

Factores que inciden en el apego seguro

Semiramis Álvarez Navarrete (*) alvarezsemi@gmail.com
Nehemías Uriel Hidalgo Ramírez (*) yeu.pumassiu@gmail.com
María Donají Morán Álvarez (*) maar.ma.14@gmail.com
Rubí Angélica Reyes Soto (*) angelica.reyes.1076@gmail.com

*Estudiante de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM

Cómo citar este texto: Álvarez, S., Hidalgo, N. U., Morán, M. D. y Reyes, R. A. (2019). Factores que inciden en el apego seguro. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 5 (9), 8-12.

RESUMEN

Este estudio tiene por objetivo identificar la relación que existe entre niños de uno a tres años de edad con los patrones de apego de sus cuidadores principales, en el marco de la teoría del apego propuesto por Bowlby. Se utilizó un diseño de carácter descriptivo, el cual se aplicó a 30 díadas (cuidador e infante) de nacionalidad mexicana, cuyo rango de edad oscila entre 19 y 30 años. El instrumento utilizado para este estudio fue una pauta de evaluación relacional cuidador-hijo, la cual identifica los distintos tipos de apego; seguro, ansioso-avoidante y ansioso resistente. En este trabajo se exponen los hallazgos encontrados donde: la muestra presenta mayor porcentaje de historias de apego seguro en el cual este tipo de relación cuidador e infante, se caracteriza por presentar una alta capacidad de sostén, de cuidados, manteniendo acercamiento corporal, contacto ocular y comunicación gestual frecuente con su bebé.

Palabras clave: apego, tipos de apego, apego seguro, apego ansioso-avoidante y apego ansioso-resistente.

ABSTRACT

The objective in this investigation is determining the relationship between patterns of affection with their children the one for three years old, in the framework of the attachment theory proposer by Bowlby. It was used a research design descriptive which was applied to 30 dyads (caregiver and infant) of Mexican nationality, whose age range is 19 and 30. The instrument used for this investigation was a guideline of relational evaluation caregiver-child, which identifies different types of attachment: safe, anxious-avoidant and anxious resistant. In this work, the findings are presented where the sample presents the highest percentage of safe attachment histories in which this type of caregiver-infant relationship is found, it is about presenting a high capacity for support, care, maintaining a good contact body, eye contact and frequent gestural communication with her baby.

Keywords: attachment, secure attachment, anxious-avoidant attachment and anxious-resistant attachment.

1. INTRODUCCIÓN

Problemática general

Actualmente la psicología ha realizado numerosos estudios acerca del desarrollo infantil, enfocados, varios de ellos, en la importancia estudiar los estilos de apego, ya que proporciona un gran aporte a la psicología visto desde el desarrollo de los infantes en una perspectiva cognoscitivista, de la misma manera se ha encontrado información en diversos artículos, donde los factores pueden perjudicar, dañar o mejorar este desarrollo. Por otro lado constituye una herramienta para indagar las posibles causas del mal desempeño que podría ser provocada por la incongruencia del estilo de apego y se pueda buscar, en un futuro, una posible solución a este tipo de problemática.

Así mismo tanto Bowlby (1989) como Ainsworth (1989) citados por McElwain, Engle, Holland, y Thomann (2016) apuntaron la importancia que tienen los vínculos de apego establecidos con los padres durante la infancia para el establecimiento de posteriores relaciones afectivas, por lo tanto surge el interés de los investigadores en el tema.

Problemática específica

En los primeros años, las relaciones de apego, en específico la de apego seguro, son las relaciones predominantes y más influyentes en la vida de un niño. Sientan las bases para las interpretaciones emocionales y cognitivas de experiencias sociales, para el desarrollo del lenguaje, para adquirir un sentido respecto a uno mismo, situaciones sociales complejas, y para que el niño acepte y adquiera su cultura. Como ejemplo, la atención conjunta surge alrededor de los primeros años, en el punto máximo

*Estudiante de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM

de la ansiedad ante lo desconocido. Las relaciones de apego, vitales para la supervivencia del lactante durante la evolución humana, siguen influyendo los pensamientos, sentimientos y motivos, y por ende, la relación cercana, durante toda la vida. Por ello se pretende en esta investigación conocer qué tipo de apego es el que se encuentra en la primera infancia.

Propósito

La presente investigación tuvo como objetivo identificar la relación que existe entre niños de uno a tres años de edad con los patrones de apego de sus cuidadores principales.

Objetivo específicos.

Identificar los estilos de apego prevalecen en los infantes menores de tres años en México.

Analizar qué estilos de apego prevalecen en la actualidad.

Identificar la relación que tiene los cuidadores con los estilos de apego.

2. MARCO CONCEPTUAL

Perspectiva

Para comenzar, es relevante destacar la definición de Bowlby sobre la conducta de apego como:

“cualquier forma de comportamiento que hace que una persona alcance o conserve proximidad con respecto a otro individuo diferenciado y preferido. En tanto que la figura de apego permanezca accesible y responda, la conducta puede consistir en una mera verificación visual auditiva del lugar en que se halla y en el intercambio ocasional de miradas y saludos. Empero, en ciertas circunstancias se observan también seguimiento o aferramiento a la figura de apego, así como tendencia a llamarla o a llorar, conductas que en general mueven a esa figura a brindar sus cuidados (1993, pg. 60)”.

La relación más temprana que se establece y nos permite aprender a regular nuestro sistema emocional es la vinculación afectiva o apego con el cuidador más próximo, que se encargará de responder a nuestras señales o reacciones emocionales (Fonagy, 2004).

Por tanto la teoría del apego constituye una de las construcciones teóricas más sólidas dentro del campo del desarrollo socioemocional, sin embargo esta teoría ha experimentado importantes modificaciones. Un gran contribuidor de ésta es el Dr. John Bowlby quien recalcó que los efectos inmediatos y a largo plazo que son mediadores de la salud mental del niño, son resultantes de una experiencia cálida, íntima y continua entre la madre y su hijo, donde ambos encuentran satisfacción y alegría (Bowlby, 1951 citado por Moneta, 2014)

Bowlby diferenció al apego de la denominada conducta de apego, que es aquella a través de la cual el individuo

procura la proximidad de la figura de apego, dentro de ella se encontrarán las conductas señales (llanto, balbuceo, sonrisas) y las conductas de acercamiento (aferramiento, acercamiento y succión sin un fin alimenticio). La conducta paterna que se da como contraparte de la conducta de apego del hijo se denomina conducta de atención o también emplea el término de conducta materna. Estas conductas permiten establecer relaciones significativas entre los cuidadores y los niños, así como las relaciones significativas que se producen entre los adultos, y las mismas surgen a partir de representaciones mentales internalizadas, las pautas o estilos de apego; en el caso de los adultos reciben el nombre de modelos o mapas representacionales de las relaciones (Pinedo & Santelices, 2006). Este tema será profundizado en el apartado sobre la persistencia transgeneracional de los patrones de apego. Las figuras de apego y fases del desarrollo de la conducta de apego según Bowlby (1976)

La persona que ocupa el rol de figura de apego es aquella que brinda lo que se denomina la base segura y que estaría dada por el sentimiento de seguridad y tranquilidad que se deriva de la relación con el otro brindando confianza al niño para separarse y permitirle de este modo explorar el ambiente (Ainsworth, 1989). Bowlby (1976) hace una distinción entre la figura central de apego y las figuras subsidiarias.

1. Figura de apego central: habitualmente e idealmente es la madre, pero va a depender de la identidad de quien brinda los cuidados o quien se percibe más capaz de hacer frente a la situación, en el sentido de brindar protección apoyo y consuelo.

2. Figura de apego subsidiaria: Son aquellas figuras a las que el niño va a recurrir cuando no sabe dónde se encuentra la figura central de apego. Éstas sólo podrían convertirse en centrales en el caso de ausencia prolongada o permanente de la madre. Respecto al proceso en el que se establece el apego, Bowlby (1976) divide el desarrollo de la conducta de apego en cuatro fases y destaca que debe tenerse en cuenta que las mismas no tienen límites estrictos entre unas y otras.

Causas del problema

En cuanto a patrones de apego fue Mary Ainsworth quien a partir de la “situación extraña”, diseñó un procedimiento estandarizado de laboratorio para observar los modelos internos activos de los infantes. Este consiste en separar por un tiempo breve a los infantes de su cuidador y someterlo a una situación no familiar. De éste modo le fue posible observar, que los infantes presentaban uno de cuatro patrones de conducta.

Ø Seguro: corresponde a los infantes que exploran rápidamente en presencia del cuidador primario; están ansiosos ante la presencia del extraño y lo evitan, se muestran perturbados por las breves ausencias de su

cuidador y buscan su contacto cuando retorna, para luego retomar la exploración.

Ø Ansioso-evitativos: patrón caracterizado por una conducta menos ansiosa, sin buscar la proximidad del cuidador después de la separación y sin mostrar tampoco preferencia hacia el cuidador respecto al extraño.

Ø Ansiosos resistente: muestra limitada exploración y juego y es altamente perturbado por la separación presentando gran dificultad para reponerse.

Posteriormente Main y Solomo postularon un cuarto grupo que denominaron desorganizado o desorientados, respecto a infantes que aparentemente mostraban conductas no dirigidas hacia un fin (Escobar, 2008).

En la población general estos tipos de apego se distribuyen de la siguiente manera; Apego Seguro en un 65%, Apego Ansioso-Evitativo en un 25% y el tipo de Apego Ansioso-Resistente en un 10% (Kimelman & González, 2003).

3. MÉTODO

Pregunta de investigación

¿Cuál es el tipo de apego que más predomina en la relación cuidador-hijo?

Hipótesis de Trabajo

En el estudio se piensa que los resultados en la relación cuidador-hijo, donde el rango de edades es de 1 - 3 años, no existirá el apego seguro, ya que fue el tipo de apego que predominó en los diferentes estudios.

Participantes

Los participantes en este trabajo son 30 díadas (cuidador-niño), de nacionalidad Mexicana, la muestra es incidental y se les solicitaba su participación, asegurándoles la confidencialidad de los datos y su uso para investigación. El rango de edad los cuidadores oscila entre 19 a 30 años, teniendo una media de 26 años, siendo 27 de ellos mujeres y 3 hombres.

Procedimiento

Instrumentos de observación

Pauta de evaluación relacional cuidador-hijo:

Consiste en 15 ítems que evalúan una serie de conductas y actitudes indicadoras de un proceso de apego sano o un apego en riesgo, las conductas que se evalúan consisten en comportamientos que, de acuerdo a numerosos estudios sobre las interacciones cuidadores-niños, suelen presentar los niños y sus cuidadores.

Así mismo, esta pauta permite evaluar si la madre es capaz de aceptar ciertas características básicas del niño, tales como su género, su aspecto físico y su conducta general, se evalúa también las características de la interacción entre el cuidador y el niño, y de la

afectividad general del cuidador, (Kimelman, et al., 1995).

La recogida de datos se realizó mediante el programa de Google de Formularios en el que se elaboró el instrumento. El cual se solicitó que cualquier persona que cumpliera con los requisitos que se estaban solicitando, llenará el instrumento, a posteriori de dos días de recogida de datos, se cerró la plataforma y se eligió a los participantes de acuerdo a los criterios.

4. RESULTADOS

Obtención de datos

Se utilizó una metodología cualitativa para producir hallazgos por medio del análisis interpretativo de los datos, con el propósito de descubrir cuál de los tres tipos de apego planteados es el que predomina en la relación cuidador-niño. Donde en el estudio realizado se encontró que las relaciones cuidador-hijo de edades 1 a 3 años, el tipo de apego que predomina es el apego seguro.

Se empleó la estadística descriptiva, a través de representaciones gráficas, donde los resultados fueron analizados con base en la clasificación de estilos de apego ofrecida por Mary Ainsworth (Galán 2010; Lara, et Al, 2005; Lyons, 1999; Whiple, et Al., 2011) y con la pauta de evaluación relacional cuidador-niño.

Donde la población total constó de 30 díadas cuidador-hijo encontrando una frecuencia elevada hacia un género.

Genero	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	3	10.0
Mujer	27	90.0
Total	30	100.0

Tabla 1. Número de participantes.

Como se puede observar en la tabla 1 la muestra no fue equitativa ya que hubo más mujeres que hombres; el 90% de los cuidadores son del sexo femenino, mientras que el 10% de los cuidadores son del sexo masculino.

Edad	Frecuencia	Porcentaje
19	4	13.33
22	7	23.33
25	7	23.33
28	5	16.67
30	7	23.33
Total	30	100.0

Tabla 2. Edad de los participantes.

La tabla 2 indica que las edades predominantes son 22 años, 25 años y 30 años con un porcentaje de 23.33% de los cuidadores y una media de 24.8.

Análisis de datos

Como se muestra en la figura 1 la mayoría de las diadas que conforman la muestra empleada se ubicaron en el estilo de apego seguro, seguido del apego moderado, y sólo cuatro participantes se ubicaron en el estilo de apego desorganizado.



Figura 1. Clasificación de la muestra constituida por 30 diadas (27 mujeres y 2 hombres) en función de los estilos de apego.

A partir de los resultados obtenidos mediante la pauta de evaluación relacional madre-recién nacido, se observó que el 60% de la muestra (18 diadas) presentan un estilo de apego seguro en el cual este tipo de relación madre e hijo, se caracteriza por presentar una alta capacidad de sostén, de cuidados, manteniendo acercamiento corporal, contacto ocular y comunicación gestual frecuente con su bebé.

Por otro lado, se observó que el 27% de la muestra (8 diadas) presentan un estilo de apego moderado en el cual la relación se caracteriza por presentar una regular capacidad de sostén, de cuidados, manteniendo ocasionalmente acercamiento corporal, contacto ocular y comunicación gestual regular con su bebé.

Y por último se obtuvo que el 13% de la muestra (4 diadas) muestran un estilo de apego ausente en el cual la relación de apego se caracteriza por presentar débilmente o nula capacidad de sostén, de cuidados, sin mantener acercamiento corporal, contacto ocular y comunicación gestual regular con su bebé.

5. DISCUSIÓN

Consideraciones polémicas

La teoría del apego proporciona una manera de entender cómo los seres humanos desarrollan fuertes lazos con los demás. A través de la interacción del niño con los padres, los menores desarrollan modelos internos de trabajo de uno mismo, que se caracterizan por el grado de dependencia emocional de otras personas para autovaloración, y los modelos internos de trabajo de otros, que se caracterizan por las expectativas acerca de la disponibilidad de los demás (Bowlby, 1973).

Diseño de Intervención PsicoEducativa

Con base en lo observado en este trabajo, es posible informar a las personas involucradas en el desarrollo personal del niño, como son sus padres y cuidadores sobre la preeminencia de crear vínculos afectivos seguros desde muy pequeños, a través de un programa psicoeducativo en cualquier institución hospitalaria para que en alguna consulta que tengan que asistir se aborde este tópico.

Además de que estos deben permanecer durante todo el proceso de crecimiento del infante, junto con esto el brindar a los cuidadores una adecuada formación sobre los diferentes tipos de apego, sus características y sus consecuencias puede alertar e impulsar a los cuidadores a emplear diversas técnicas que permitan crear en el niño apoyo, seguridad, confianza, una buena autoestima, autoconcepto y habilidades sociales, que le son indispensables para involucrarse con otras personas y para actuar en su vida cotidiana, ya que el sentimiento constante de no sentirse lo suficientemente amado(a), y agradable para el otro, influye en forma negativa en su autoestima, autoconcepto y en la visión del mundo. Lo anterior se ha encontrado en la literatura, es una de las conductas que permite el desarrollo de un estilo de apego ambivalente/preocupado (Schore, 1994).

Sentirse querido y seguro es una necesidad primaria que equilibra el desarrollo del ser humano a lo largo de toda la vida, es necesario seguir indagando y reflexionando acerca de la naturaleza de este vínculo, de cómo acceder a él mediante técnicas e instrumentos que nos permitan investigarlo y de cuál es su repercusión a lo largo de la vida y en todos los ámbitos de esta.

Implicaciones

Conviene subrayar, en lo anteriormente documentado que es menester hacer referencia a cómo los datos expuestos evidencian que en la muestra estudiada aparece un mayor porcentaje de historias de apego seguro que en la población general de referencia, sin embargo aunque son datos importantes, cabe mencionar que la población no es suficiente para mostrar un dato válido, se recomienda que la muestra en futuras investigaciones se ha de mayor amplitud. De manera que si se estudiara a la diada por más tiempo, sería más válido y confiable para los investigadores, esto podría ser mediante observaciones y entrevistas a profundidad.

6. CONCLUSIONES

Aportaciones

Los resultados precedentes permiten señalar la presencia significativamente mayor de apego seguro. Desde la perspectiva de la teoría de apego, esto constituye un dato beneficioso dado que los patrones de apego de la primera infancia tienden a permanecer estables proyectándose a los nuevos vínculos.

Los hallazgos de esta investigación confirman la importancia de generar programas de intervención temprana para promover un buen apego seguro, en todos los cuidadores de todas las edades, ya que en esta investigación se abordó con personas mayores a los 25 años, pero sería un tema de interés investigar con los padres adolescentes, como una estrategia de promover el apego seguro y disminuir el riesgo relacional.

Un espacio privilegiado en el que se podrían realizar estas intervenciones lo constituyen los psicólogos puesto que ellos son los que pueden comprender si el desarrollo está siendo favorable y con ello conocer el tipo de apego que se está desempeñando.

Siendo de este modo necesario plantear la vigencia del tema del cuidador principal que si bien es un tema muy explorado; en la realidad social sigue repercutiendo y generando polémicos debates.

Colofón

Es de suma importancia conocer los estilos de apego, haciendo énfasis en niños de 3 años puesto que de acuerdo con esta investigación una pequeña parte de la población mexicana se reporta que tiene un apego seguro por lo que representa una bienquerencia entre díadas (cuidador y niño/a).

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock
- Fonagy, P. (2004). *Teoría del apego y psicoanálisis*. Barcelona: Espaxs
- Galán A. (2010). El apego: Más allá de un concepto inspirador. *Asociación Española Neuropsiquiatría*, 30 (108), 581-595.
- Garrido, L. (2016). Apego, emoción y regulación emocional. implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38 (3).493-507.
- Giraldo, D. Castañeda, H. y Mazo, H. (2017). Factores demográficos relacionados con el apego materno infantil. *Revista Universidad de Salud*, 19(2), 197-206.
- Isabella, R. (1993). Origins of attachments: Maternal interactive behaviour across the first year. *Child Development*, 64, 605-621.
- Lyons, R. (1999). Attachment Relationships among children with aggressive behavior problems: role of disorganized early attachment patterns. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64 (1), 64-73.
- McElwain, N. Engle, J. Holland, A. y Thomann, E. (2016). Child-Child Similarity on Attachment and Temperament as predictors of Positive Interaction During Acquaintanceship at Age 3. *American Psychological Association*, 52 (9), 1394-1408. Recuperado de: <https://www.apa.org/pubs/journals/features/dev-dev0000190.pdf>.
- Schore, A. (1994). *Affect regulation and the origin of the self: the neurobiology of emotional development*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Whiple, N., Bernier, A. & Genevieve, A. (2011). Broadening the study if infant security of attachment: Manual Autonomy-Support in the context of the infant exploration. *Blackwell Publishing*, 20 (1), 17-3.