. y Patricia Salas, M. (2007). Estilo de apego en mujeres y su relación con el fenómeno del maltrato conyugal. *Terapia Psicológica, 25*(2), 113-122 DOI: 10.4067/S0718-48082007000200002
- Main, M. y Solomon, J. (1990). Procedures for identifying disorganized/disoriented infants during the Ainsworth Strange Situation. En M. Greenberg, D. Cicchetti y M. Cummings

- (Eds.), *Attachment in the preschool years* (pp. 121-160). Chicago: University of Chicago Press.
- Martín, B. y Moral, M. V. (2019, julio). Relación entre dependencia emocional y maltrato psicológico en forma de victimización y agresión en jóvenes. *Universidad de Oviedo I*, 10(2), 75-89.
- Martínez-Álvarez, J. L., Fuertes-Martín, A., Begoña Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I. y González-Ortega, E. (2014). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. *Anales de psicología*, 30(1), 211-220. DOI: 10.6018/analesps.30.1.135051
- Martín-Peña, J., Rodríguez-Carballeira, A., Escartín Solanelles, J., Porrúa García, C. y Willem Winkel, F. (2010). Strategies of psychological terrorism perpetrated by ETA's network: Delimitation and classification. *Psicothema*, 22(1), 112-117.  
<https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/9009>
- McNaughton, H. L., Foshee, V. A., Fortson, B. L., Valle, L. A., Breiding, M. J., y Merrick, M. T. (2015). Longitudinal mediators of relations between family violence and Adolescent dating aggression perpetration. *Journal of Marriage and Family*, 77 (7), 1016-1030.  
DOI: 10.1111/jomf.12200.
- Moral Jiménez, M. y Diaz García, N. (2018). Consumo de alcohol, conducta antisocial e impulsividad en adolescentes españoles. *Acta Colombiana de Psicología*, 21(2), 110-130.  
[https://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas\\_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/1070](https://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/1070)
- Moral, M. V. y Sirvent, C. (2007). Codependencia y género: análisis explorativo de las diferencias en los factores sintomáticos del TDS100. *Manuales de Psiquiatría*, 23(3), 90-91.
- Moral, M. V. y Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33(2), 145-167.

- Moral, M. V. y Sirvent, C. (2009). Dependencia afectiva y género: perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(2), 230-240.
- Moral, M.V., García, A., Cuetos, G., Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 8 (2), 96-10.
- Organización de las Naciones Unidas [ONU].(1995). *Informe de la cuarta conferencia mundial sobre la mujer*. Naciones Unidas. Nueva York.
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Washington, DC. OPS.
- Pinzón Luna, B.K. y Pérez Villarol, M. A. (2014). Estilos de apego: mujeres que sufren violencia conyugal. *Psicología y Salud*, 24(1), 65-75.
- Pradas Cañete, A. y Perles Novas, F. (2012). *Resolución de conflictos de pareja en adolescentes, sexismo y dependencia emocional*.  
<https://www.quadernsdepsicologia.cat/article/view/1041>
- Rodríguez-Franco, L, Lopez-Cespero, J, (2010). Validación del cuestionario de violencia entre novios (CUVINO) en jóvenes hispanohablantes: análisis de resultado en España, México y Argentina. [http://institucional.us.es/apcs/doc/APCS\\_6\\_esp\\_45-52.pdf](http://institucional.us.es/apcs/doc/APCS_6_esp_45-52.pdf)
- Simpson, J. A. y Rholes, W.S. (Eds.). (1998). *Teoría del apego y relaciones cercanas*. Nueva York: The Guilford Press.
- Sirvent, C. (2000). *Dependencias relacionales: codependencia, bidependencia, dependencia afectiva*. Paper presented at the I Symposium Nacional sobre Adicción en la Mujer. Madrid.
- Skvortsova, S. N. y Shumskiy, V. B. (2014). Existential-phenomenological analysis of dependence in close interpersonal relationships. *Existenzanalyse*, 31(1), 4-13.
- Vizcarra Larrañaga, M. B. y Póo Figueroa, A. M. (2011). *Violencia de pareja en estudiantes universitarios del sur de Chile*. Universidad de la Frontera, Temuco, Chile.

Wills, F. y Sanders, D. (1997). *Cognitive therapy: transforming the image*. Londres: Sage.