

02

Fecha de presentación: diciembre, 2023

Fecha de aceptación: marzo, 2024

Fecha de publicación: mayo, 2024

ESTILO DE APEGO

Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE LA CIUDAD DE MILAGRO

ATTACHMENT STYLE AND EMOTIONAL REGULATION IN ADOLESCENTS FROM THE CITY OF MILAGRO

María Isabel Heredia García ^{1*}

E-mail: miherediag@pucesa.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9534-0192>

Ana Elizabeth Jaramillo Zambrano ¹

E-mail: ajaramillo@pucesa.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5754-598X>

*Autor para correspondencia: miherediag@pucesa.edu.ec

¹ Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato. Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Heredia García, M. I. & Jaramillo Zambrano, A. E (2024). Estilo de apego y regulación emocional en adolescentes de la ciudad de Milagro. *Universidad y Sociedad*, 16(3). 22-32.

RESUMEN

El apego es una forma de construir y crear vínculos emocionales con otras personas, por lo que el periodo de la adolescencia es uno de los más importantes para la persona en cuanto se presentan cambios importantes en todos los ámbitos de la vida. Es por ello que el artículo tiene como objetivo analizar si existe una correlación entre los estilos de apego y las estrategias de regulación de las emociones en la adolescencia. Para ello se desarrolla un estudio con enfoque cuantitativo con 205 adolescentes entre 12 a 17 años, hombres y mujeres de la ciudad de Milagro a quienes se les aplicó el Cuestionario de Apego CaMir-R versión reducida y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). Los resultados demostraron la existencia de una relación positiva entre los estilos de apego y las estrategias de regulación emocional, concluyéndose que los tipos de apego predominantes tanto en hombres como mujeres es el apego seguro y apego preocupado.

Palabras clave: Adolescencia, Apego, Inseguridad, Parental, Regulación emocional.

ABSTRACT

Attachment is a way of building and creating emotional bonds with other people, which is why the period of adolescence is one of the most important for the person as important changes occur in all areas of life. That is why the research aims to analyze whether there is a correlation between attachment styles and emotion regulation strategies in adolescence. For this, a study with a quantitative approach is developed with 205 adolescents between 12 and 17 years old, men and women from the city of Milagro to whom the CaMir-R Attachment Questionnaire and the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) were applied. The results demonstrated the existence of a positive relationship between attachment styles and emotional regulation strategies, concluding that the predominant types of attachment in both men and women are secure attachment and worried attachment.

Keywords: Adolescence, Attachment, Insecurity, Parental, Emotional regulation.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) es el período de crecimiento que ocurre después de la niñez y continúa hasta la edad adulta, aproximadamente entre los 10 y 19 años (Organización Mundial de la Salud, 2020). Ahora bien, en dicho periodo se presentan condiciones de apego, el cual permite comprender los diferentes cambios que se producen durante la adolescencia, y es que existen distintos modelos del mismo que se establecen durante la infancia.

Es así que, la teoría del apego, fue enunciada de manera inicial por psiquiatras y psicólogos, quienes detallaron los efectos de los vínculos tempranos de protección en el desarrollo psicológico del neonato y el infante, así como las consecuencias de no contar con ellos. En este sentido, la teoría del apego permite determinar cómo las experiencias y vínculos que las personas forman en la primera infancia juegan un papel fundamental en su desarrollo y en su comportamiento posterior, a partir de la interacción continua con otros personajes (Casullo & Fernández, 2005).

En este sentido, el apego se basa en cómo se forman vínculos emocionales con los seres queridos, especialmente recurriendo a ellos como estrategia de protección y seguridad ante situaciones de tristeza, incertidumbre y altas exigencias emocionales. A lo largo de la infancia y la adolescencia la persona experimenta sucesos, aprende comportamientos, siendo un periodo clave en el que las emociones se entienden desde una perspectiva diferente debido a su complejidad.

Respecto a las emociones esta señalado que existen seis básicas: miedo, tristeza, ira, felicidad, sorpresa y contención. En este sentido, la regulación de las emociones está influenciada por factores biológicos, neurofisiológicos y ambientales; además, el contexto sociocultural, los valores culturales y los modelos parentales juegan un papel fundamental en la transmisión directa o indirecta de estrategias de regulación emocional basadas en la calidad del vínculo con los padres o tutores y en su capacidad de autorregulación (Ramírez et al., 2015).

Algunos autores apoyan la existencia de una relación bidireccional entre los estilos de apego y las estrategias de regulación de las emociones implementadas por una persona, de modo que las manifestaciones de apego se asocian con emociones específicas, su expresión y regulación (Garrido, 2006).

Existen formas y técnicas de regulación de las emociones que son fundamentales para la población clínica: los módulos de regulación de las emociones de Linehan,

la terapia de regulación de las emociones de Mennin y Fresco, el entrenamiento en el procesamiento óptimo de las emociones y el entrenamiento en la regulación de las emociones de Berking. Estas estrategias permiten satisfacer las necesidades de las personas relacionadas con problemas emocionales (Hervás & Moral, 2017).

Crittenden (2001) define los estilos de apego en: seguro, inseguro, ansioso y temeroso, donde

- Las personas con apego seguro mantienen una actitud positiva hacia sí mismas y a los demás.
- Las personas con apego inseguro evitan y devalúan los vínculos afectivos.
- Las personas con apego ansioso buscan intimidad con los demás, pero temen el rechazo.
- Las personas temerosas no confían en los demás, evitan involucrarse y tienden a ser dependientes.

Por su parte, Oliva (2011) sugiere que los patrones de apego establecidos en la infancia y manifestados en la adolescencia se reflejan en las relaciones con amigos y parejas. Aunque, los adolescentes ya quieren mantener su autonomía para tomar decisiones, todavía necesitan este vínculo para regular sus emociones.

Considerando lo expuesto, el objetivo de la presente investigación es analizar si existe una relación entre los estilos de apego y las estrategias de regulación emocional en adolescentes entre 12 y 17 años, estudiantes de Nova capacitación de la ciudad de Milagro.

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación posee un enfoque cuantitativo, para su desarrollo se trabajó con una muestra no probabilística. El muestreo se caracterizó por ser por conveniencia, esto en cuanto las unidades de la muestra se eligieron en función de algunas de sus características, sin recurrir a la selección causal y bajo los criterios del investigador.

La muestra se obtuvo durante el mes de noviembre del año 2023 y se conformó por 205 adolescentes, 109 mujeres y 96 hombres, con un rango de edad entre los 12 y 17 años. La población estuvo constituida por estudiantes de Nova Capacitaciones. Para su participación fue necesario aplicar un consentimiento informado a sus padres, solicitando la autorización para que los adolescentes pudieran ser parte del estudio, esto en cumplimiento con los criterios éticos y de responsabilidad en cuanto son menores de edad.

Los instrumentos aplicados comprendieron el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) y el Cuestionario CaMir-R

el cual permite la valoración del apego. A continuación, se detalla cada uno de los cuestionarios.

- Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ): este se presentó, en versión en español, por Rodríguez et al. (2006). Se conforma de 10 preguntas las cuales se distribuyen en las subescalas de reevaluación cognitiva (ítems 1, 3, 5, 7, 8, 10) y supresión expresiva (ítems 2, 4, 6, 9), la primera implica la modificación de las reacciones emocionales cuando éstas se presentan logrando un cambio en las experiencias emocionales. En cuanto a la supresión expresiva, esta lograría la modificación de las expresiones emocionales con el fin de esconder las experiencias vividas sin que se alteren.

Este cuestionario se valora conforme una puntuación entre 1 a 7 por cada una de las preguntas en cuanto corresponde a una escala de Likert donde 1 es totalmente en desacuerdo y 7 totalmente de acuerdo. Posteriormente los ítems son agrupados conforme el subdimensión y se realiza una sumatoria que permite clasificar la totalidad obtenida en rangos: bajo (entre 6 a 23 puntos), medio (entre 24 a 30 puntos) y alto (entre 31 a 42 puntos) para el subdimensión reevaluación cognitiva; mientras que en el caso del subdimensión supresión emocional corresponde a bajo (entre 4 a 11 puntos), medio (entre 12 a 16 puntos), y alto (entre 17 a 28 puntos).

- Cuestionario CaMir-R: este instrumento permite la medición de las representaciones de apego, así como la concepción del funcionamiento familiar en la fase de la adolescencia. Está conformado por 32 ítems los cuales se valoran a través de una escala de Likert de 5 puntos donde 1 equivale a totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo. Se conforma de 7 dimensiones de las cuales 5 valoran el apego: seguridad (ítems 3, 6, 7, 11, 13, 21, 30), preocupación familiar (ítems 12, 14, 18, 26, 31, 32), interferencia de los padres (ítems 4, 20, 25, 27), auto eficiencia y rencor con los padres (ítems 8, 9, 16, 24) y traumatismo infantil (ítems 1, 10, 17, 23, 28). Las otras 2 dimensiones evalúan la representación de la estructura familiar: valor de la autoridad de los padres (ítems 5, 19, 29) y permisividad (ítems 2, 15, 22).

Además, para la valoración del apego se considera la distribución de las dimensiones que se presentan a continuación y para cuya clasificación se fundamenta en la puntuación T que se obtenga (si los puntos son iguales o mayores a 50 se comprende la presencia del tipo de apego que corresponda).

- Apego seguro: Seguridad (D1).
- Apego preocupado: Preocupación familiar (D2) e interferencia de los padres (D3).
- Apego evitativo: Autosuficiencia y rencor hacia los padres (D6).
- Apego desorganizado: Traumatismo infantil (D7).
- Representación de la estructura familiar: Valor de la autoridad de los padres (D4) y permisividad parental (D5).

También es importante destacar que el análisis de los cuestionarios se llevó a cabo en Excel y el software estadístico SPSS V22 para obtener indicadores de correlación. Previo al análisis de datos se procedió a realizar la prueba de normalidad de la muestra, mediante de Kolmogorov-Smirnov para el Cuestionario de Regulación Emocional y CaMir-R, considerando que se conformó por un número superior a 50 informantes. El resultado de la misma indicó que se trató de una muestra con una distribución que no es normal (sig. .000) en tanto es menor que 0.05 para ambos casos, es decir en los dos cuestionarios.

Por lo tanto, las pruebas llevadas a cabo correspondieron a la U de Mann-Whitney con un 95% de confianza con la finalidad de identificar diferencias o similitudes entre grupos (hombres y mujeres) respecto a sus valores medios, Rho de Spearman para determinar correlaciones en el cuestionario ERQ y en el caso de correlaciones entre otras variables de interés. Además, se efectuaron cálculos de valores medios, desviación estándar y las interpretaciones de cada cuestionario según sus propios parámetros.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se presentan los resultados de los test aplicados a los adolescentes de Nova Capacitaciones en Milagro.

En la tabla 1 se observa la distribución de la muestra, así de acuerdo al sexo el 46.8% son hombres y el 53.2% mujeres entre los 12 hasta los 17 años, siendo importante mencionar que la edad promedio en hombres fue de 14.68 años y la de mujeres de 14.80 años. También se identifica que la mayoría solamente estudia y no trabaja, viven con sus padres en el 92.7% de los casos. En cuanto al nivel socioeconómico el 82.9% es medio, además el 80% pertenece a una familia nuclear.

- Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ)

En la tabla 2 se pueden observar los resultados de la dimensión reevaluación cognitiva en la cual puntuaron alto el 41.5% de jóvenes, 43.9% medio y 14.6% bajo. En los niveles alto y medio, se indica que los adolescentes

experimentan los cambios a nivel cognitivo por lo que son capaces de modelar en su mente las situaciones previo a que se presenten y así plantear potenciales consecuencias de las mismas, mientras que, en el nivel bajo, este desarrollo es menor.

Tabla 1: Caracterización de la muestra.

	Hombre	Mujer	Total
Edad			
12 años	3.4%	5.9%	9.3%
13 años	11.2%	6.8%	18.0%
14 años	8.3%	7.3%	15.6%
15 años	6.8%	14.1%	20.9%
16 años	7.8%	9.8%	17.6%
17 años	9.3%	9.3%	18.6%
Tipo de escolaridad			
Estudio y no trabajo	45.9%	52.6%	98.6%
Estudio y trabajo	1.0%	0.5%	1.5%
Con quién vive			
Sólo	0.5%	0.5%	1.0%
Padres	42.0%	50.7%	92.7%
Otro familiar	4.3%	2.0%	6.3%
Nivel socioeconómico			
Alto	1.5%	1.0%	2.5%
Medio	38.5%	44.4%	82.9%
Bajo	6.8%	7.8%	14.6%
Tipo de familia			
Monoparental	4.4%	4.9%	9.3%
Nuclear	35.6%	44.4%	80.0%
Reconstituida	4.4%	1.0%	5.4%
Extensa	2.4%	2.9%	5.3%

Fuente: elaboración propia.

Respecto a la supresión emocional el 58.5% fueron valorados como alto, 30.2% medio y 11.3% bajo. En dichos casos (alto y medio), la supresión se vincula a la influencia en las respuestas emocionales cuando ya se han presentado, además involucra la abstención de los comportamientos expresivos de los estados emocionales (Pascual & Conejero, 2019).

Tabla 2: Resultados de regulación emocional (ERQ).

Dimensión	Sexo	Alto	Medio	Bajo
Reevaluación cognitiva	Hombres	17.1%	24.4%	6.8%
	Mujeres	24.4%	19.5%	7.8%
Total		41.5%	43.9%	14.6%
Supresión emocional	Hombres	27.3%	15.1%	5.9%
	Mujeres	31.2%	15.1%	5.4%
Total		58.5%	30.2%	11.3%

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 3 se pueden observar los resultados de las estadísticas de grupo luego de la aplicación de la prueba U de Mann-Whitney. Así se puede identificar que las medias no son muy variables entre hombres y mujeres en ambas dimensiones, además las desviaciones estándar no indican mayor dispersión de las mismas, es decir que los resultados más bien son homogéneos en la muestra estudiada.

Ahora bien, en lo que respecta a la significación se ha obtenido un valor de .667 para la dimensión reevaluación cognitiva y de 0.838 para supresión emocional, lo que demuestra que los valores entre hombres y mujeres, en ambas dimensiones no presentan diferencias estadísticamente significativas. Es decir, que el sexo no es determinante frente a la existencia de diferencias en cuanto las dimensiones del ERQ (tabla 3).

Tabla 3: Estadísticas de grupo.

Dimensión	Sexo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar	Prueba U de Mann-Whitney	
						Z	Sig. (bilateral)
Reevaluación Cognitiva	Hombre	96	2,29	,695	,071	-.431	.667
	Mujer	109	2,25	,709	,068		
Supresión Emocional	Hombre	96	2,47	,680	,069	-.204	.838
	Mujer	109	2,48	,702	,067		

Fuente: elaboración propia.

- Cuestionario CaMir-R

Respecto a los resultados de las dimensiones del cuestionario CaMir-R se puede evidenciar que el indicador de media no difiere significativamente entre hombres y mujeres, de igual forma la desviación estándar no demuestra dispersión en los datos respecto a las medias en cada dimensión, denotando más bien que los registros de la muestra se encuentran cercanos a las mismas (ver tabla 4).

Es importante tener presente que la dimensión seguridad se refiere a la percepción de sentirse queridos por las personas de apego, desarrollar confianza hacia ellas y poder contar con las mismas. La preocupación familiar denota ansiedad frente a la separación de las personas queridas además de preocupación por los sujetos de apego. En el caso de la interferencia de los padres se asocia con la sobreprotección durante la fase de la infancia y la preocupación al abandono. El valor de autoridad de los padres explica una valoración favorable del mando de los mismos y su jerarquía. La permisividad parental en cambio explica el recuerdo de no haber tenido límites y guía de los padres en la fase de la infancia. La dimensión autosuficiencia y rencor hacia los padres manifiesta el rechazo del sujeto a la dependencia afectiva. El factor traumatismo infantil por su parte aborda los recuerdos violentos y amenazantes de los sujetos de apego en la infancia (Mónaco et al., 2021).

Tabla 4: estadísticos del Cuestionario CaMir-R.

Dimensiones	Media estudio	Hombres		Mujeres	
		Media escala	Desv. Estándar	Media escala	Desv. Estándar
Seguridad	3,32	3,76	0,56	3,77	0,56
Preocupación familiar	2,73	3,25	0,74	3,26	0,74
Interferencia de los padres	3,40	3,16	0,60	3,16	0,60
Valor de la autoridad de los padres	3,36	4,19	0,83	4,18	0,83
Permisividad parental	2,59	2,62	0,46	2,62	0,46
Autosuficiencia y rencor hacia los padres	2,14	3,01	0,27	3,00	0,27
Traumatismo infantil	2,30	2,83	0,30	2,83	0,30

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 5 se pueden observar los tipos de apego en los adolescentes de Nova Capacitaciones en Milagro en edades entre 12 a 17 años, los valores de puntuación T corresponden a una media calculada para hombres y mujeres, identificándose que no existieron diferencias en la distribución entre hombres y mujeres a través de la Prueba U de Mann-Whitney, en los tipos de apego: seguro, preocupado, desorganizado y en estructura familiar, pues los valores fueron superiores a 0.05 por lo que se asume que los registros medios del grupo de hombres y mujeres son similares estadísticamente. Mientras que en el caso de apego evitativo se comprende que los valores medios entre los grupos de hombres y mujeres presentan diferencias significativas en cuanto su valor p fue de .015 (menor a 0.05).

Tabla 5: Tipos de apego.

Tipos de apego	Puntuación T		Prueba U de Mann-Whitney	
	Hombres	Mujeres	Z	Sig. (bilateral)
Apego seguro	58	58	-1.620	0.105
Apego preocupado	52	52	-1.476	0.140
Apego evitativo	82	81	-2.435	0.015
Apego desorganizado	68	68	-1.662	0.096
Estructura familiar	55	55	-.198	0.843

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 6, en cuanto a la prevalencia de los tipos de apego, se puede observar que se identifica al 41.5% de hombres y al 51.6% de mujeres que presentan apego seguro. Este se caracteriza por que el individuo percibe a sus padres o cuidadores como personas en quienes puede confiar, son accesibles y demuestran sensibilidad a sus necesidades. Esto repercute positivamente en el adolescente en su forma de vinculación con los demás, además facilita sus procesos de expresión y comunicación, no presenta temor exagerado al rechazo y suele desarrollar una percepción positiva de sí mismo y su entorno (Perotti & Zavala, 2021).

Por otra parte, el 36.1% de hombres y 45.9% de mujeres registran apego preocupado, mientras que, respecto a sus subclasificaciones, con apego evitativo se evidencia sólo el 2.0% de hombres y el 1.5% de mujeres, de igual forma el porcentaje es bajo en el caso del apego desorganizado correspondiendo al 2.0% en mujeres. En cuanto al apego preocupado, este se encuentra caracterizado por la presencia de ansiedad en un nivel alto y evitación en nivel bajo. El adolescente no presenta confianza en sus padres o cuidadores por lo que posee una sensación de inseguridad respecto a ellos debido a la inconsistencia en sus conductas que a veces son de cuidados y seguridad. Incluso existe una necesidad de aprobación de los cuidadores o padres que el adolescente requiere (Morales & Almeida, 2022).

Finalmente, la caracterización de las representaciones de la estructura familiar que implican los límites y la guía de los padres se refleja en un 31.2% de hombres y 37.1% de mujeres (ver tabla 6).

Tabla 6: Prevalencia de los tipos de apego.

Tipos de apego	Hombres		Mujeres		Total
	≥50	<50	≥50	<50	
Apego seguro	41.5%	5.4%	51.6%	1.5%	100%
Apego preocupado	36.1%	10.7%	45.9%	7.3%	100%
Apego evitativo	2.0%	44.9%	1.5%	51.6%	100%
Apego desorganizado	0.5%	46.3%	2.0%	51.2%	100%
Estructura familiar	31.2%	15.6%	37.1%	16.1%	100%

Fuente: elaboración propia.

La Tabla 7 muestra los estilos de apego y las estrategias de regulación emocional según la puntuación T. Se observa que, para el apego seguro, el porcentaje más alto de participantes con una puntuación T mayor o igual a 50 se encuentra en la categoría "Alto" tanto para la reevaluación cognitiva (41,0%) como para la supresión emocional (55,1%). Por otro lado, el porcentaje más bajo se encuentra en la categoría "Bajo" para ambas estrategias (8,3% para la reevaluación cognitiva y 9,3% para la supresión emocional). Para el apego preocupado, los porcentajes más altos se encuentran nuevamente en la categoría "Alto" para ambas estrategias (38,0% para la reevaluación cognitiva y 56,6% para la supresión emocional), mientras que los porcentajes más bajos se observan en la categoría "Bajo" (9,3% para la reevaluación cognitiva y 2,0% para la supresión emocional). Estos datos muestran una asociación entre el apego seguro y mayores niveles de reevaluación cognitiva y menores niveles de supresión emocional, mientras que para el apego preocupado, se observa una tendencia similar, aunque con una variabilidad en los porcentajes.

Tabla 7: Estilos de apego y estrategias de regulación emocional.

Tipos de apego	Puntuación T	Reevaluación cognitiva			Supresión emocional		
		Alto	Medio	Bajo	Alto	Medio	Bajo
Apego seguro	≥50	41,0%	42,9%	8,3%	55,1%	26,8%	9,3%
	<50	0,5%	1,0%	6,3%	3,4%	2,44%	2,0%
Apego preocupado	≥50	38,0%	44,4%	9,3%	56,6%	24,4%	2,0%
	<50	3,4%	4,4%	5,4%	2,0%	5,9%	9,3%

Fuente: elaboración propia.

Los datos de la Tabla 8 revelan las correlaciones de Spearman entre los tipos de apego (seguro y preocupado) y las estrategias de regulación emocional (Reevaluación Cognitiva y Supresión Emocional). Se observa una correlación positiva moderada entre el apego seguro y la Reevaluación Cognitiva (coeficiente de correlación de 0.4324), lo que indica una relación significativa y moderada entre estos dos factores, sugiriendo que las personas con un estilo de apego seguro tienden a emplear la reevaluación cognitiva como estrategia para regular sus emociones. Además, se encuentra que la correlación entre el apego seguro y la Supresión Emocional (coeficiente de correlación de 0.1884) no fue significativa, lo que indica que no hay una relación sustancial entre estos dos factores. Esto sugiere que las personas con un estilo de apego seguro no muestran una tendencia clara a suprimir sus emociones. Por otro lado, se encontró una correlación positiva baja entre el apego preocupado y la Reevaluación Cognitiva (coeficiente de correlación de 0.3534), aunque más débil que la correlación con el apego seguro, lo que indica que las personas con un estilo de apego preocupado también emplean la reevaluación cognitiva como estrategia para manejar sus emociones. Sin embargo, la correlación entre el apego preocupado y la Supresión Emocional fue positiva moderada (coeficiente de correlación de 0.5513), indicando una relación más fuerte entre este tipo de apego y la tendencia a suprimir emociones, lo que sugiere que las personas con un estilo de apego preocupado son más propensas a utilizar la supresión emocional como estrategia de regulación emocional.

Tabla 8: Correlación de Spearman tipos de apego y estrategias de regulación emocional.

Dimensión		Reevaluación cognitiva	Supresión emocional
Apego seguro	Coeficiente de correlación	0,4324	0,1884
	Sig. bilateral	0,000	0,007
Apego preocupado	Coeficiente de correlación	0,3534	0,5513
	Sig. bilateral	0,000	0,000

Fuente: elaboración propia.

DISCUSIÓN

Partiendo de los hallazgos del presente estudio con adolescentes entre 12 a 17 años de Nova Capacitaciones en la ciudad de Milagro en los que se ha identificado que el 41.5% de ellos calificó con una reevaluación cognitiva alta, el 43.9% media y el 14.6% baja; además de una supresión emocional con el 58.5% alto, 30.2% medio y 11.3% bajo. Estos hallazgos poseen una tendencia similar a los de Mayorga & Vega (2021) en cuyo estudio obtuvo niveles de reevaluación cognitiva altos en el 70.06% de casos, 23.46% medio y 6.46% bajo, mientras que en la supresión emocional la valoración fue alta para el 58.16%, media el 27.21% y bajo el 14.62%.

En cuanto a la comparación de las medias por sexo se pudo determinar que no existieron diferencias significativas entre los resultados de hombres y mujeres en reevaluación cognitiva y supresión emocional en los estudiantes de Nova Capacitaciones. En tal sentido se identificó que los adolescentes experimentaron cambios cognitivos que les permiten el modelamiento mental de los hechos que experimentan, además se determinó que se abstienen de los comportamientos expresivos, lo que podría estar relacionado con su capacidad para regular sus emociones de manera interna, como se refleja en la comparación de las estrategias de regulación emocional entre hombres y mujeres. Hallazgos similares se presentaron en el estudio de Tobar & Lara (2023) quienes tampoco encontraron diferencias significantes entre las medias de adolescentes hombres y mujeres en las dimensiones reevaluación cognitiva y supresión emocional y sus resultados indicaron que los jóvenes tendieron a los cambios a nivel cognitivo o mental de los impactos emocionales que un evento en particular les puede generar, además que suelen optar por la inhibición de sus expresiones.

En coherencia con lo expuesto Tobar & Mejía (2023) explican que el uso de la reevaluación cognitiva y la supresión de las emociones en los tres niveles (alto, medio, bajo) está dado por la situación que el sujeto atraviesa, sugiriendo que los individuos no desarrollan una única estrategia de regulación emocional, lo cual está en línea con los datos observados en la tabla 2. Al respecto, Gómez & Calleja (2016) destacan la indiscutible función de la familia ante la gestión emocional, por lo mismo indican que la regulación emocional es precisamente una habilidad para la administración saludable de las emociones, aducen incluso la responsabilidad del control, evaluación y modificación de las emociones para la consecución de un objetivo.

Por lo tanto, Losada et al. (2020) concluyen que, en el caso de los adolescentes la regulación de las emociones

se concibe como una competencia fundamental para su desarrollo como individuo, además el factor protector de éste, es la familia. Incluso Espinosa et al. (2020) enfatizan en que los padres son quienes dan inicio a las competencias sociales de los hijos, sobre todo en la fase adolescente, de ahí que es necesaria una dinámica familiar positiva, siendo favorecedora de la autorregulación y disminuyendo la probabilidad de distorsión cognitiva, conductas evitativas o represiones emocionales, lo cual proporciona un marco teórico sólido y evidencia empírica que respalda la relación entre el estilo de apego y la regulación emocional en los adolescentes.

Por otra parte, al remitirse a los tipos de apego identificados en los adolescentes de Nova Capacitaciones, estos correspondieron al apego seguro en el 41.5% de hombres y 51.6% de mujeres, además del apego preocupado en el 36.1% de hombres y 45.9% de mujeres. Se evidencia que son menores a los registros de Rocha et al. (2019) quienes, en todo el grupo de estudio, determinan apego evitativo y preocupado en un 53.40% y apego seguro en el 46.60%, estadiferencia se da por el contexto y la variación de la muestra estudiada, lo que enriquece la comprensión general de cómo se forman y se manifiestan estos estilos de apego. Así mismo, en la investigación de Contreras (2021) quien determina la prevalencia de apego seguro en el 27.8%, apego inseguro ambivalente en el 44%, apego inseguro evitativo el 18.3% y apego inseguro desorganizado en el 9.6%; evidenciando una discrepancia en la prevalencia del apego inseguro ambivalente, esto por el tamaño de la muestra, teniendo la de Contreras (2021) una mayor proporción de individuos que experimentaron relaciones tempranas inconsistentes y/o traumáticas.

Por otro lado, la evidencia encontrada en la comparación de medias por sexo mediante la Prueba U de Mann-Whitney, demuestra que no existen diferencias en los resultados de los grupos de hombres y mujeres referente a apego seguro (0.105), apego preocupado (0.140), apego desorganizado (0.096) y estructura familiar (0.843), sin embargo, los datos presentaron diferencias significativas en el caso de apego evitativo (0.015). Teniendo así que en esta investigación, independientemente del sexo, los adolescentes tienden a experimentar niveles similares de estilos de apego y que las estructuras familiares son similares. Lo cual se relaciona a lo investigado por García & Soriano (2016), que encuentran medias entre hombres y mujeres con similitudes, es decir que no se registraron diferencias significativas en apego seguro (0.870), apego ansioso (0.558) y apego temeroso-evitativo (0.637).

Entendiendo así, que los tipos de apego en conformidad con los postulados de Mikulincer & Shaver (2016) se

definen a partir del área emocional, cognitiva y conductual, así el apego seguro se conforma por las constantes interacciones con las personas de apego que representan para el sujeto protección, bienestar y consuelo. En el caso del estilo o tipo preocupado, el individuo desarrolla de forma disfuncional un sistema que le permite estar cercano a su figura de afecto, además suele ser una persona que presenta conflictos o problemas para demandar ayuda puesto que tiene dudas de si la otra persona se encuentra disponible, en general el esquema cognitivo es diferente y suele valorar las amenazas como incrementadas y perciben sus recursos de afrontamiento como deficientes (Alcindor et al., 2022).

En cuanto a la relación entre los estilos de apego y las estrategias de regulación emocional en adolescentes entre 12 y 17 años, se ha identificado una correlación positiva moderada entre apego seguro y reevaluación cognitiva (0,4324), mientras el apego preocupado y reevaluación cognitiva registraron una correlación positiva baja (0,3534), y entre apego preocupado y supresión emocional la correlación fue positiva moderada (0,5513), no siendo así para el caso del apego seguro y la supresión emocional, donde se encuentra que no existe correlación (0,1884) entre estas variables, evidenciado también por Mayorga & Vega (2021) donde el coeficiente de correlación (-0.162) estuvo por debajo de lo esperado. Así mismo, Guevara (2022) identifica que no existe correlación (0.243) entre el apego seguro y la estrategia de supresión emocional; lo que indica que esta estrategia no está relacionada con el apego seguro en esta muestra de adolescentes de la ciudad de Milagro.

En torno a lo expuesto, para Barrera & Vinet (2017) explican que los estilos de apego y las habilidades para regular las emociones se circunscriben a la realidad evolutiva de la persona y sus necesidades específicas conforme la fase de desarrollo en la que se encuentre. Por lo tanto, un estilo de apego, no es más que el reflejo de la forma en la que el sujeto regula y organiza sus emociones y cognición respecto a sí mismo y en relación a los demás individuos (Delgado & Bustamante, 2022).

Así, la adolescencia es una fase muy importante y trascendental en el desarrollo del ser humano, esto no sólo se debe a los distintos cambios que atraviesa el individuo a nivel personal, interpersonal, emocional, social, e incluso sexual, pues también por el impacto ante los preparativos para cumplir con nuevos roles en su próxima vida adulta. Esta fase es vital y también compleja a nivel emocional y afectivo ya que el adolescente enfrenta transiciones relevantes en cuanto al paso de las figuras de apego, es decir que no sólo serán sus padres o cuidadores, pues también toman importancia sus pares. En este escenario

es la autorregulación la que permite el autocontrol de las emociones y por ende la modificación de la conducta en base a la elección del contexto, supresión, valoración y el desarrollo de las habilidades.

CONCLUSIÓN

Partiendo de la premisa que direcciona la presente investigación de analizar la existencia de la relación entre los estilos de apego y las estrategias de regulación emocional en adolescentes entre 12 y 17 años, estudiantes de Nova Capacitación de la ciudad de Milagro es posible concluir que:

Se han encontrado correlaciones significativas entre la capacidad de reevaluación cognitiva y la tendencia a la supresión emocional en individuos con distintos estilos de apego. En particular, en el caso del apego seguro, se observa una correlación moderada positiva (0.4324) entre la reevaluación cognitiva. Por otro lado, para el apego preocupado y reevaluación cognitiva, aunque la correlación también es significativa, es más débil en comparación con el apego seguro (0.3534). En el caso del apego seguro y supresión emocional se ha observado que no existe correlación (0,1884) entre estas variables, lo cual contrasta con el apego preocupado y supresión emocional donde la correlación fue positiva moderada (0.5513). Las estrategias de regulación emocional se caracterizan por tener una prevalencia alta en hombres en la reevaluación cognitiva, con un 17.1% reportando un alto nivel, mientras que en mujeres esta cifra es más alta, con un 24.4%. En cuanto a la supresión emocional, los hombres muestran una prevalencia del 27.3% en el nivel alto, mientras que en mujeres es del 31.2%. Por otro lado, se observa una prevalencia más baja en ambos sexos para los niveles medios y bajos de ambas estrategias de regulación emocional.

Los estilos de apego predominantes en hombres y mujeres corresponden al apego seguro y el apego preocupado, resultados obtenidos de la Prueba U de Mann-Whitney donde se evidencia que, independientemente del género, los adolescentes tienden a desarrollar principalmente estos dos estilos de apego, y que pueden experimentar preocupaciones similares en relación con sus vínculos emocionales durante la adolescencia. Al evidenciarse que los adolescentes presentan diferentes patrones de apego, así como la utilización de diferentes enfoques para regular sus emociones según las circunstancias; se demuestra que ellos hacen uso de estas condiciones de acuerdo con la situación que están enfrentando. Es decir, que su funcionamiento cognitivo les permite seleccionar las emociones y desarrollar respuestas ante un hecho a través de la capacidad de regulación emocional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alcindor, P., Delgado, A., Izquierdo, F., & Faya, M. (2022). Estilos de apego y perfil de dificultades en la regulación emocional en una muestra de adolescentes femeninas (16-19 años). *Revista de psiquiatría infanto-juvenil*, 39(1), 10-24. doi:<https://doi.org/10.31766/revpsij.v39n1a3>
- Barrera, A., & Vinet, E. (2017). Adultez emergente y características culturales de la etapa en universitarios chilenos. *Terapia Psicológica*, 35(1), 47-56. doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082017000100005>
- Casullo, M., & Fernández, M. (2005). *Los estilos de apego: Teoría y Medición*. Buenos Aires: JUE Ediciones.
- Contreras, S. (2021). *Estilos de apego y composición familia en adolescentes del Distrito de Santa Anita, Lima*. Lima: Universidad Femenina del Sagrado Corazón. <https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/934/CONTRERAS%20PAICO%20SOFIA%20MILAGROS%2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Crittenden, P. (2001). Transformaciones en las relaciones de apego en la adolescencia: Adaptación frente a necesidad de psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 12(48), 33-62. doi:<https://doi.org/10.33898/rdp.v12i48.551>
- Delgado, M., & Bustamante, A. (2022). *Estilos de apego y estrategias de regulación emocional en los adolescentes entre los 10 y los 19 años: Una Revisión Sistemática de la Literatura Actual*. Bogotá: Universidad Cooperativa de Colombia. <https://repositorio.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/0547154d-11ae-4636-b11b-7223b052b10d/content>
- Espinosa, A., Mendoza, M., & Villalba, V. (2020). Prácticas parentales en la regulación emocional de adolescentes. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23(1), 400-417. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2020/epi201s.pdf>
- García, H., & Soriano, E. (2016). Amigos con beneficios: salud sexual y estilos de apego de hombres y mujeres. *Saúde e Sociedade*, 25(4), 1136-1147. doi:<https://doi.org/10.1590/S0104-12902016151111>
- Garrido, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional, implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 493-507. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342006000300004
- Goleman, D. (2009). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Gómez, O., & Calleja, N. (2016). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 8(1), 96-117. doi:<https://doi.org/10.32870/rmip.vi.312>
- Guevara Yucra, M. L. (2022). Estrategias de regulación emocional y estilos de apego en adolescentes de un centro educativo en la ciudad de Arequipa. https://repositorio.ucsp.edu.pe/bitstream/20.500.12590/17195/1/GUEVARA_YUCRA_MIL_REG.pdf
- Hervás, G., & Moral, G. (2017). *Regulación emocional aplicada al campo clínico*. Madrid: FOCAD Consejo General de la Psicología de España. Retrieved from <https://www.ucm.es/data/cont/docs/1368-2018-05-11-FOCAD%20FINAL%20COMPLETO.pdf>
- Losada, A., Caronello, M., & Estévez, P. (2020). Estilos parentales y Autorregulación Emocional Infantil. Estudio de revisión narrativa de la literatura. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*(40), 11-28. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/12362>
- Mayorga, J., & Vega, V. (2021). Relación entre estilos de apego y estrategias de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Revista Psicología UNEMI*, 5(9), 46-57. doi:<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol5iss9.2021pp46-57p>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: The Guildford Press.
- Mónaco, E., Barrera, U., & Montoya, I. (2021). La influencia del apego sobre el bienestar en la juventud: el rol mediador de la regulación emocional. *Anales de Psicología*, 37(1), 21-27. doi:<https://dx.doi.org/10.6018/analesps.37.1.345421>
- Morales, I., & Almeida, L. (2022). Relación entre los tipos de apego y las competencias parentales percibidas en adolescentes de la ciudad de Ambato. *Revista de Psicología UNEMI*, 6(10), 76-85. doi:<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol6iss10.2022pp76-85p>
- Oliva, A. (2011). Apego en la adolescencia. *Acción psicológica*, 8(2), 55-65. <https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030766005.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Salud del adolescente*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Pascual, A., & Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*, 36(1), 74-83. <https://www.redalyc.org/journal/2430/243058940007/html/>
- Perotti, G., & Zavala, E. (2021). Relación del funcionamiento familiar y apego en adolescentes escolares de una Institución Educativa Pública de Ate. *Avances en Psicología: Revista de la Facultad de Psicología y Humanidades*, 29(2), 241-252. doi:10.33539/avpsicol.2021.v29n2.2411

- Ramírez, A., Ferrando, M., & Sainz, M. (2015). ¿Influyen los Estilos Parentales y la Inteligencia Emocional de los Padres en el Desarrollo Emocional de sus Hijos Escolarizados en 2o Ciclo de Educación Infantil? *Acción Psicológica*, 12(1), 65-78. doi:<https://dx.doi.org/10.5944/ap.12.1.14314>
- Rocha, B., Umbarila, J., Meza, M., & Riveros, F. (2019). Estilos de Apego parental y dependencia Emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 15(2), 285-299. doi:<https://doi.org/10.15332/22563067.5065>
- Rodríguez, R., Moreno, B., & Garrosa, E. (2006). *Emotion Regulation Questionnaire - Spanish version*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid. <https://spl.stanford.edu/resources>
- Tobar, A., & Lara, R. (2023). Funcionamiento familiar y su relación con la regulación emocional en adolescentes de la ciudad de Ambato. *Ecos de la Academia*, 9(17), 83-101. doi:<https://doi.org/10.53358/ecosacademia.v9i17.835>
- Tobar, A., & Mejía, A. (2023). Tolerancia a la frustración y regulación emocional en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 2734-2743. doi:<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.450>