



Efectos de una crianza sobreprotectora en la adultez emergente

Effects of overprotective parenting on emerging adulthood

✉ Allison Jessica Brenis García* 

✉ Andrea Febe Sifuentes Rios¹ 

✉ Zahira Coral Huaman Maravi¹ 

✉ Dasha Nicole Arostegui Morales¹ 

Resumen

El incremento de padres sobreprotectores caracterizados por un excesivo control en la vida de los hijos ha generado preocupación, debido a que limita su autonomía y disminuye su capacidad para tomar decisiones de forma independiente. En ese sentido, el objetivo del presente artículo es analizar los principales efectos emocionales y sociales que genera la crianza sobreprotectora en adultos emergentes. Para dicho propósito, se empleó un estudio de tipo documental con un método de análisis-síntesis, a través de la revisión de 38 artículos indexados a Scopus, Web of Science, Scielo y Redalyc desde el año 2021 hasta el 2025. A partir de ello, se logró delimitar conceptos clave que permitieron analizar los efectos de este estilo de crianza. En el plano emocional, se observó la presencia de ansiedad y una identidad poco definida; mientras que, en el ámbito social, se evidenciaron problemas de dependencia, así como dificultades en las relaciones interpersonales. Esto propicia una reflexión, sobre la necesidad de fomentar prácticas parentales equilibradas, que favorezcan el desarrollo de los jóvenes como adultos funcionales en una sociedad contemporánea.

Palabras clave: Crianza sobreprotectora, relación padres-hijos, desarrollo emocional, integración social

Abstract

The increase in overprotective parents characterized by excessive control over their children's lives has caused concern, as it limits their autonomy and diminishes their ability to make decisions independently. In this regard, the objective of this article is to analyze the main emotional and social effects of overprotective parenting on emerging adults. For this purpose, a documentary study was conducted using a synthesis analysis method, reviewing 38 articles indexed in Scopus, Web of Science, Scielo, and Redalyc from 2021 to 2025. Based on this, key concepts were identified that allowed for the analysis of the effects of this parenting style. On an emotional level, anxiety and a poorly defined identity were observed, while on a social level, problems of dependence and difficulties in interpersonal relationships were evident. This prompts reflection on the need to promote balanced parenting practices that favor the development of young people as functional adults in contemporary society.

Keywords: Overprotective parenting, parent child relationship, emotional development, social integration

¹Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima-Perú

* Autor de correspondencia.

Citación de este artículo: Brenis García, A.J., Sifuentes Rios, A.F., Huaman Maravi, Z.C. y Arostegui Morales, D.N. (2026). Efectos de una crianza sobreprotectora en la adultez emergente. *ReHuSo*, 11(2), 45-53. <https://doi.org/10.33936/rehuso.v11i2.8151>

Recepción: 07 de enero del 2026

Aceptación: 01 de junio del 2026

Publicación: 01 de julio del 2026

Este obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional



Introducción

Durante los últimos años, la familia ha adquirido mayor relevancia en el análisis del desarrollo humano, constituyendo el elemento esencial para la formación integral de una determinada persona. En ella se inician los lazos de cohesión que pueden mejorar el bienestar subjetivo a largo plazo y reducir el riesgo de problemas en la adultez emergente (Cohrdes et al., 2023). Sin embargo, cuando los padres ejercen un control exagerado y buscan evitar cualquier dificultad en los hijos, surge el patrón conocido como crianza sobreprotectora. Esta se caracteriza por una vigilancia constante, así como altos niveles de supervisión, afectando la autonomía e independencia de los hijos (LeBlanc y Lyons, 2022). Dicha situación es motivo de preocupación, ya que provoca un escaso control de emociones e incapacidad para tomar decisiones, lo cual repercute en la vida adulta.

Estudios recientes a nivel global han evidenciado que la crianza sobreprotectora afecta a los adultos emergentes, ya que les genera problemas de autorregulación e inseguridad para gestionar experiencias novedosas; esto los hace más vulnerables a desarrollar cuadros de ansiedad y depresión (Mc Coy et al., 2025; Miller et al., 2024). En cuanto a Latinoamérica, las investigaciones sobre este tema son limitadas, sin embargo, se ha encontrado que la sobreprotección excesiva inicia desde la niñez y se manifiesta en la adultez con la deficiencia para resolver dificultades cotidianas (Orosco-Sánchez y Bosquez-Barcenas, 2025) De forma similar, en el contexto peruano, se ha observado que este estilo de crianza deteriora las relaciones interpersonales propiciando trastornos emocionales (Castro et al., 2022). Esto demuestra que la crianza sobreprotectora es un problema presente en diferentes espacios socioculturales, aunque se necesita ampliar investigaciones en ámbitos regionales.

En ese sentido, la relevancia de este estudio se sustenta al estar vinculado con el bienestar emocional y la salud mental, lo cual responde al Objetivo de Desarrollo Sostenible 3, orientado a garantizar una vida sana en todas las etapas del ciclo vital. Por consiguiente, el artículo ofrece un aporte conceptual con el fin de contribuir a una comprensión más integrada de los posibles riesgos de una crianza sobreprotectora. Del mismo modo, desde una perspectiva social, la sistematización de la evidencia existente sirve de base para futuras investigaciones. Asimismo, favorece procesos de sensibilización y reflexión familiar sobre potenciales estrategias de afrontamiento que puedan promover una crianza equilibrada en los adultos emergentes.

En el ámbito internacional, Bruysters y Pilkington (2023) a través de una revisión sistemática encontraron que la sobreprotección genera dependencia en los jóvenes, propiciando sentimientos de soledad y esquemas desadaptativos al llegar a la adultez. De manera semejante, Cruciani et al. (2024) a través de un estudio empírico realizado en 913 jóvenes italianos, demostraron que la crianza sobreprotectora se asocia con mayores niveles de ansiedad y depresión, lo que dificulta su desarrollo socioemocional en la etapa de transición a la vida adulta. Asimismo, Suárez-Morales y Torres (2021) evidenciaron que el uso de conductas parentales controladoras está vinculado con un aumento de estrés. En conjunto, estos antecedentes coinciden en lo perjudicial de la crianza sobreprotectora, aunque la mayoría no profundiza en sus implicancias, por lo que se hace necesario abordarlo de forma clara.

Ante lo expuesto, el presente artículo de revisión considera como objetivo primordial analizar los principales efectos emocionales y sociales que genera la crianza sobreprotectora en adultos emergentes. Para alcanzar dicho objetivo se plantearon las siguientes interrogantes: ¿Qué se entiende por crianza sobreprotectora y cuáles son sus principales características?, ¿Cómo se define la adultez emergente y que rasgos particulares posee esta etapa de formación? y ¿Cuáles son los principales efectos emocionales y sociales vinculados a este estilo de crianza en jóvenes durante la etapa de adultez emergente? La respuesta a estas preguntas nos permitirá tener una visión clara del fenómeno, lo que posibilitará una mayor comprensión de sus riesgos en una adultez temprana.

Metodología

El presente artículo es de tipo documental cuyo método es de análisis- síntesis, el cual fue esencial para la organización de aportes teóricos y empíricos que forman parte de la literatura reciente. La información fue sistematizada a partir de 38 artículos indexados a Scopus, Web of Science, Scielo y Redalyc desde el año 2021 hasta el 2025. La recopilación priorizó estudios que enfatizaron los conceptos de crianza sobreprotectora y adultez emergente, para fundamentar los principales efectos que puede generar este estilo de crianza en los jóvenes que se encuentran en la etapa de transición a la vida adulta.

Partiendo de ello, la investigación registró dos momentos: el primero consistió en el marco conceptual de la crianza sobreprotectora y la adultez emergente, así como sus características más resaltantes, lo cual permitió conocer lo perjudicial que puede llegar a ser una crianza helicóptero en un periodo de alta vulnerabilidad para los jóvenes. En un segundo momento, se revisó artículos que analizan los efectos que genera este estilo de crianza en el desarrollo emocional y social de los adultos emergentes. Al respecto, se observó una escasa identidad, así como incapacidad para tomar decisiones, debido a la excesiva dependencia que reduce su autonomía y su habilidad para relacionarse.

Para la revisión en Scopus y Web of Science se utilizaron palabras clave como “overprotective parenting”, “helicopter parenting” y “emerging adulthood”, también se asoció con descriptores como “parenting styles” y “overprotection”. De la misma forma, para la búsqueda en Scielo y Redalyc se emplearon términos como “crianza sobreprotectora”, “adultez emergente” y “desarrollo socioemocional”. En función a ello, se realizó un análisis hermenéutico que posibilitó interpretar los postulados de diversos autores sobre la crianza sobreprotectora como un factor de riesgo en la adultez emergente, siendo necesario identificar sus principales efectos para poder prevenir problemas psicológicos y un desajuste social que impida la formación de adultos funcionales.

Desarrollo

1. Bases teóricas

En cuanto a la crianza sobreprotectora es necesario conocer los enfoques clásicos para profundizar su estudio. En ese sentido, destaca la teoría psicosocial de Erikson (1950) que sustenta ocho etapas para alcanzar el crecimiento humano, siendo la adolescencia un momento crítico donde se debe generar la identidad; por lo que representa un periodo importante para la construcción individual. Este postulado sigue siendo actual, pues su resolución adecuada implica un mejor equilibrio emocional y social. Al respecto, la crianza sobreprotectora cobra relevancia, ya que al limitar la independencia y la toma de decisiones, propicia un retraso en las actividades evolutivas afectando la autonomía e identidad en la etapa de adultez emergente. Del mismo modo, la teoría del apego de Bowlby (1969) afirma que los lazos que se forman en la infancia determinan el manejo de las emociones y la relación con los demás en la vida adulta, por lo que la sobreprotección podría obstaculizar este proceso. De esta manera, ambas teorías nos ayudan a entender cómo este estilo de crianza puede obstaculizar la madurez emocional y la adaptación personal si no se gestiona adecuadamente.

Con respecto a la adultez emergente destaca la teoría de Arnett (2000), quien fue el primero en proponer este concepto, describiéndola como una etapa que abarca desde que concluye la adolescencia y puede extender hasta finales de los veinte, dependiendo del contexto sociocultural, posee cinco características: inestabilidad, autoenfoco, exploración de la identidad, experimentación o posibilidades y la sensación entre la adolescencia y la adultez. Esta teoría nos explica los cambios que atraviesan los jóvenes que se encuentran en la etapa de transición a la vida adulta, lo cual implica un proceso de exploración que los lleva a tomar decisiones, asumir responsabilidades e iniciarse en el ámbito laboral, pero sin alcanzar una total independencia, es decir sin tener la adultez plena. Este planteamiento es el más utilizado en diversos estudios, ya que ofrece un sustento sólido para entender los cambios socioemocionales que vivencian los jóvenes en esta etapa y como la crianza sobreprotectora podría influenciar en el proceso.

2. Conceptualización y características de la crianza sobreprotectora

Durante los últimos años, se ha observado un aumento de adultos jóvenes con dificultades para asumir responsabilidades y resolver problemas de manera independiente, lo cual ha sido asociado a modelos de crianza sobreprotectora. Esta se define como el sobrecontrol, así como una excesiva intromisión en la vida de los hijos, originándoles una mayor vulnerabilidad emocional ante nuevos desafíos (Urone et al., 2024). Asimismo, es denominada como “crianza helicóptero” término que fue acuñado en 1990 para describir a los padres que se ciernen sobre sus hijos y están listos para intervenir en el momento preciso (Cline y Fay, 2020, citado en Sadoughi, 2024). Por lo tanto, la crianza sobreprotectora puede conceptualizarse como un estilo parental marcado por una alta supervisión y un cuidado permanente que puede perjudicar el desarrollo de los hijos. Esta manera de controlar, aunque surge desde el cariño y el anhelo de protección; obstaculiza la autonomía e incrementa la inseguridad, generando una dependencia emocional. Además, les reduce las oportunidades de exploración y aprendizaje por sí mismos, afectando su autodesarrollo y su capacidad para tomar decisiones (Wang et al., 2023; Alsancak-Akbulut y Kömürcü-Akik, 2024).

En este contexto, resulta esencial conocer los rasgos distintivos de este estilo de crianza para poder identificarlo de forma oportuna y analizar sus implicancias. Una de sus características es el control excesivo, esta se refiere al monitoreo constante que realizan los padres sobre los hijos, al querer dirigir sus decisiones académicas, personales y sociales (Jiao y Segrin, 2023). De la misma manera, se observa una evitación de riesgo, la cual se manifiesta en una prevención anticipada ante cualquier dificultad que puedan presentar, interfiriendo en su aprendizaje directo por medio de la experiencia (Hu et al., 2025). Del mismo modo, se suma los consejos desmedidos, a través de una orientación continua que propicia un involucramiento innecesario en la vida de los hijos, generando dependencia (Egami, 2024). Todas estas características: control excesivo, evitación de riesgo y consejos desmedidos pueden convertirse en un obstáculo para su desarrollo integral en la vida adulta.

3. Conceptualización y características de la adultez emergente

La adultez emergente puede entenderse como un periodo intermedio entre la adolescencia y la adultez, caracterizada por una serie de cambios a nivel personal, emocional y social. Diversos autores contemporáneos lo definen como una nueva etapa de vida que comprende desde los 18 a los 29 años, donde los jóvenes asumen más responsabilidades y son capaces de tomar sus propias decisiones (Quintano-Méndez et al., 2023; Barrera-Herrera et al., 2024; Hanımođlu, 2025). Por lo que es conceptualizada como una fase de transición, durante el cual las personas exploran diferentes roles y posibilidades, llevándolos a enfrentar desafíos en la regulación emocional (Brito y Soares, 2023). Por lo tanto, la adultez emergente es una etapa de transformación, donde los jóvenes tendrán que experimentar diversas situaciones. Esto incluye dejar el hogar por motivos educativos o profesionales y convivir en nuevos escenarios de trabajo (Sgaramella et al., 2024). Asimismo, implica el acceso a estudios superiores, mayor independencia, incorporación al campo laboral y adaptación a nuevos contextos sociales. Si bien puede generar un crecimiento personal, también existe una mayor vulnerabilidad que puede desencadenar en un desajuste emocional.

Partiendo de ello, es fundamental comprender las características propias de la adultez emergente para poder interpretar las necesidades o dificultades que poseen los jóvenes en esta etapa de transición. Uno de sus rasgos más distintos es la exploración de la identidad, ya que los jóvenes se encuentran en proceso de cambios a nivel personal, vocacional y laboral (Rodríguez-Sáez et al., 2025). Esto los lleva a la búsqueda de su propio yo, a conocerse de forma independiente, así como a tomar decisiones sobre su futuro profesional. Otra de las características es la experimentación, esta se refiere a probar diversas situaciones que sean favorables para su desarrollo (Yerofeyeva et al., 2024). Esta sensación los dirige a tener mayores expectativas, lo que se puede convertir en un cambio de carrera, de amistades y elección de contextos sociales donde se sienta más cómodos. Asimismo, se observa una inestabilidad, debido a la incertidumbre que atraviesan, lo que puede generar conflictos emocionales propio de una etapa donde las decisiones aun no son definidas (Oliva-Vásquez et al., 2023). Finalmente, se ha considerado el sentimiento de transición entre dos etapas, esto se refiere a que los jóvenes no se identifican como adolescentes, pero tampoco como adultos plenos (Kuang et al., 2023). Estos rasgos característicos permiten tener una mejor evaluación de los retos que enfrentan los jóvenes hoy en día, lo cual proporciona información relevante para establecer estrategias que fortalezcan su autonomía, su sentido de identidad y su bienestar emocional.

4. Efectos emocionales de la crianza sobreprotectora

La crianza sobreprotectora afecta el equilibrio emocional de los adultos emergentes, uno de los efectos más comunes es el incremento de ansiedad, caracterizado por sentimientos persistentes de preocupación e inseguridad, que se origina por un bajo cuidado afectivo y un excesivo control parental (Jiao y Segrin, 2022; Carollo et al., 2024). Esto les genera temor al iniciar nuevas experiencias, produciéndoles una mayor sensibilidad al estrés y ansiedad (Painer et al., 2025). Por esta razón, los jóvenes que crecen con una excesiva sobreprotección se acostumbran a depender de los padres y poseen menos recursos para defenderse, lo cual desencadena en un estado de ansiedad constante. De esta forma, la ansiedad en la adultez emergente puede entenderse como una respuesta emocional a la falta de oportunidades para fomentar su independencia y autoconfianza.

Asimismo, este estilo de crianza dificulta la consolidación de la identidad personal, al limitar las experiencias necesarias que deben poseer los jóvenes para definir sus valores, metas y creencias. Estudios recientes, evidencian que aquellos adultos emergentes con padres helicóptero se han acostumbrado a ser rescatados, disminuyendo su capacidad para enfrentar una multitud de factores estresantes, como la formación de su identidad (Keerthigha et al., 2023). Esto indica que en situaciones de alta exigencia los jóvenes pueden sentirse desorientados con respecto a quiénes son y qué papel juegan en su entorno. Del mismo modo, la crianza percibida como sobreprotectora se asocia directamente con una menor identidad y una mayor confusión respecto a la misma (Skhirtladzec y Van Petegem, 2024). En consecuencia, el exceso de control y protección parental obstruye la madurez psicológica, afectando la construcción de una identidad definida durante la adultez emergente. Por lo tanto, la sobreprotección inhibe el crecimiento de la autonomía y la búsqueda personal. Esta intromisión dificulta el establecimiento de una identidad estable y coherente durante la transición hacia la adultez.

Finalmente, la crianza sobreprotectora se asocia con síntomas depresivos en jóvenes que se encuentran en edad emergente (Zhang y Ji 2024). Esto se debe al cúmulo de situaciones que deben enfrentar, lo cual los lleva a un estado de incertidumbre y angustia que muchas veces no pueden controlar. En ese sentido, el monitoreo excesivo de los padres limitan la autonomía, así como la competencia personal y la autoeficacia en los jóvenes, generando sentimientos de tristeza e incapacidad sobre la propia vida, desencadenando en cuadros depresivos (Vigdal y Brønnick 2022). Además, otros estudios registran a la crianza helicóptero con desafíos significativos de salud mental, incluyendo tasas más altas de depresión, ansiedad y síntomas de somatización (Miller et al., 2024). En otras palabras, la sobreprotección genera un desbalance emocional preocupante en los adultos emergentes, que se presenta con una ansiedad desmedida, así como una falta de identidad y cuadros depresivos que afectan no solo su desarrollo personal sino también su calidad de vida.

5.Efectos sociales de la crianza sobreprotectora

La crianza sobreprotectora también afecta el desarrollo social de los adultos emergentes, generando deficiencias, como la incapacidad para tomar decisiones. En muchos casos, se ha notado que los jóvenes que perciben una sobreprotección parental suelen tener más dificultades al momento de actuar por cuenta propia, ya que la intervención continua de los padres incrementa la frustración de la necesidad de autonomía y les impide practicar la toma de decisiones (Shin y Adame, 2024). Esto disminuye la posibilidad de poder elegir, ya que es mayor el temor a equivocarse, por lo que obstaculiza una autoeficacia social. Al respecto, la literatura actual sustenta lo dañino de la sobreprotección parental, al frenar la iniciativa de los jóvenes y anular su capacidad para resolver problemas por sí mismos (Hu et al., 2025). Además, se ha encontrado que cuando los padres restringen la autonomía durante la adolescencia, los hijos tienden a depender más de ellos en la adultez emergente; lo que evita que actúen sin la autorización de figuras de autoridad o tomen decisiones autónomas (Shah et al., 2023). Esto muestra que la sobreprotección actúa como limitante en la práctica de la autodeterminación en los jóvenes y limita la confianza necesaria para manejarse con independencia.

Asimismo, la crianza sobreprotectora genera una dependencia en los adultos emergentes, esto debido a la escasa autonomía que poseen. La sobreprotección parental se relaciona con el apego inseguro hacia los padres, así como conductas de evitación social, evidenciando dificultades para hacer frente los problemas de manera independiente (Chen et al., 2024). Este comportamiento se extiende a diferentes contextos, afectando las relaciones con sus pares. Por ende, la crianza sobreprotectora limita la exploración de su entorno y fortalece una prolongación del rol filial, afectando la independencia propia de la adultez emergente (Cui et al., 2022). Además, propicia el aislamiento, ya que el joven evita cualquier contacto donde tenga que enfrentar situaciones estresantes que no puede controlar por sí mismo, sin comprender lo perjudicial que será para su desarrollo como individuo social.

Del mismo modo, la crianza helicóptero también afecta las relaciones interpersonales de los adultos emergentes. En ese sentido, se ha identificado que este estilo de crianza se asocia con una menor eficacia y peor calidad en las relaciones personales, dificultando la construcción de vínculos saludables (Jiao et al., 2024). Esta conducta dependiente impide que los jóvenes experimenten la autonomía necesaria para construir vínculos estables, lo que termina afectando su bienestar emocional y la forma en que se relacionan con los demás. Al respecto, Darlow et al. (2017) afirmaron que la sobreprotección puede llevar a los jóvenes a tener problemas de adaptación en la universidad, menos capacidad de empatía, dificultades para socializar y problemas de comunicación con sus compañeros (citado por Jiao et al., 2023). Por lo que la falta de oportunidades para interactuar libremente impide el desarrollo de competencias sociales básicas, afectando la formación de relaciones equilibradas durante esta etapa. Además, perjudica su desarrollo a nivel académico y laboral, lo que frena su papel como adulto funcional.

Conclusiones

El estudio permitió analizar la conceptualización de crianza sobreprotectora, entendiéndose como un fenómeno que puede repercutir de forma significativa en la autonomía e independencia de los hijos, esto debido a una alta supervisión y un monitoreo permanente que obstaculiza el proceso de desarrollo de los jóvenes. Asimismo, se logró reconocer las principales características conectadas con este fenómeno, lo cual representa una herramienta sustancial para poder identificarlo y entender sus implicancias en la formación hacia la vida adulta. Esto con más razón en una sociedad contemporánea, donde las dinámicas familiares se encuentran en constante transformación, siendo necesario promover un acompañamiento parental equilibrado acorde a las necesidades evolutivas de sus hijos.

Con respecto a la adultez emergente, la investigación permitió definirla como un periodo de cambios acompañado de desafíos que los jóvenes son capaces de enfrentar siempre y cuando logren una autorregulación socioemocional. Partiendo de ello, fue necesario enfatizar los rasgos propios de esta etapa, ya que refleja la complejidad de las experiencias que tienen que atravesar para la construcción de su identidad y la gestión de proyectos personales que marcarán el propósito de su vida. Esto los lleva muchas veces a una disyuntiva existencial que los impulsa a reflexionar sobre quiénes son y qué rumbo desean seguir en el futuro.

Asimismo, se pudo evidenciar que la crianza sobreprotectora afecta el bienestar emocional de los jóvenes en edad emergente. Esto se manifiesta con el incremento de ansiedad asociado a la dificultad para la resolución de problemas, lo cual puede influir en la consolidación de su identidad y vincularse con síntomas depresivos. Estos hallazgos clarifican el riesgo que puede generar una excesiva sobreprotección, ya que altera la regulación emocional y puede desencadenar en trastornos mentales que merecen una mayor atención. Por lo tanto, es relevante establecer entornos que favorezcan la realización personal, así como la capacidad de respuesta para que puedan aprender a gestionar sus emociones y enfrentar problemas con un acompañamiento adecuado que favorezca el manejo autónomo de la frustración.

En esta misma línea, los hallazgos coinciden en el desequilibrio social que genera la crianza sobreprotectora en los adultos emergentes. Esto se asocia con la incapacidad de los jóvenes para tomar decisiones, la dependencia en distintos contextos y las dificultades para las relaciones interpersonales. Estas condiciones les impide el desarrollo de su autonomía social, lo cual repercute en su integración a actividades académicas, con amigos y familiares. En ese sentido, la crianza helicóptero puede constituirse en un obstáculo para su formación profesional y laboral; por lo que es necesario promover espacios de comunicación que fortalezcan sus habilidades sociales de manera autónoma.

Finalmente, el presente artículo permite comprender la afectación tanto emocional como social que puede generar una crianza sobreprotectora en jóvenes emergentes, aunque inicialmente parte de un cuidado, muchas veces limita su autonomía y las oportunidades de aprender a resolver sus problemas por sí mismos. Esto propicia una reflexión desde la familia y el ámbito educativo, sobre la necesidad de fomentar prácticas parentales equilibradas que permitan formar jóvenes con la capacidad de autorregular sus emociones, asumir responsabilidades y tomar decisiones que fortalezcan su bienestar integral. Partiendo de ello, se abre paso a futuras investigaciones que puedan abordar el estudio de forma empírica y así poder profundizar las implicancias del fenómeno en la autonomía de los individuos en edad emergente.

Referencias bibliográficas

- Alsancak-Akbulut, C. y Kömürcü-Akik, B. (2024). Helicopter parenting, autonomy support, and young adults' psychological adjustment in Turkey: the mediating role of psychological control. *Current Psychology*, 43, 24355–24364 <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06107-0>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Barrera-Herrera, A., Leal-Paredes, N., Cid-Penroz, A., Huerta-Espinoza, M. J., Riffo-Álvarez, C., Vallejos-Barrera, L., y Raipán-Gómez, P. (2024). Revisión narrativa del modelo de desarrollo positivo para adultos emergentes chilenos. *Universidad y Salud*, 26(2), 41-50. <https://doi.org/10.22267/rus.242602.324>



- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment*. Basic Books.
- Brito, A.D., y Soares, A.B. (2023). Well-being, character strengths, and depression in emerging adults. *Frontiers in Psychology, 14*, 1238105. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1238105>
- Bruyesters, N. Y. F. y Pilkington, P. D. (2023). Overprotective parenting experiences and early maladaptive schemas in adolescence and adulthood: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 30*(1), 10–23. <https://doi.org/10.1002/cpp.2776>
- Castro Rentería, E.V., Palacios Bustamante, M. del P.E., Calderón Pauta, I.D.M., González Díaz, E. y Rayme Velasquez, O. A. (2022). Efectos de estilos de crianza sobre la depresión en adolescentes escolarizados de una muestra peruana. *Revista De Investigación En Psicología, 25*(2), 39–54. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v25i2.23811>
- Carollo, A., De Marzo, S. y Esposito, G. (2024). Parental care and overprotection predict worry and anxiety symptoms in emerging adult students. *Acta Psychologica, 248*, 104398. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104398>
- Cohrdes, C., Meyrose, A.K., Ravens-Sieberer, U. y Hölling, H. (2023). Adolescent Family Characteristics Partially Explain Differences in Emerging Adulthood Subjective Well-Being After the Experience of Major Life Events: Results from the German KiGGS Cohort Study. *Journal of Adult Development, 30*, 237–255. <https://doi.org/10.1007/s10804-022-09424-5>
- Cruciani, G., Fontana, A., Benzi, I. M. A., Sideli, L., Parolin, L. A. L., Muzi, L. y Carone, N. (2024). Mentalized Affectivity, Helicopter Parenting, and Psychopathological Risk in Emerging Adults: A Network Analysis. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 14*(9), 2523-2541. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14090167>
- Cui, M., Hong, P. y Jiao, C. (2022). Overparenting and Emerging Adult Development: A Systematic Review. *Emerging Adulthood, 10*(5), 1076-1094. <https://doi.org/10.1177/21676968221108828>
- Chen, Y., Xia, Y., Ren, M., Zheng, W., Wang, X. y Gao, F. (2024). The Relationship Between Overparenting and Social Avoidance Among Emerging Adults: Mediating Role of Peer Attachment and Gender Differences. *Psychology Research and Behavior Management, 17*, 1499-1514 <https://doi.org/10.2147/PRBM.S373292>
- Egami, S. (2024). Impacto de la “actitud parental intensiva” en la competencia social infantil a través de la crianza materna. *Frontiers in Psychology, 15*, 1337531. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1337531>
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and Society*. W.W. Norton and Company
- Hanmoğlu, E. (2025). Life satisfaction in emerging adulthood: a longitudinal study of social support, resilience, and gender differences. *Frontiers in Psychology, 16*, 1602140. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1602140>
- Hu, N., Chen, K., Ye, L., Liu, H., Cai, D., Zhang, H. y Zhao, Y. (2025). Associations Between Overparenting and Offspring’s Mental Health: A Meta-Analysis of Multiple Moderators. *Behavioral Sciences, 15*(9), 1235. <https://doi.org/10.3390/bs15091235>
- Jiao, J. y Segrin, C. (2022). Overparenting and emerging adults’ insecure attachment with parents and romantic partners. *Emerging Adulthood, 10*(3), 725–730. <https://doi.org/10.1177/2167696821997710>
- Jiao, J. y Segrin, C. (2023). Moderating the Association Between Overparenting and Mental Health: Open Family Communication and Emerging Adult Children’s Trait Autonomy. *J Child Journal of Child and Family Studies, 32*, 652–662. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02528-2>
- Jiao, C., Cui, M., y Fincham, F. D. (2023). Overparenting, loneliness, and social anxiety in emerging adulthood: The mediating role of emotion regulation. *Emerging Adulthood, 12*(1), 55–65. <https://doi.org/10.1177/21676968231215878>
- Jiao, C., Cui, M. y Fincham, F. D. (2024). Overparenting and romantic relationships in emerging adulthood: Roles of relationship efficacy and parent–child relationship quality. *Family Relations, 73*(5), 3015–3030. <https://doi.org/10.1111/fare.13070>
- Keerthigha, C., Singh, S., Chan, K. Q. y Caltabiano, N. (2023). Helicopter parenting through the lens of Reddit: A text mining study. *Heliyon, 9*(10), e20970. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e20970>
- Kuang, J., Arnett, J.J., Chen, E., Demetrovics, Z., Herold, F. Cheung, R. Y. M., Hall, D. L., Markwart, M., Gerber, M., Ludyga, S., Kramer, A. F. y Zou, L. (2023). The Relationship between Dimensions of Emerging Adulthood and Behavioral Problems among Chinese Emerging Adults: The Mediating Role of Physical Activity and SelfControl. *International Journal of Mental Health Promotion, 25*(8), 937–948. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2023.029187>
- LeBlanc, J.E. y Lyons, S.T. (2022) Helicopter parenting during emerging adulthood: Consequences for career identity and adaptability. *Frontiers in Psychology, 13*, 886979. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886979>

- McCoy, S. S., Dimler, L. M. y Rodrigues, L. (2025). Parenting in overdrive: A meta-analysis of helicopter parenting across multiple indices of emerging adult functioning. *Journal of Adult Development, 32*, 222–245. <https://doi.org/10.1007/s10804-024-09496-5>
- Miller, R. W., Rainbolt, C. L. y Tallents, S. (2024). Hovering is not helping: Relationships among helicopter parenting, attachment, academic outcomes, and mental health in college students. *Youth, 4*(1), 260–271. <https://doi.org/10.3390/youth4010018>
- Oliva -Vásquez, E., Vinet, E. y Gómez Pérez, D. (2023). Adultez emergente y trabajo: un modelo de la intención de permanencia en jóvenes trabajadores chilenos. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad, 23*(1), 48-63. <https://doi.org/10.18682/pd.v23i1.6784>
- Orosco-Sánchez, K. V. y Bosquez-Barcenas, V. A. (2025). Impacto de la sobreprotección parental en la autonomía de los niños y niñas. *Revista Científica Arbitrada de Investigación en Comunicación, Marketing y Empresa REICOMUNICAR., 8*(15), 619-631. <https://reicomunicar.org/index.php/reicomunicar/article/view/414>
- Panier, L., Allison, G.O., Sejourne, C., Slavich, G. M., y Weinberg, A. (2025). Parental overprotection moderates the association between recent stressor exposure and anxiety during the transition to university. *Development and Psychopathology, 38*, 357-367. <https://doi.org/10.1017/S095457942510028X>
- Quintano-Méndez, F., Brandt, J., Latorre, P., Riquelme-Segura, L. y Zapata, M. (2023). Movilidad estudiantil y adultez emergente: Un estudio exploratorio sobre la construcción de identidad en jóvenes universitarios. *Ciencias Psicológicas, 17*(2), e-3152. <https://doi.org/10.22235/cp.v17i2.3152>
- Rodríguez-Sáez, J.L., Martín-Antón, L.J., Salgado-Ruiz, A. y Carbonero-Martín, M.A. (2025) Emerging adulthood, socioemotional variables and mental health in Spanish university students. *BMC Psychol, 13*, 531. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02804-y>
- Sadoughi, M. (2024). Overparenting and adolescent's trait anxiety: Unraveling the roles of basic psychological needs frustration and emotion dysregulation. *Acta Psychologica, (251)*, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104579>
- Sgaramella, T. M., Zammitti, A. y Magnano, P. (2024). Navigating Adult Life from Emerging to Middle Adulthood: Patterns of Systemic Influences and Time Perspective in Migrants. *Behavioral Sciences, 14*(2), 86. <https://doi.org/10.3390/bs14020086>
- Shah, E.N., Szwedo, D. E. y Allen, J. P. (2023). Parental autonomy Restricting behaviors during adolescence as predictors of dependency on parents in emerging adulthood. *Emerging Adulthood, 11*(1), 15–31. <https://doi.org/10.1177/21676968221121158>
- Shin, M. y Adame, E. A. (2024). Helicopter parenting and first-semester students' adjustment to college: A self-determination theory perspective. *Journal of Social and Personal Relationships, 41*(2), 372–389. <https://doi.org/10.1177/02654075231186443>
- Skhirtladze, N. y Van Petegem, S. (2024). Perceived overprotective parenting and identity synthesis and confusion in Georgian emerging adults: The intervening role of goal engagement and disengagement. *Journal of Adult Development, 32*, 1–11. <https://doi.org/10.1007/s10804-024-09475-w>
- Suárez-Morales, L. y Torres, C. (2021). Understanding the factors associated with overprotective parenting behaviors in Latino parents. *Family Relations, 70*(5), 1556–1570. <https://doi.org/10.1111/fare.12548>
- Urone, C., Verdi, C., Lo Iacono, C., y Miano, P. (2024). Dealing with overparenting: Developmental outcomes in emerging adults exposed to overprotection and overcontrol. *Trends in Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s43076-024-00407-x>
- Vigdal, J. S. y Brønnick, K. K. (2022). A systematic review of “helicopter parenting” and its relationship with anxiety and depression. *Frontiers in Psychology, 13*, 872981. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.872981>
- Wang, Y., Halcón, S.T. y Branje, S. (2023). Identidad educativa y crianza materna sobreprotectora: Moderación por las percepciones de amenaza ambiental. *Revista de investigación sobre la adolescencia, 33*, 1377–1390. <https://doi.org/10.1111/jora.12884>
- Yerofeyeva, V.G., Wang, P., Yang, Y., Serobyan, A.K., Grigoryan, A.K. y Nartova-Bochaver, S.K. (2024). Shimmering emerging adulthood: in search of the invariant IDEA model for collectivistic countries. *Frontiers in Psychology, 15*, 1349375. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1349375>
- Zhang, Q. y Ji, W. (2024). Overparenting and offspring depression, anxiety, and internalizing symptoms: A meta-analysis. *Development and Psychopathology, 36*(3), 1307–1322. <https://doi.org/10.1017/S095457942300055X>



Contribución de los Autores

Contribución de los Autores	Contribución
Allison Jessica Brenis García	Conceptualización, Curación de datos, Análisis formal, Investigación, Metodología, Administración del proyecto, Validación, Redacción - borrador original.
Andrea Febe Sifuentes Rios	Conceptualización, Curación de datos, Análisis formal, Investigación, Metodología, Administración del proyecto.
Zahira Coral Huaman Maravi	Validación, Redacción - borrador original
Dasha Nicole Arostegui Morales	Redacción - borrador original

