

La prevalencia de Codependencia y factores asociados en mujeres universitarias de la licenciatura de enfermería

The prevalence of Codependency and associated factors in university women of the nursing degree

Martha María Medellín Fontes

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Facultad de Psicología, México
martha.medellin@umich.mx

Deyanira Aguilar Pizano

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Facultad de Psicología, México
deyanira.aguilar@umich.mx

Elsa Edith Zalapa Lúa

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Facultad de Psicología, México
ezalapa@umich.mx

Resumen

Para Noriega (2011) la codependencia es un problema de relación dependiente, en la cual producen frecuentes sentimientos de insatisfacción y sufrimiento, la mujer se enfoca en satisfacer principalmente las necesidades de su pareja y de los demás dejando para el último las propias. Considera que está asociado a factores como: Mecanismos de negación, desarrollo incompleto de la identidad, represión emocional y orientación rescatadora. La codependencia en las relaciones de pareja se considera un problema multidimensional, cuyas dimensiones pueden asociarse con problemas derivados del consumo de sustancias, así como con problemáticas de maltrato de personas significativas, con situaciones afectivas como pérdidas en la infancia y las relacionadas con la estructura familiar; y el lugar que se ocupa en la familia, también influye el contexto cultural, como por ejemplo las relacionadas con el género como son el machismo y la sumisión (Noriega, 2013). El objetivo fue identificar la presencia de codependencia y factores asociados, en mujeres estudiantes de la licenciatura de enfermería, de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, al ser una carrera enfocada al servicio a los demás. Para Alvarado (2008) las enfermeras se caracterizan por su amabilidad, calidez, respeto, amor y servicio por el paciente. El método utilizado fué cuantitativo-descriptivo, se utilizó el instrumento ICOD, el cual consiste en una escala

Likert de cuatro opciones de respuesta, la muestra fue no probabilística de tipo intencional, conformada por 70 mujeres estudiantes. Los resultados generales muestran que en el 80% no existe la presencia de codependencia y sólo en el 20% existe probabilidad. De los factores asociados, los mecanismos de negación se utilizan: poco (89%), regular (11%); el desarrollo incompleto de la identidad se utiliza: poco (84%), regular (16%); sobre la represión emocional, se utiliza poco (71%), regular (26%) y mucho (3%) y, por último, la orientación rescatadora: poco utilizada (57%), regular (33%) y mucho (10%). Se puede concluir que la presencia o no de codependencia a la relación de pareja no está necesariamente relacionada con las características de las estudiantes de la Licenciatura en enfermería, sino que es un problema multidimensional que puede o no ser vividos por las estudiantes de enfermería, el factor asociado más utilizado por dichas estudiantes es la orientación rescatadora que se caracteriza en tratar de controlar su ambiente buscando resolver las problemáticas de los demás, debido a ello desarrolla actitudes perfeccionistas, trabajo desmedido y responsabilidad, lo cual puede llevar a sufrir burnout en el trabajo.

Palabras clave: codependencia, factores asociados, estudiantes universitarias

Abstract

For Noriega (2011) codependency is a dependent relationship problem, in which they produce frequent feelings of dissatisfaction and suffering, the woman focuses mainly on satisfying the needs of her partner and others, leaving her own for the latter. It considers that it is associated with factors such as: Denial mechanisms, incomplete development of identity, emotional repression and rescue orientation. Codependency in couple relationships is considered a multidimensional problem, the dimensions of which can be associated with problems derived from substance use, as well as problems of mistreatment of significant people, with affective situations such as losses in childhood and those related to family structure, and the place it occupies in the family, also influences the cultural context, such as those related to gender such as machismo and submission (Noriega, 2013). The objective was to identify the presence of codependency and associated factors, in female students of the nursing degree, from the Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, as it is a career focused on service to others. For Alvarado (2008), nurses are characterized by their kindness, warmth, respect, love and service for the patient. The method used was quantitative-descriptive, the ICOD instrument was used, which consists of a Likert scale of four response options, the sample was non-probability of intentional type, made up of 70 female students. The general results show that in 80% there is no codependency and only in 20% there is probability.

Of the associated factors, denial mechanisms are used: little (89%), regular (11%); incomplete identity development is used: little (84%), regular (16%); on emotional repression, it is used little (71%), regular (26%) and a lot (3%) and, finally, the rescue orientation: little used (57%), regular (33%) and a lot (10%). It can be concluded that the presence or not of codependency to the couple relationship is not necessarily related to the characteristics of the students of the Bachelor of Nursing but is a multidimensional problem that may or may not be experienced by nursing students, the factor Associate most used by these students is the rescue orientation that is characterized in trying to control their environment seeking to solve the problems of others, due to this it develops perfectionist attitudes, excessive work and responsibility, which can lead to suffering burnout at work.

Keywords: codependency, associated factors, university students.

Fecha Recepción: Enero 2020

Fecha Aceptación: Julio 2020

Introducción

Noriega (2011) considera que la codependencia es una dificultad en las relaciones interpersonales, la cual es multifactorial, por lo que existen diversas definiciones, sin embargo la mayoría hacen referencia a: problemas psicológicos que se desarrollan en personas que conviven de forma cercana con alcohólicos y/o adictos a alguna sustancia, otros la definen como una respuesta para sobrevivir, cuando se han vivido situaciones traumáticas que le producen un gran estrés, incluso puede ser resultado de enseñanza de tradición cultural para mujeres. Al respecto Orihuela (2018), considera que la codependencia hacia la pareja, es el resultado de muchos prejuicios colectivos acerca del amor, donde existían y/o existen diversas creencias sobre cómo deben de ser las mujeres, para ser consideradas: bonitas, buenas, aceptadas, suficientes, donde al parecer todo lo que educa como son: la familia, la cultura, la religión, las novelas, la moda; expresan que: el hecho de que una mujer no viva con un hombre a su lado, sea considerada como una mujer: fea, mala, no suficiente para tener una pareja, lo que hace que se acepten relaciones de pareja conflictivas, debido a que es preferible tener una pareja que no tenerla.

La codependencia en las relaciones de pareja se considera un problema multidimensional, cuyas dimensiones pueden asociarse con problemas derivados del consumo de sustancias, así como con problemáticas de maltrato de personas significativas, con situaciones afectivas como pérdidas en la infancia y las relacionadas con la estructura familiar; y el lugar que se ocupa en la familia,

también influye el contexto cultural, como por ejemplo las relacionadas con el género como son el machismo y la sumisión (Noriega, 2013). Al respecto Mellody. Miller y Miller (2015) considera que los sistemas familiares abusivos, es decir disfuncionales crearan personas codependientes, debido a que el abuso se considera como algo normal y parte de la educación necesaria para los hijos, cuando en realidad les produce dificultades para: Experimentar niveles apropiados de autoestima, Establecer límites funcionales, Asumir la propia realidad, Reconocer y satisfacer las propias necesidades y deseos, así como para experimentar y expresar la realidad con moderación. En relación a ello, Danis (2015) expresa que una persona que desarrolla codependencia trata de ayudar a los demás a salir de sus problemas, y muchas veces pierde el control de su comportamiento e incluso de su vida. Lo cual se expresa a través de la falta de respeto a los límites de la persona, el abandono hacia sus propias necesidades y valores éticos, el desconocimiento de sus capacidades e incapacidades, lo que la lleva a una pérdida de su autoestima y a un proceso de autodestrucción. Riso (2014) opina que el depender de la persona que se ama es una forma de no vivir, una manera de automutilación psicológica donde el amor propio, el autorespeto y la esencia de uno mismo son sacrificados y regalados irracionalmente con la finalidad de que no se vaya la pareja. Beattie (2013) menciona que los codependientes son personas hostiles, controladoras, manipuladoras, indirectas, producen sentimientos de culpa, por lo que es muy difícil comunicarse con ellos, y más que reconozcan que padecen de una dependencia a su manera de relacionarse con los demás, ya que ello, las llevaría a aprender de nuevo a vivir y amar. Para Fine (2015) es muy importante de niños sentirnos amados como somos, ya que, al no sentirse queridos, se trataran de proteger para no volver a sentirse heridos, dicha protección consistirá en la desconexión emocional, lo que hace sumamente difícil que se dé y se reciba amor.

En consecuencia, se tendrá una sed insaciable de amor y un miedo a perderlo o a no encontrarlo, lo cual va a producir un patrón crónico de conductas de búsqueda de aprobación ajena, donde la vida se vuelve una búsqueda para encontrar el amor, aprobación e indicios de que se es lo bastante bueno para merecer amor y aprobación. Sin embargo, se vuelve un círculo vicioso, es decir, como las conductas de búsqueda de aprobación ajena se fundamentan en la idea de que debemos hacer ciertas cosas para recibir amor, cuando en realidad, no nos están aceptando como somos.

Para Noriega (2011) la codependencia es un problema de dependencia a la pareja, que se caracteriza por insatisfacción y sufrimiento personal donde la mujer se enfoca en atender las necesidades de la pareja y la de otros, sin tomar en cuenta las propias. Se asocia a los factores asociados como son: mecanismos de negación, los cuales consisten en tolerar malos tratos, no escuchar otras opiniones,

aceptar lo que en realidad no se quiere aceptar, tratar de justificar las faltas de la pareja, incluso imponen a otros una buena imagen de él, minimiza los problemas con la pareja para no tener que resolverlos; el desarrollo incompleto de la identidad, el cual se debe a un desarrollo infantil interrumpido, debido a que de niña se responsabiliza de sus padres con la finalidad de algún día poder cubrir sus necesidades de apoyo, cuidados y protección, y vive en función de cubrir las necesidades de los demás, para compensar sus propios sentimientos de miedo e inseguridad, se le dificulta tomar decisiones, porque internamente se siente incompleta; represión emocional que consiste en tratar de ser comprensiva y complaciente con todos, no habla sobre sus pensamientos y emociones, así como complace a los demás por miedo a no ser aceptada y perder el control, vive con desconfianza por que algo malo le puede suceder; y la orientación rescatador hacia los demás, para sentirse segura de sí misma, para ello aparenta estar bien a pesar de sentirse mal, puede trabajar en exceso sin importar que sean cosas que le corresponden a otros, suele tener actitudes perfeccionistas, extremando la propia responsabilidad, muestra una preocupación enorme por los demás, impide entrar en contacto con ella misma. Las mujeres culturalmente pueden estar socializadas: como personas preocupadas por el vínculo afectivo.

Para López (2007) la mujer en la sociedad moderna ha tenido cambios importantes, llevándola a vivir muchas veces en las polaridades: como puede ser una mujer dulce, ama de casa y/o una gran profesionalista, aguerrida defensora. Es como si existieran dos clases de mujeres y muchas veces dichas damas están en la misma mujer, lo que ha llevado a la mujer a tener confusión sobre cuál es la mejor opción de los extremos. Sin embargo, la mujer tiene una gama de emociones, lo que le permite ser psicológicamente más armónica.

La licenciatura en enfermería ha sido una carrera que, por mucho tiempo, fue considerada para mujeres únicamente. Dicha licenciatura a juicio de Tiga. Parra y Domínguez (2014) involucra una serie de conocimientos, habilidades, destrezas, capacidades, actitudes y valores adquiridos a lo largo de su formación profesional Al respecto Alvarado (2008) menciona que la gente identifica al personal de enfermería por el uniforme; y tener las siguientes características: amabilidad, calidez, respeto, amor y servicio por el paciente, sin embargo, menciona que la gente reconoce a los médicos como los profesionales en salud más importantes, seguidos por las enfermeras. Al respecto, Zambrano (2008) menciona que la mayoría de la gente todavía tiene estereotipos sobre las mujeres que son enfermeras, las cuales han sido percibidas como: una persona llamativa para el sexo masculino, poco notoria, que se desempeña sólo en el ambiente hospitalario y desarrolla procedimientos de baja dificultad. También es cierto que se han realizado amplios trabajos para

llegar a la profesionalización de la enfermería, Después de mucho tiempo, la enfermería ha pasado de ser una profesión sólo movida por la compasión y el instinto materno a estar fundamentada en la ciencia y en la investigación. Sin embargo, la percepción que por mucho tiempo ha prevalecido en la sociedad sobre el quehacer de la enfermera, puede producir una alteración en la autoestima de quien ejerce dicha profesión y, por consiguiente, podría verse afectada la identidad de las enfermeras, pues, la manera como el profesional ve su profesión y el sentimiento que ello le genere, interviene en su modo de pensar, de actuar, y en cómo desarrolla sus relaciones interpersonales. Torres y Sanhueza (2006) consideran que la autoestima de las enfermeras muestra que: Su desarrollo ha estado definido por cada uno de los sucesos históricos de la humanidad.

Todas las etapas de este desarrollo han tenido elementos comunes: la sumisión de género, religiosa, médica, y la escasa valoración económica y social de la profesión. Condiciones que en nada contribuyeron a la autonomía, la igualdad, la creatividad, el autoconcepto y la autovaloración. Sin embargo, durante los últimos años ha existido una transformación en la forma de pensar acerca de la profesión, donde las enfermeras convencidas de su identidad han llevado a cabo aportes filosóficos y teóricos realizando un referente teórico sobre el rol de la enfermeras, pero aún permanecen las relaciones de subordinación frente a la profesión médica, una escasa libertad técnica y una falta de definición como disciplina con actividades independientes, aspectos que se relacionan con el desarrollo de la autoestima en el ejercicio de la profesión.

De acuerdo con Seguel, Valenzuela y Sanhueza (2015), se observa una alta demanda psicológica y física hacia el quehacer de enfermería, por la estrecha relación con el paciente y la familia, formando muchas veces un lazo de dependencia. Las mayores demandas de trabajo se relacionan con: vivencias de sufrimiento del paciente, tomar medidas bajo presión, facilitar cuidado a familias con exigencias emocionales, falta de tiempo para dar abordaje emocional al paciente. Por otra parte, las enfermeras se enfrentan regularmente a la falta de reconocimiento, la diferencia y la demasía de trabajo. Actúa como intermediario entre el paciente, la familia y el médico, por lo tanto, está en continua presión de trabajo. Se evidencia que la mayoría de las enfermeras, terminando su jornada laboral, continúan con las labores domésticas, lo que la lleva a conciliar estos dos espacios, lo doméstico y lo laboral. Teniendo en cuenta a Roth y Pinto (2010) establecen en su investigación con enfermeras que existe relación entre el “burnout” que tiene las siguientes características: cansancio o agotamiento emocional: comprende desgaste, pérdida de energía, agotamiento y fatiga tanto física como psíquica: la satisfacción laboral la definieron como una actitud que se compone, de tres elementos: cognitivo, afectivo y conductual, consideraron que a mayor burnout menor satisfacción laboral en las enfermeras.

Debido a lo descrito con anterioridad es porque surgió la pregunta de investigación ¿Existe la presencia de codependencia y factores asociados, en mujeres estudiantes de la licenciatura de enfermería, de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo?

Método

El método utilizado fue cuantitativo-descriptivo, se aplicó el instrumento ICOD, el cual consiste en una escala tipo Likert de cuatro opciones de respuesta (no, poco, regular y mucho), la muestra fue no probabilística de tipo intencional, conformada por 70 mujeres estudiantes de la licenciatura en enfermería de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

Resultados

Los resultados mostraron que en el 80% de las estudiantes de la licenciatura en enfermería, no existe la presencia de codependencia y sólo en el 20% existe la probabilidad de la existencia de codependencia en dichas mujeres. En cuanto a los factores asociados a la codependencia, se obtuvieron los siguientes resultados: Los mecanismos de negación se utilizan: poco (89%), regular (11%); El desarrollo incompleto de la identidad se utiliza: poco (84%), regular (16%); Sobre la represión emocional: se utiliza: poco (71%), regular (26%) y mucho (3%) y, por último, La orientación rescatadora: poco utilizada (57%), regular (33%) y mucho (10%).

Discusión

El objetivo de la presente investigación fue identificar la presencia de codependencia y factores asociados, en mujeres estudiantes de la licenciatura de enfermería, de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, debido al ser una carrera enfocada al servicio a los demás, como lo plantea Alvarado (2008) las enfermeras se caracterizan por su amabilidad, calidez, respeto, amor y servicio por el paciente.

Sin embargo, los resultados que se obtuvieron en la presente investigación sobre la presencia de codependencia en dichas mujeres mostraron que: en el 80% y sólo en el 20% existe la probabilidad de codependencia. Lo cual puede ser explicado desde la posición de Torres y Sanhueza (2006) quienes expresan que durante los últimos años, ha existido una transformación en la forma de

pensar acerca de la profesión de enfermería, donde las enfermeras convencidas de su identidad han llevado a cabo aportes filosóficos y teóricos realizando un referente teórico sobre el rol de la enfermeras, cabe resaltar que Noriega 2013, menciona que la codependencia a la relación de pareja, se considera un problema multidimensional, cuyas dimensiones pueden asociarse con problemas derivados del consumo de sustancias, así como con problemáticas de maltrato de personas significativas, con situaciones afectivas como pérdidas en la infancia y las relacionadas con la estructura familiar; y el lugar que se ocupa en la familia, así mismo influye el contexto cultural .

Cabe resaltar que en cuanto los resultados sobre los factores asociados a la codependencia fueron los siguientes: los mecanismos de negación se utilizan: poco (89%), regular (11%); El desarrollo incompleto de la identidad se utiliza: poco (84%), regular (16%); Sobre la represión emocional: se utiliza: poco (71%), regular (26%) y mucho (3%) y, por último, La orientación rescatadora: poco utilizada (57%), regular (33%) y mucho (10%), donde resalta la orientación rescatadora, debido a que el 43% de la población lo utiliza de regular a mucho, Noriega (2013) la define como: la orientación rescatadora hacia los demás, para sentirse segura de sí misma, para ello aparenta estar bien a pesar de sentirse mal, puede trabajar en exceso sin importar que sean cosas que le corresponden a otros, suele tener actitudes perfeccionistas, extremando la propia responsabilidad, muestra una preocupación enorme por los demás, impide entrar en contacto con ella misma. Lo que concuerda con lo escrito por: Seguel, Valenzuela y Sanhueza (2015), quienes mencionan que las enfermeras tienen una alta demanda psicológica y física hacia su quehacer, por la estrecha relación con el paciente y la familia, formando muchas veces un lazo de dependencia. Las mayores demandas de trabajo se relacionan con: vivencias de sufrimiento del paciente, tomar medidas bajo presión, facilitar cuidado a familias con exigencias emocionales, falta de tiempo para dar abordaje emocional al paciente. Por otra parte, las enfermeras se enfrentan regularmente a la falta de reconocimiento, la diferencia y la demasía de trabajo.

Actúa como intermediario entre el paciente, la familia y el médico, por lo tanto, está en continua presión de trabajo. Se evidencia que la mayoría de las enfermeras, terminando su jornada laboral, continúan con las labores domésticas, lo que la lleva a conciliar estos dos espacios, lo doméstico y lo laboral. Teniendo en cuenta a Roth y Pinto (2010) establecen en su investigación con enfermeras que existe relación entre el “burnout” que tiene las siguientes características: cansancio o agotamiento emocional: comprende desgaste, pérdida de energía, agotamiento y fatiga tanto física como psíquica: la satisfacción laboral la definieron como una actitud que se compone, de tres

elementos: cognitivo, afectivo y conductual, consideraron que a mayor burnout menor satisfacción laboral en las enfermeras.

Conclusiones

Se puede concluir que la presencia o no de codependencia a la relación de pareja no está necesariamente relacionada con las características de las estudiantes de la Licenciatura en enfermería, sino que es un problema multidimensional que puede o no ser vivida por las estudiantes de enfermería, el factor asociado más utilizado por dichas estudiantes es la orientación rescatadora que se caracteriza en tratar de controlar su ambiente buscando resolver las problemáticas de los demás, debido a ello desarrolla actitudes perfeccionistas, trabajo desmedido y responsabilidad, lo cual puede llevar a sufrir burnout en el trabajo, debido a que entran en juego en su quehacer profesional, los elementos cognitivos, afectivos y conductual.

Referencias

- Alvarado, G. (2008). Definición de Enfermería en el tercer nivel de atención según los acompañantes de los usuarios de un hospital costarricense. *Revista Enfermería Actual en Costa Rica* 14(2), 1-10.
- Beattie, M. (2013). *Ya no seas codependiente*. México: Nueva imagen
- Danis, D. (2015). *Desde el corazón de la codependencia*. México: Paidós.
- Fine, M. (2015). *La necesidad de complacer*. España: Urano
- Mellody, P., Miller, A. y Miller, J. (2015). *La codependencia*. México: Paidós.
- Noriega, G. (2011). *Instrumento de codependencia*. México: Manual moderno.
- Noriega, G. (2013). *El guion de la codependencia en relaciones de pareja: diagnóstico y tratamiento*. México: Manual moderno.
- Orihuela, A. (2018). *Hambre de hombre*. México: Penguin Random House.
- López, A. (2007). *Hay dos clases de mujeres*. México: Anelo
- Riso, W. (2014). *¿Amar o depender?* México: Océano
- Roth, E. y Pinto, B. (2010). Síndrome de Burnout, Personalidad y Satisfacción Laboral en Enfermeras de la Ciudad de La Paz. Ajayu. *Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 8(2), 62-100. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461545466004>

- Seguel, F., Valenzuela, S., y Sanhueza, O. (2015). El trabajo del profesional de enfermería: revisión de la literatura. *Ciencia y Enfermería*, 21(2), 11-20. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=370442674002>
- Tiga, D. C., Parra, D. I., y Domínguez, C. C. (2014). Competencias en proceso de enfermería en estudiantes de práctica Clínica. *Revista CUIDARTE*, 5(1), 585-594. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=359533180002>
- Torres, A., Sanhueza, O. (2006). Desarrollo de la autoestima profesional en enfermería. *Investigación y educación en enfermería* 24(2), 112-119. ISSN: 0120-5307. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105215402011>
- Zamora, I. (2008). Identidad profesional en enfermería: un reto personal y profesional. *Investigación y Educación en Enfermería*, 26(2), 168-171. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105215278017>