



Codependencia emocional en mujeres de adictos

NICOLÁS CONDÉS BALBOA, LAILA BERNAL FRADUA, JORGE MARTIJA TABERNERO, MANUEL MOLTÓ RODRÍGUEZ, ANTONIO GONZÁLEZ CORNEJO, FÉLIX RUEDA LÓPEZ, MARIA SOLER ALASANZ.

Comisión I+D Proyecto Hombre Alicante

PALABRAS CLAVE: Dependencia emocional, codependencia, validación de pruebas, rasgos.

El propósito de este artículo es dar a conocer el estudio realizado sobre la prevalencia de codependencia emocional en mujeres pareja de sujetos adictos en tratamiento en Proyecto Hombre Alicante. Las muestras estuvieron conformadas por mujeres con variables so-

ciodemográficas homogéneas. Se observan diferencias significativas entre las mujeres de adictos, cuyas parejas están en los inicios del tratamiento (llevan menos de dos meses) y las del grupo de los que continúan después de ocho meses.

INTRODUCCIÓN

El concepto codependencia se encuadra dentro de los tipos de dependencia emocional. Según Castelló, la dependencia emocional es la necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja.

Podemos encontrar diferentes tipos de dependencia emocional (Moral, 2006) como son:

Codependencia

Una condición en la que un individuo depende con el otro, no del mismo o de otro objeto externo, sino específicamente de la persona dependiente (Thombs, 1994).

Bidependencia

Es el conjunto de actitudes, comportamientos y afectos denotativos de que existe una dependencia de personas o situaciones que condicionan de manera relevante el quehacer del afectado y probablemente de la persona o personas involucradas (Sirvent, 2000).

Dependencia emocional

(Definida anteriormente).

Adicción al amor

Se define por la necesidad irresistible de tener pareja, de estar con ella, priorización de la persona objeto de la adicción con respecto a cualquier otra actividad, preocupación constante por acceder a ella en caso de no encontrarse presente, sufrimiento en caso de ruptura..., en definitiva, se trata de una de las nuevas adicciones sin sustancia (Castelló, 2005).

Así, la codependencia se ha definido como un patrón de comportamiento que se caracteriza esencialmente por el mantenimiento de una relación de dependencia afectiva con una persona que, a su vez, es controlada por un objeto de dependencia, que puede o no ser de tipo afectivo (Pérez y Delgado, 2003).

Es frecuente encontrar codependencia emocional en las parejas de sujetos adictos a las drogas. Por ello, a la hora de realizar una intervención terapéutica sistémica, centrada en la adicción, pueden darse interacciones entre ambas dependencias.

Por este motivo, resulta eficaz contar con información cuantitativa fiable que apoye el proceso terapéutico. Sin embargo, cuando nos disponemos a estudiar la codependencia emocional, descubrimos que se trata, de un campo poco explorado sobre el que existen escasas investigaciones en nuestro país. Es por esto que en Proyecto Hombre Alicante nos dispusimos a obtener datos acerca

La dependencia emocional es la necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja. Podemos encontrar diferentes tipos de dependencia emocional: codependencia, bidependencia, dependencia emocional y adicción al amor.

de la prevalencia de codependencia emocional en mujeres pareja de adictos en tratamiento en nuestro centro.

¿QUÉ MEDIR?

A raíz de lo anterior, establecimos diferentes objetivos a conseguir:

- por un lado, constatar que la codependencia emocional se encuentra en mayor grado en las mujeres pareja de sujetos adictos a sustancias que demandan tratamiento que en las mujeres pareja de población sana.
- por otro lado, ver si la codependencia emocional se encuentra en mayor grado en mujeres pareja de sujetos adictos a sustancias en el momento en que aquellos demandan tratamiento, que en las mujeres pareja de sujetos adictos a sustancias que continúan en el tratamiento después de ocho meses.

METODOLOGÍA

En este punto nos planteamos diseñar y validar un cuestionario ad hoc (por las características de la población de Proyecto Hombre Alicante) capaz de discriminar de forma cualitativa entre sujetos con y sin codependencia emocional, y además, que sea capaz de ofrecer una medida cuantitativa del nivel de codependencia emocional que un sujeto presenta.

Para la elaboración del cuestionario, se realizó un **análisis bibliográfico** con el objetivo de establecer los criterios y el enfoque teórico sobre codependencia que vamos a utilizar.

Posteriormente se establecieron los **rasgos** que definen la codependencia emocional y, en base a ellos, se redactaron **los ítems** que formarán parte del cuestionario definiéndolos en una escala likert con 6 opciones de respuesta.

A continuación se realizó una **prueba piloto** para identificar la adecuación y comprensión de enunciados, correcta categorización de respuestas y posibles resistencias psicológicas a ítems. En base a esta prueba vuelven a redactarse los ítems, conformando el cuestionario final.

Se observa una menor codependencia emocional en las mujeres que se encuentran en la fase más avanzada del tratamiento de su pareja en Proyecto Hombre Alicante.

Volvimos a pasar el cuestionario junto con otro cuestionario ya validado para medir codependencia emocional (CDE, Lemos M. & Londoño, N.H. (2006)), y comparamos las medias de las puntuaciones obtenidas por cada sujeto en ambos cuestionarios. De este modo, comprobamos que nuestro cuestionario mide correctamente la variable deseada. Al mismo tiempo, eliminamos los ítems que saturan poco en el constructo medido.

A continuación realizamos un análisis estadístico para estudiar la validez y fiabilidad del cuestionario:

- validez de ítems: se analizaron mediante una matriz de correlaciones de Pearson.

El análisis de la fiabilidad del cuestionario se realizó mediante la obtención de la consistencia interna analizando el coeficiente alfa de Cronbach.

La validez del cuestionario se analizó mediante:

- validez de contenido: selección de ítems en base a valoración de expertos.
- validez de constructo: análisis factorial.
- validez de criterio: relación de la puntuación de cada sujeto con un cuestionario estándar validado científicamente (CDE, Lemos M. & Londoño, N.H. (2006)).

La muestra para la validación del cuestionario y para la obtención de datos acerca de la existencia de mayor codependencia en parejas de sujetos adictos que en parejas de población sana se estableció en dos grupos compuestos por 50 mujeres cada uno (sujetos adictos en tratamiento en Proyecto Hombre Alicante y población sana).

A su vez, la muestra para analizar la fluctuación de los niveles de codependencia emocional en las parejas de sujetos adictos en tratamiento en Proyecto Hombre Alicante se dividió en dos grupos experimentales:

- Uno, compuesto por cincuenta mujeres pareja de sujetos adictos que llevan menos de dos meses realizando un proceso terapéutico en un programa de Proyecto Hombre Alicante.



- Otro, compuesto por cincuenta mujeres pareja de sujetos adictos que llevan más de ocho meses realizando un proceso terapéutico en un programa de Proyecto Hombre Alicante.

Se propició que las principales variables sociodemográficas (sexo y edad) en todos los grupos fueran homogéneas.

El análisis de los datos obtenidos en relación a la prevalencia de codependencia entre mujeres pareja de sujetos adictos en tratamiento en Proyecto Hombre Alicante (Grupo Experimental) y mujeres pareja de sujetos sanos (Grupo Control) se realizó mediante la obtención de medias y se expresaron de manera gráfica (Gráfico de barras).

El análisis de los datos obtenidos sobre las mujeres pareja de sujetos adictos en tratamiento en Proyecto Hombre, se realizó mediante la obtención de los índices de correlación de Pearson entre las variables tiempo de tratamiento y puntuación en codependencia. Además, se obtuvieron las medias en las puntuaciones de los sujetos evaluados para la variable tiempo de tratamiento, dividiendo a las mujeres pareja de adictos en personas con menos de 2 meses de tratamiento y personas con más de 8 meses de tratamiento.

CONCLUSIONES

En primer lugar queremos hacer notar que este estudio tiene algunas limitaciones como el tamaño de la mues-



tra y el hecho de que la totalidad de mujeres pareja de sujetos adictos en tratamiento pertenece a Proyecto Hombre Alicante. Aun así nos gustaría compartir algunas conclusiones.

- Tras la validación del cuestionario podemos proponer la aplicación de este instrumento con distintos fines:
 1. Como técnica orientativa hacia la medición de la codependencia en poblaciones similares a la del estudio.
 2. Hacia la detección y abordaje temprano de esta problemática en nuestro programa.
- Por otro lado, hemos constatado que existe mayor codependencia emocional en mujeres pareja de sujetos adictos que en mujeres pareja en población sana. Esto se podría explicar, atendiendo a nuestra experiencia, a la tendencia de estas mujeres a focalizar más su atención en el problema de su pareja, minimizando sus propias necesidades. Esto es así debido a que la adicción es un trastorno que conlleva desestructuración del propio sujeto, así como de su entorno próximo. Con respecto a lo anterior, creemos que sería importante llevar a cabo acciones que promuevan la identificación y el abordaje de las propias necesidades por parte de estas mujeres, sin que ello implique la ausencia de apoyo y seguimiento activo en el proceso de rehabilitación del adicto.
- Se observa una **menor** codependencia emocional en las mujeres que se encuentran en la fase más avanzada del tratamiento de su pareja en Proyecto Hom-

El desarrollo de ciertas actividades terapéuticas con estas mujeres, tales como grupos específicos de terapia, seminarios para familiares, grupos conjuntos con la pareja, etc., promueven mayor autonomía y la asunción de necesidades de la persona.

bre Alicante. Este hecho permite inferir que, de alguna manera, existen variables en nuestra intervención con el adicto, que favorecen esta disminución de la problemática estudiada.

Según nuestra observación, el desarrollo de ciertas actividades terapéuticas con estas mujeres, tales como grupos específicos de terapia, seminarios para familiares, grupos conjuntos con la pareja, etc., promueven mayor autonomía y la asunción de necesidades de la persona.

Por todo ello, consideramos relevante la realización de un análisis exhaustivo de las variables que componen nuestro tratamiento con el objetivo de fomentar aquellas que pueden influir en la disminución de esta problemática, contribuyendo con ello al objetivo de autonomía personal que persigue nuestro programa de rehabilitación de la persona adicta.

¡A TRABAJAR!

Además de la satisfacción de haber realizado este estudio, se nos han abierto nuevas líneas de trabajo que nos animan a seguir ampliando nuestro conocimiento en esta temática y posibilitan el afianzamiento de los resultados obtenidos.

Como nuevas acciones, tenemos previsto:

- Realizar un estudio longitudinal.
- Validar el cuestionario con población general.
- Análisis multifactorial.
- Identificar nuevas variables en respuesta a los ítems seleccionados (sensibilidad del ítem).
- Estudiar las variables que intervienen en la fluctuación de la codependencia dentro del tratamiento en Proyecto Hombre Alicante.

Este ánimo lo queremos hacer extensible a aquellas personas que como nosotros estén interesadas en el porqué de las cosas.