



CAPÍTULO 7

APEGO, GÉNERO Y ESTATUS DE RELACIÓN EN UNA MUESTRA DEL SURESTE DE MÉXICO

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.172112613017>

Gabriela Isabel Pérez Aranda

Universidad Autónoma de Campeche, Facultad de Humanidades. Campeche-México
<https://orcid.org/0000-0002-9918-3921>

Katherine Alejandra Ruiz Mass

Universidad Autónoma de Campeche, Facultad de Humanidades. Campeche-México.
<https://orcid.org/0009-0005-4355-9431>

Sinuhé Estrada Carmona

Universidad Autónoma de Campeche, Facultad de Humanidades. Campeche-México.
<https://orcid.org/0000-0002-9605-8148>

Liliana García Reyes

Universidad Autónoma de Campeche, Facultad de Humanidades. Campeche-México.
<https://orcid.org/0000-0001-5404-3100>

Miguel Ángel Tuz Sierra

Universidad Autónoma de Campeche, Facultad de Humanidades. Campeche-México.
<https://orcid.org/0000-0003-1584-7725>

RESUMEN: La forma en que una persona se vincula con los demás está influenciada por sus emociones, procesos cognitivos y, de manera particular, por el estilo de apego desarrollado durante la infancia. Este estilo de apego puede perdurar en la adultez e incidir significativamente en la dinámica de las relaciones de pareja, afectando de forma positiva o negativa aspectos fundamentales como la comunicación y la intimidad. El objetivo de la presente investigación fue analizar las diferencias de los estilos de apego entre hombres y mujeres en la adultez temprana según el estatus de relación, para lo cual se utilizó una metodología de tipo no experimental, con enfoque cuantitativo, comparativo y de diseño transversal, usando el método de

recolección de datos “bola de nieve” por medio de un formulario de Google con el instrumento “Escala de estilos de Apego” por Márquez, Rivera y Reyes (2009). Los resultados mostraron que los hombres tienden a tener un estilo de apego evitante, con diferencias estadísticamente significativas frente a las mujeres. No se hallaron diferencias significativas en los estilos de apego seguro y ansioso según el sexo. En cuanto al estatus de relación, los solteros presentan mayores niveles de apego ansioso y evitativo, mientras que en las personas con pareja predomina el apego seguro.

PALABRAS CLAVES: Apego seguro, apego evitante, parejas románticas.

ATTACHMENT, GENDER AND RELATIONSHIP STATUS IN A MEXICO SOUTHERN MUESTRA

ABSTRACT: The way individuals form bonds with others is influenced by their emotions, cognitive processes, and particularly by the attachment style developed during childhood. This attachment style may persist into adulthood and significantly influence the dynamics of romantic relationships, either positively or negatively, especially in aspects such as communication and intimacy. The aim of the present study was to analyze differences in attachment styles between men and women in early adulthood based on relationship status. A non-experimental, quantitative, comparative, and cross-sectional research design was employed. Data were collected using the snowball sampling method through a Google Form, which included the “Attachment Styles Scale” developed by Márquez, Rivera, and Reyes (2009). The results showed that men tend to exhibit a more avoidant attachment style, with statistically significant differences compared to women. No significant sex-based differences were found in secure or anxious attachment styles. Regarding relationship status, single individuals demonstrated higher levels of anxious and avoidant attachment, whereas secure attachment was more prevalent among individuals in a romantic relationship.

KEYWORDS: Secure attachment, avoidant attachment, romantic relationships.

INTRODUCCIÓN

El modelo teórico del apego, desarrollado por John Bowlby y complementado por Mary Ainsworth, es una de las bases más sólidas para explicar el desarrollo socioemocional humano. Oliva (citado en Espinoza, 2019) menciona que el modelo ha sido inicialmente concebido como una teoría del vínculo afectivo entre madre e hijo, sin embargo, ha ganado relevancia a lo largo del tiempo gracias a múltiples investigaciones que han fortalecido sus postulados.

Por su parte, Persano, (2018) sostiene que el apego cumple un papel esencial en la formación de la estructura mental del infante, su desarrollo emocional y la adquisición de seguridad, confianza y consuelo. Además, destaca la influencia del entorno en la organización psíquica y advierte sobre las consecuencias negativas de la separación emocional temprana. Ya que estos presentaban dificultades para establecer vínculos afectivos sólidos, lo cual relacionó con la ausencia de una figura de apego estable en la infancia (González, 2022). Mientras los hallazgos fundamentales de Ainsworth descubrieron que el sistema de apego es maleable y que las diferencias individuales en el comportamiento de apego dependen de la conducta de los cuidadores. Este hallazgo permitió clasificar los estilos de apego tanto en la infancia como en la adultez (Wallin, 2012).

De esta manera, el estilo de apego se refiere a un conjunto de características emocionales y conductuales relativamente estables que reflejan la forma en que una persona se vincula con los demás (Zavarce, 2011). Este estilo, desarrollado en la infancia, influye en aspectos de la personalidad como la autonomía, la individuación y la forma de comunicarse y generar confianza con padres y pares (Otero et al., 2017).

Para esta investigación se utilizará únicamente la clasificación de estilos de apego propuesta por Ainsworth: seguro, evitante y ansioso.

El apego seguro según González (2022) se genera cuando se da en la figura de referencia la sensibilidad necesaria, la capacidad de percibir e interpretar adecuadamente las llamadas del niño y la de responder rápida y adecuadamente, hecho que además reforzará los lazos y las interacciones entre ambos. Brindándole apoyo y consuelo de manera oportuna y eficaz (Marín, 2010). En relación a ello Collins (1996) encontró que las personas con un estilo de apego seguro tienen mayor autoestima, más confianza en situaciones sociales y más autoafirmación, así, se tienen creencias más positivas sobre el mundo social y ven a los demás como dignos de confianza, fiables y altruistas.

El apego evitativo puede ser entendido como una deficiencia en la interacción cálida, confiable y segura, no buscan el contacto físico con ella rechazando su acercamiento con un comportamiento frío (Molina, 2015). Se conoce que este estilo de apego surge a consecuencia de una interacción con un cuidador rechazante, que se muestra rígido y hostil hacia el niño, ocasionando de esta manera que el mismo tenga una conducta distante, evitante del contacto con el cuidador, esto como un método para protegerlos del rechazo de estos (Muñoz-Muñoz, 2017; Prats, 2022) por lo que su respuesta era de indiferencia, siendo así que ellos mismos presentaban importantes problemas en relación a sus emociones (González, 2022).

El apego ansioso se presenta principalmente la angustia ante la separación (Mínguez y Álvarez, 2013). Cobo (2020) lo describe como una conducta en la que ha

sido afectada la confianza hacia la disponibilidad del cuidador, lo cual genera una respuesta de ansiedad y angustia. Lo cual favorece a que se desarrolle un miedo a ser abandonado, pues esta separación es presentada de manera difusa y llena de ambigüedades (Guzmán, 2017).

Es importante considerar que existen vínculos fundamentales para el desarrollo de la autoestima, la seguridad personal, la autonomía y el crecimiento individual, los cuales influyen directamente en las relaciones que se establecen durante la etapa adulta.

En este sentido, una de las relaciones más significativas en la adultez suele ser la de pareja. Cuando esta relación se desarrolla de forma sana y satisfactoria, contribuye notablemente al bienestar integral de las personas, no obstante, si se torna conflictiva, disfuncional o carece de control, puede generar consecuencias negativas a nivel físico, emocional y social (Espinoza, 2019). Asimismo, se ha documentado que, durante la adultez temprana, suelen establecerse relaciones íntimas que, si bien no siempre son duraderas, en muchos casos conducen al matrimonio o a la formación de una familia (Papalia et al., citado en Peralta, 2018).

Sin embargo, a lo largo del tiempo, las formas de vinculación entre las personas han cambiado significativamente, especialmente en las relaciones de pareja. En el México actual, según datos del INEGI (2025) de los casi 100 millones de personas mayores de 15 años, el 35.9% se encuentra casado, el 29.6% soltero y el 19.1% vive en unión libre.

Además, la edad promedio para contraer matrimonio es de 31 años para mujeres y 34 para hombres (INEGI, 2022b). Sin embargo, también se observa un aumento en los divorcios, con 166,766 casos registrados en 2022, donde la edad promedio es de 41 años para mujeres y 43 para hombres.

Particularmente en Campeche, destaca no solo por tener una de las tasas más altas de matrimonio (7.7 por cada mil habitantes), sino también por liderar la tasa nacional de divorcios con 4.8 (INEGI, 2024). Estos datos abren la puerta a reflexionar sobre la calidad de las relaciones y los factores que las sostienen o deterioran como es la violencia en la pareja.

Con base a ello, en Campeche se ha reportado que al menos un 39.9% de las mujeres ha experimentado violencia en su relación actual o más reciente (INEGI, 2022a). A pesar de esto, muchas personas no terminan la relación, lo que puede explicarse a través de conceptos psicológicos como la dependencia emocional y más profundamente los estilos de apego.

Según la teoría del apego, desarrollada por Bowlby y Ainsworth antes mencionado, los vínculos afectivos formados en la infancia influyen en la forma

en que las personas se relacionan en la adultez. Por ejemplo, quienes tienen un apego ansioso suelen experimentar miedo al abandono (Mínguez y Álvarez, 2013) lo que puede llevarlos a mantenerse en relaciones dañinas por temor a la soledad. Por otro lado, quienes presentan un apego evitativo podrían evitar la intimidad, dificultando la estabilidad en la pareja. Estas dinámicas pueden generar ciclos de ruptura y reconciliación, así como la pérdida del sentido del yo dentro de la relación (Requejo, 2023). Algunos estudios han observado que existe cierta inclinación a desarrollar un más un tipo de apego específico de acuerdo al sexo del individuo por su parte, Eguren (2021) identificó que los varones presentan valores significativos en algunas dimensiones del apego evitativo mientras que las mujeres tienden a mantener un apego seguro. Al mismo tiempo, en relación con el tipo de apego y las posibles diferencias significativas según el tipo de relación de pareja, Pérez et al. (2019) encontraron que las personas solteras presentan con mayor frecuencia un estilo de apego seguro, mientras que las personas casadas tienden a mostrar un estilo de apego ansioso.

En contraste con estos hallazgos, podría pensarse que quienes están solteros o han tenido experiencias relacionales inestables tienden a presentar con mayor frecuencia estilos de apego ansioso o evitativo. Las personas con apego ansioso, por ejemplo, suelen experimentar una mayor necesidad de afecto, miedo al abandono y preocupación por la reciprocidad emocional (Barroso, 2014) lo cual puede dificultar el establecimiento de relaciones duraderas o incluso llevar a aceptar dinámicas de violencia en la relación. Por otro lado, el apego evitativo se asocia con una mayor independencia emocional y una tendencia a mantener distancia en los vínculos afectivos (Requejo, 2023) lo que podría derivar en evitar el compromiso o preferir mantenerse soltero por elección.

En este sentido, el estatus de relación no solo refleja una condición relacional momentánea, sino que también puede estar vinculado a los esquemas de apego desarrollados a lo largo de la vida, y a su vez, reforzarlos o transformarlos a través de las experiencias afectivas vividas durante la adultez temprana.

De esta manera, la evolución de las cifras sobre uniones y separaciones no sólo da cuenta de cambios sociales, sino también de la forma en que las personas aprenden a vincularse emocionalmente, lo cual resulta crucial para comprender la naturaleza de las relaciones contemporáneas.

Es por ello que el objetivo de la presente investigación fue analizar las diferencias en los estilos de apego entre hombres y mujeres en la adultez temprana, así como en función del estatus de relación. Con todo lo mencionado, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo varían los estilos de apego en la adultez temprana en función del sexo y del estatus de relación?

METODOLOGÍA

La presente investigación es de tipo no experimental, con enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y de diseño transversal; esto debido a que no se manipularon las variables, sino que únicamente se midieron y analizaron estadísticamente para establecer una relación entre las mismas. La recolección de datos se llevó a cabo en un único momento determinado (Hernández et al., 2010).

Muestra

La muestra estuvo compuesta por 191 personas en la etapa de adultez temprana, tanto hombres como mujeres, con edades entre 18 y 45 años, que al momento de la aplicación estuvieran casados, en concubinato o que hubieran tenido una relación de pareja de al menos seis meses de duración.

La muestra fue de tipo no probabilística, seleccionada mediante el método de “bola de nieve”, dado que la elección de los participantes no se basó en fórmulas estadísticas de probabilidad, sino en la recomendación entre participantes (Hernández et al., 2010).

Criterios de inclusión: Hombres y mujeres, tener entre 18 y 45 años (adultez temprana), haber estado o estar en una relación de noviazgo de al menos 6 meses o estar casado(a) o en concubinato al momento de la aplicación.

Instrumentos

Se utilizaron los siguientes instrumentos para la recolección de datos:

A) Ficha de identificación

Permitió recolectar información personal básica de los participantes, incluyendo sexo (hombre o mujer), edad, estado civil (soltero o casado) y el tiempo de su relación actual o la más cercana (en años o meses).

B) Escala de Estilos de Apego de Márquez, Rivera y Reyes (2009)

Se utilizó para evaluar los estilos de apego en relaciones de pareja: seguro, ansioso y evitante. La escala está compuesta por 21 reactivos con respuestas en formato ordinal de 7 puntos (desde “Totalmente de acuerdo” hasta “Totalmente en desacuerdo”).

Apego evitante: 7 reactivos, $\alpha = .888$

Apego ansioso: 8 reactivos, $\alpha = .865$

Apego seguro: 6 reactivos, $\alpha = .813$

Procedimiento

La recolección de datos se realizó mediante encuestas digitales distribuidas a través de redes sociales y contactos personales, siguiendo el método de bola de nieve. Previo a responder los cuestionarios, se presentó a los participantes el consentimiento informado en el que se explicaba el objetivo del estudio, la naturaleza voluntaria de la participación y el uso exclusivo de los datos con fines estadísticos, asegurando el anonimato de los participantes. Posteriormente, se aplicó la ficha de identificación y la escala de estilos de apego. Una vez completada la recolección, los datos fueron procesados en IBM SPSS para su análisis estadístico correspondiente

RESULTADOS

De acuerdo con los resultados obtenidos en los datos sociodemográficos, la muestra total estuvo conformada por 191 personas. De ellas, el 52.9% se identificó como mujer, mientras que el 47.1% se identificó como hombre, representando así el 100% de la muestra.

En cuanto a la orientación sexual, la mayoría de los participantes se identificaron como heterosexuales (79.1%), seguidos por personas bisexuales (13.6%), homosexuales (4.2%) y pansexuales (1.6%). Las orientaciones queer, demisexual y la opción “no aplica” compartieron un mismo porcentaje del 0.5%.

Respecto al estado civil, el 86.4% indicó ser soltero, el 11.5% casado y solo el 2.1% divorciado. Por otro lado, al consultar sobre su situación afectiva, el 54.5% manifestó tener novio o pareja, el 29.8% indicó no tener pareja, el 8.4% se encuentra casado y el 7.3% vive en concubinato.

Por otro lado, el 90.6% se identifica en una relación heterosexual, mientras que las parejas del mismo sexo conformaron un 9.4%. Asimismo, la mayoría de las personas han tenido una sola relación de más de 6 meses corresponde al 44% de la muestra, las personas que han tenido dos relaciones de más de 6 meses conforman al 39.3%, finalmente solo el 16.8% han tenido 3 o más relaciones que han durado más de 6 meses.

Respecto a la escolaridad el 87.4% tiene un nivel universitario, seguida de las personas con posgrado (8.9%) y finalmente las personas con escolaridad de secundaria son el 3.7% de la muestra.

	Sexo	N	Media	Desviación típ.	t	Sig.
PROMAE	Mujer	101	2.2235	.89452	-2.570	.011*
	Hombre	90	2.5873	1.04418		
PROMAA	Mujer	101	3.8156	1.08708	.618	.537
	Hombre	90	3.7153	1.15557		
PROMAS	Mujer	101	6.1634	.77387	1.168	.244
	Hombre	90	6.0333	.76077		

*. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

PROMAE: Promedio de Apego Evitativo

PROMAA: Promedio de Apego Ansioso

PROMAS: Promedio de Apego Seguro

Tabla 1 Análisis t de student entre los estilos de apego según sexo

Como se puede observar, en la tabla 1, que analiza los estilos de apego según el sexo, se pudo identificar que los hombres tienen una media mayor en el apego evitativo y, de forma general, las mujeres tienen una media en el apego seguro.

Mientras tanto, se destaca que en el apego ansioso y en el apego seguro no se encontraron diferencias estadísticamente significativas, aunque de manera general, la media nos indica que el tipo predominante en hombres y en mujeres es el apego seguro en ambos.

		N	Media	Desv. típica	F	Sig.
PROMAE	Novios	104	2.1168	.87900	8.963	.000*
	Esposos	16	2.2054	1.07028		
	Concubinato	14	2.7959	.78389		
	No tengo pareja	57	2.8571	.99598		
	Total	191	2.3949	.98236		
PROMAA	Novios	104	3.5397	1.12254	4.271	.006*
	Esposos	16	3.7422	1.26200		
	Concubinato	14	3.8125	.82443		
	No tengo pareja	57	4.1820	1.03296		
	Total	191	3.7683	1.11803		

PROMAS	Novios	104	6.3478	.65199		
	Esposos	16	6.2188	.80212	11.311	.000*
	Concubinato	14	5.8095	.83936		
	No tengo pareja	57	5.6930	.76037		
	Total	191	6.1021	.76847		

Tabla 2 *Análisis de varianza ANOVA de los estilos de apego y el estatus de relación*

En lo que respecta a la tabla 2, se puede observar que existe una diferencia estadísticamente significativa entre el tipo de estatus de la relación. Existen diferencias estadísticamente significativas (.000) en el apego evitativo, el cual se refiere a restringir o inhibir el deseo de reconocer los estados emocionales en el momento en que se tiene una pareja; así donde los que no tienen pareja tienen la media más alta, seguida de los que se encuentran en concubinato. Posteriormente los que están casados y finalmente los que son novios, que presentan menor apego evitativo.

Por otro lado, existe una diferencia estadísticamente significativa (.000) en el apego ansioso, que se refiere a la conducta de tener preocupación obsesiva e hipersensibilidad ante emociones negativas, aunado a experimentar una fuerte sensación de abandono y desconfianza con su pareja. Según el estatus de relación, la media más alta la tienen los que no tienen pareja, seguida de los que se encuentran en concubinato, luego los que son esposos y nuevamente los novios.

Por último, existe una diferencia estadísticamente significativa (.006) en el apego seguro, entendido como un nivel elevado de satisfacción en las relaciones íntimas, demostrando confianza, apertura a ofrecer y recibir apoyo y capacidad para la resolución de situaciones cotidianas. Así, los novios son los que tienen la media más alta, seguida de los esposos, luego los que están en concubinato y por último los que no tienen pareja, que tienen menor apego seguro.

Variable dependiente	(I) ¿Qué tipo de relación tiene con su pareja actual?	(J) ¿Qué tipo de relación tiene con su pareja actual?	Diferencia de medias (I-J)	Sig.
PROMAE	Novios	Esposos	-.08860	.984
		Concubinato	-.67916	.052
		No tengo pareja	-.74038*	.000*

Tabla 3 *Análisis POST HOC-HSD Tukey del estilo de apego evitante y el estatus de relación*

Como podemos observar en la tabla 3, de acuerdo con la media del estilo de apego evitativo, se encontró una diferencia estadísticamente significativa negativa en el grupo de novios con el grupo no tengo pareja.

Variable dependiente	(I) ¿Qué tipo de relación tiene con su pareja actual?	(J) ¿Qué tipo de relación tiene con su pareja actual?	Diferencia de medias (I-J)	Sig.
PROMAA	Novios	Esposos	-.20252	.900
		Concubinato	-.27284	.816
		No tengo pareja	-.64235*	.002*

Tabla 4 *Análisis POST HOC-HSD Tukey del estilo de apego ansioso y el estatus de relación*

En la tabla 4 se encontró una diferencia estadísticamente significativa negativa entre el grupo novios y el grupo no tengo pareja.

Variable dependiente	(I) ¿Qué tipo de relación tiene con su pareja actual?	(J) ¿Qué tipo de relación tiene con su pareja actual?	Diferencia de medias (I-J)	Sig.
PROMAS	Novios	Esposos	.12901	.907
		Concubinato	.53823*	.043*
		No tengo pareja	.65477*	.000*
	Esposos	Novios	-.12901	.907
		Concubinato	.40923	.399
		No tengo pareja	.52577*	.048*

Tabla 5 *Análisis POST HOC-HSD Tukey del estilo de apego seguro y el estatus de relación*

De acuerdo con la tabla 5 se encontró una diferencia estadísticamente significativa positiva del grupo novios con el grupo no tengo pareja, seguido del grupo concubinato, de igual manera, en el grupo de esposos existe una diferencia estadísticamente significativa positiva con el grupo no tengo pareja.

DISCUSIÓN

Establecer vínculos con otros individuos es una necesidad fundamental del ser humano, por lo que resalta la importancia de que estas relaciones sean estables, afectivas y duraderas siendo especialmente importante en el caso de las relaciones de pareja ya que contribuyen significativamente a la satisfacción dentro del vínculo. Los estilos de apego han sido un componente clave en las relaciones interpersonales

como se ha visto dentro de la revisión teórica, asimismo, ha cobrado relevancia en los estudios contemporáneos, dado que las dinámicas afectivas han evolucionado con el tiempo.

En este contexto, se ha observado que las dinámicas en la relación de pareja pueden influir en el desarrollo y manifestación de determinados estilos de apego, tanto en hombres como en mujeres. De este modo, en la presente investigación con 191 adultos tempranos se encontró que el estilo de apego más prevalente en ambos sexos fue el apego seguro, seguido por el ansioso y en menor medida, el evitativo. No obstante, en este último se identificó una diferencia estadísticamente significativa en la que los hombres tienden a presentar este estilo con mayor frecuencia que las mujeres que se encuentran en la adultez temprana.

Esto contrasta con lo encontrado por Iglesias-Hoyos y Del castillo (2017) en su estudio realizado en mujeres y hombres en edades entre los 18 y 41 años, similares a la muestra en el que hallaron diferencias estadísticamente significativas en el estilo de apego evitante y seguro, siendo que las mujeres tuvieron niveles más altos de apego evitante, por el contrario, los hombres mostraron niveles más altos en el estilo de apego seguro.

Por su parte, García y Soriano (2016) tuvieron como resultado de sus investigaciones que el apego seguro tanto en hombres y mujeres fue levemente más relevante sobre los otros estilos de apego, siendo que los hombres mostraron una media más elevada en apego seguro, contraste al caso de las mujeres, quienes fueron las que obtuvieron puntuaciones ligeramente mayores en el estilo de apego temeroso-evitativo por lo que solo se difiere con este último hallazgo. En esta misma línea, Hernández, et al. (2024), encontraron que el estilo predominante en su población fue el apego seguro para ambos sexos, lo que implica que ambos sexos presentan esquemas personales positivos hacia su pareja, que pueden ser caracterizados por relaciones tranquilas, cercanas y de confianza, con una intimidad emocional que favorece la satisfacción y las interacciones positivas.

Finalmente, los presentes resultados muestran que el apego seguro es el estilo más frecuente tanto en hombres y mujeres además de que no hay diferencias significativas respecto a este estilo de apego por lo que al margen de ello, se podría intuir que los hombres tienden a reforzar su identidad masculina cuando se sienten cómodos y satisfechos en sus relaciones. Por su parte, las mujeres, a pesar de enfrentar miedos o inseguridades, comienzan a mostrarse más seguras de sí mismas, con mayor autoestima y confianza en sus relaciones además de ser capaces de disfrutar también de relaciones más breves o sin compromiso.

Por otro lado, una posible explicación es que los hombres tienden a presentar con mayor frecuencia un estilo de apego evitante, con diferencias estadísticamente

significativas en comparación con las mujeres. Esta diferencia puede explicarse, en parte, desde una perspectiva sociocultural y de género en el que tradicionalmente a los hombres se les ha socializado para reprimir la expresión emocional, promover la autosuficiencia y evitar mostrarse vulnerables, especialmente en contextos afectivos interrelacionales. Siendo que de esta forma las normas culturales pueden favorecer el desarrollo de un estilo de apego evitante, caracterizado por la dificultad para establecer vínculos emocionales profundos, la necesidad de mantener distancia en las relaciones y una mayor independencia emocional (Molina, 2015). Mientras que las mujeres suelen recibir una socialización orientada al cuidado, la expresión emocional y la búsqueda de cercanía en las relaciones, lo que puede explicar por qué tienden a presentar con menor frecuencia este estilo de apego. Así, las diferencias encontradas no solo reflejan patrones individuales, sino también la posible influencia de factores sociales y culturales.

Además, se confirman diferencias estadísticamente significativas entre los estilos de apego y el estatus en una relación. De esta manera, las personas que no tienen pareja conservan la media más alta en apego evitativo, es decir, son quienes inhiben el deseo de reconocer sus estados emocionales en el momento en que se tiene una pareja, seguido de las personas en concubinato, de los casados y por último los novios. Del mismo modo, existe similitud con el apego ansioso, en las personas solteras experimentan una mayor sensación de abandono y desconfianza en sus vínculos de pareja.

Respecto al apego seguro se encontró que el estatus de relación que tiene la media más alta fueron los novios, seguido de los esposos, después los que están en concubinato y por último los que no tienen pareja. Por consiguiente, se demostró que las personas en noviazgo y casados presentan una mayor satisfacción en las relaciones íntimas, demostrando que prevalece en ellas la confianza y apertura a ofrecer y recibir apoyo para la resolución de situaciones cotidianas y dentro de la relación.

Estos resultados coinciden parcialmente con un estudio realizado por Pérez et al. (2019), quienes señalan que las personas que se encuentran en una relación de noviazgo poseen un estilo de apego seguro. Sin embargo, los resultados difieren en cuanto a las personas solteras, ya que se encontró que los solteros tienden a tener un estilo de apego seguro, en el presente trabajo se observó que, en este grupo, predominan los estilos de apego evitativo y ansioso, además que el apego seguro fue el menos frecuente entre ellos.

Por su parte, Rombey (2022) encontró que las personas solteras de su estudio tienden a mostrar mayor incomodidad con la intimidad, lo cual se relaciona con un estilo de apego evitativo, caracterizado por autosuficiencia emocional, necesidad de

individualidad y evitación del compromiso afectivo. Esto coincide con los resultados encontrados en la presente investigación referente a que los que no tienen pareja predominan en el apego evitativo.

Según Sandberg et al. (citado en Belda, 2020), el estilo de apego y los comportamientos asociados a este pueden predecir la calidad de la relación de pareja tanto en hombres como en mujeres. En general, las parejas con un estilo de apego seguro tienden a tener relaciones más satisfactorias y mejor funcionamiento en la convivencia.

Ante estos resultados, se reconoce que los vínculos formados durante la infancia actúan como una base de referencia para la forma en que se experimenta agrado o desagrado en las relaciones de pareja (Maticorena, 2022; Quijano, 2020). En este contexto, el estilo de apego de cada miembro suele presentar diferencias relevantes según el estatus de la relación y el género, especialmente en lo que respecta al apego evitativo.

CONCLUSIÓN

Los resultados de la presente investigación permiten observar que el estilo de apego puede variar según el sexo y el estatus de relación, lo que aporta una comprensión más profunda sobre las dinámicas afectivas que se configuran en la adultez temprana. De manera particular, se encontró que los hombres tienden a presentar con mayor frecuencia un estilo de apego evitante en comparación con las mujeres. Este hallazgo sugiere que los hombres, posiblemente por factores socioculturales y de socialización emocional, tienden a mostrarse más distantes o a evitar la cercanía emocional en sus relaciones de pareja.

Por otro lado, no se identificaron diferencias significativas entre hombres y mujeres en los estilos de apego ansioso y seguro. Aun así, el apego seguro fue el estilo más prevalente en ambos sexos, lo que indica que, en general, tanto hombres como mujeres tienden a establecer vínculos afectivos caracterizados por la confianza, la cercanía emocional y la estabilidad, lo cual es un indicador positivo en términos de salud y satisfacción en sus relaciones.

En cuanto al estatus de relación, se observó que las personas solteras tienden a presentar niveles más altos de apego ansioso y evitativo. Esto podría estar relacionado con experiencias pasadas de inestabilidad emocional o con una mayor dificultad para establecer vínculos afectivos duraderos. En contraste, entre quienes se encuentran en una relación de pareja, especialmente en situaciones de noviazgo o matrimonio predomina el apego seguro. Estos resultados podrían reforzar la idea de que las relaciones estables pueden promover patrones de apego más saludables y satisfactorios, al ofrecer un entorno emocional de confianza y reciprocidad. En

conjunto, estos hallazgos evidencian la importancia de considerar tanto el sexo como el estatus de la relación al momento de analizar los estilos de apego en la adultez temprana, ya que ambos factores inciden en la forma en que las personas se vinculan emocionalmente con sus parejas.

Dentro de las limitaciones del presente estudio, es importante señalar la necesidad de contar con una muestra más amplia y diversa, que permita una mayor generalización de los resultados. La ampliación de la muestra no solo favorece la representatividad, sino que también permitiría analizar con mayor precisión posibles diferencias en los estilos de apego según distintas etapas del desarrollo, como adolescencia, adultez media y adultez tardía.

Asimismo, se sugiere incluir otras variables relevantes que podrían enriquecer la comprensión de las dinámicas afectivas en las relaciones de pareja, tales como la satisfacción con la relación, el bienestar psicológico individual, la duración del vínculo y la calidad de la comunicación las cuales podrían ofrecer una visión más integral de cómo el estilo de apego interactúa con otros factores emocionales y relacionales que influyen directamente en la estabilidad y la satisfacción dentro de la pareja.

REFERENCIAS

- Barroso, O. (2014). El apego adulto: la relación de los estilos de apego desarrollados en la infancia en la elección y las dinámicas de pareja. *Revista digital de medicina psicosomática y psicoterapia*, 4(1), 1-25.
- Belda, C. (2020). *Influencia entre los tipos de apego y las relaciones de pareja. Revisión sistemática*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Valencia]. <https://tinyurl.com/2bwdvatq>
- Cobo, M. (2020). *Teoría del apego: cómo se forma el adulto emocional*. [Tesis de maestría, Universidad de Cantabria].
- Collins, C. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*. (71), (810-832). <https://tinyurl.com/ylp2afbd>
- Eguren Duarte, G. (2021). *Una investigación sobre los estilos de apego y el género en estudiantes universitarios*. [Tesis de maestría, Universidad de la Laguna]. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/23128>
- Espinoza, N. (2019). Estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes de psicología de una institución educativa superior. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/36565>

García, H., y Soriano, E. (2016). "Amigos con beneficios": salud sexual y estilos de apego de hombres y mujeres. *Saúde Soc. São Paulo*, 25(4), 1136-1147. DOI: 10.1590/S0104-12902016151111

González, S. (2022). Antecedentes del apego, tipos y modelos operativos internos. *Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 39(2). DOI: 10.31766/revpsij.v39n2a2

Guzmán, N. (2017). Apego ambivalente y sentido de vida en adultos jóvenes. *Temát. psicol.* 13(1), 2017.

Hernández, A., Guzmán-Saldaña, R., Rivera-Guerrero, A., Melo, Z. y Escamilla-Gutiérrez, M. (2024). Estilos de Apego y Asertividad en Hombres y Mujeres Universitarios en una Relación de Pareja. *Ciencia Latina: Revista Multidisciplinar*, 9(1), 21-46. DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.15489

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.

Iglesias-Hoyos, S., y Del Castillo Arreola, A. (2017). Alexitimia y estilos de apego: relación y diferencias por género y carreras universitarias. *Psicología Iberoamericana*, 25(2), 26-34.

INEGI (2022a). *Violencia contra las mujeres en México*. Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares [ENDIREH]. 2021. <https://tinyurl.com/yopwwp4d>

INEGI. (2022b). *Matrimonios y divorcios*. <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/EstDiv/Divorcios2022.pdf>

INEGI. (2024). *Estadística de divorcios*. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2025/ed/ed2024_RR.pdf

INEGI. (2025). *Estadísticas a propósito del día del amor y la amistad*. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2025/EAP_AmoryAmistad25

Marín, S. (2010). La formación de la primera relación del niño y su crucial importancia para la estructura de la personalidad. *Poiesis*, 1 (20). <http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/47/20>

Márquez, J., Rivera, S., & Reyes, I. (2009). Desarrollo de una escala de estilos de apego adulto para la población mexicana. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 2(28), 9-30.

Maticorena, A. (2022). Revisión sistemática: apego y satisfacción sexual en la pareja. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 6546-6559. DOI: /10.37811/cl_rcm.v6i6.3904

Mínguez, L., y Álvarez, L. (2013). Estilos de apego y estilo de amar. Trabajo de fin de grado. Departamento de enfermería. Universidad de Cantabria.

Molina, T. (2015). *El tipo de apego y su influencia en los rasgos de personalidad*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/7600>

Muñoz-Muñoz, L. (2017). La autorregulación y su relación con el apego en la niñez. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15 (2), 807-821. DOI:10.11600/1692715x.1520201082016

Otero, O., Zabarain, S., Fernández M. (2017). Estilos de apego, comunicación y confianza entre padres y jóvenes universitarios de la Guajira- Colombia. *Revista Katharsis*, 24, 119-138. <http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis>

Peralta, G.V. Pérez, G. I. y Estrada, S. (2018). *Estilos de apego en hombres y mujeres en la adultez temprana y adultez media*. Publicia

Pérez, G. I., Peralta, V., Estrada, S., García-Reyes, L., & Tuz-Sierra, M. Á. (2019). Estilos de apego en la relación de pareja de hombres y mujeres en la adultez temprana y adultez media. *Calidad De Vida Y Salud*, 12(2). <https://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/184>

Persano, H. (2018). La teoría del apego. *El mundo de la salud mental en la práctica clínica*, 13, 157-177.

Prats, C. (2022). *Relaciones entre estilos de apego y productividad emocional, con la alianza terapéutica como variable moderadora*. [Tesis de Maestría, Universidad Pontificia]. <http://hdl.handle.net/11531/66307>

Quijano, L. (2020). El apego en las relaciones de pareja y en la sexualidad. Universidad de Jaén. [Tesis de Maestría, Universidad de Jaén]. <https://crea.ujaen.es/server/api/core/bitstreams/93c3905e-ebed-42d5-935d-c3daff7953b6/content>

Requejo, E. (2023). *Dependencia emocional: síntomas, características y consecuencias*. ADPH Group. <https://tinyurl.com/yv5nb3f3>

Rombey, G. (2022). *Relación entre estilos de apego adulto y dependencia emocional en estudiantes universitarios, del gran buenos aires*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Abierta Interamericana]. <https://tinyurl.com/2bped4xl>

Wallin, D. (2012). *El apego en psicoterapia*. Biblioteca de Psicología.

Zavarce, P. (2011). *Bienestar psicológico y fortalezas del carácter en adultos con estilo de apego seguro e inseguro*. [Tesis de Maestría, Universidad Central de Venezuela]. <http://hdl.handle.net/10872/3646>