

## ADAPTACIÓN Y VALIDACIÓN DE LA ESCALA DE ESTILOS DE APEGO TRAS EL ROMPIMIENTO AMOROSO

ADAPTATION AND VALIDATION OF THE ATTACHMENT STYLES SCALE AFTER A BREAKUP

**Donaji Zedith Santiago Silva, Rozzana Sánchez Aragón**

Universidad Nacional Autónoma de México, México

*Correspondencia:* psic.donajizedithsantiagosilva@gmail.com

### Resumen

La Teoría del Apego ejerce una influencia significativa en las relaciones interpersonales desde la infancia hasta la adultez, reflejándose en estilos de apego como seguro, ansioso y evitativo (Márquez Domínguez et al., 2009). Estos estilos inciden en la dinámica de las relaciones amorosas y en el proceso de ruptura (Bartholomew, 1990), aunque la investigación en este último aspecto es limitada. Por lo tanto, este estudio se propuso adaptar y validar la Escala de Estilos de Apego de Márquez Domínguez et al. (2009) en el contexto del rompimiento amoroso. Se emplearon dos muestras no probabilísticas compuestas por hombres y mujeres mexicanos que recientemente habían terminado sus relaciones de pareja. Los resultados revelaron una escala válida y confiable, cuyo modelo presentó una configuración de dos factores e índices de ajuste satisfactorios.

**Palabras clave:** duelo, rompimiento, pareja, estilos de apego, adaptación escala.

## Abstract

Attachment Theory exerts a significant influence on interpersonal relationships from childhood to adulthood, reflected in attachment styles such as secure, anxious and avoidant (Márquez Domínguez et al., 2009). These styles affect the dynamics of romantic relationships and the breakup process (Bartholomew, 1990), although research on this last aspect is limited. Therefore, this study aimed to adapt and validate the Attachment Styles Scale by Márquez Domínguez et al. (2009) in the context of romantic breakup. Two non-probabilistic samples composed of Mexican men and women who had recently ended their relationships were used. The results revealed a valid and reliable scale, whose model presented a two-factor configuration and satisfactory fit indices.

**Keywords:** grief, breakup, couple, attachment styles, scale adaptation.

La Teoría del Apego ha demostrado ser una herramienta fundamental para comprender las dinámicas en las relaciones interpersonales, desde las experiencias tempranas hasta las relaciones de pareja en la adultez. Esta teoría estudia la relación entre los infantes y sus cuidadores primarios -usualmente la madre- y su influencia en las relaciones futuras (Kimble et al., 2002). El niño en el primer año de vida, al ser separado de su madre -o cuidador primario-, manifiesta diversas reacciones: primero protesta en su búsqueda, pasa a la desesperación con la pasividad y expresiones de tristeza, y culmina con una total pasividad, ignorando o evitando a su madre cuando regresa (Kimble et al., 2002). De acuerdo con Ainsworth et al. (1978), la forma en que se gestionan estas situaciones determina el estilo de apego: si la madre es sensible y receptiva frente a las necesidades de su hijo éste responderá con seguridad a la separación y al retorno de ella; al contrario, si se muestra indiferente cuando el niño la necesita y entrometida cuando no, el infante reaccionará con ansiedad; mientras que,

si rechaza continuamente los intentos de su hijo por establecer contacto físico, él evitará estar cerca de ella cuando retorna.

El apego se define por Bartholomew (1990) como la seguridad de la presencia de la figura de apego –madre, padre, hermano, amigo, pareja, etc.- en momentos de necesidad, de búsqueda de apoyo y protección. Distintos teóricos identifican de tres a cuatro estilos de apego, que se replican en todas las relaciones que implican intimidad, como la amistad y las relaciones de pareja. Actualmente, la Teoría del Apego se ha extendido a las relaciones afectivas en la adultez. Investigadores como Hazan y Shaver (1987) han trasladado los conceptos de la Teoría del Apego al ámbito de las relaciones románticas, proponiendo que los estilos de apego en la infancia también se manifiestan en la adultez.

En esta investigación se sigue la propuesta de Márquez Domínguez et al. (2009), quienes identifican tres estilos de apego en adultos: seguro, ansioso/ambivalente y evitativo. El apego seguro se caracteriza por una visión personal positiva, con el compañero y con la relación; expresada mediante la tranquilidad, seguridad, cercanía y apertura en la relación, así como una mayor confianza y desarrollo de intimidad emocional, que genera un sentimiento de satisfacción (Márquez Domínguez et al., 2009). El apego ansioso/ambivalente presenta esquemas negativos de la relación, que llevan al individuo a pensar que sus relaciones culminarán o tendrán conflictos constantes; además de una percepción negativa de sí mismo que lo llevan a subvalorarse y sentir que será abandonado pues no merece su relación, por lo que requiere confirmaciones constantes de afecto y compromiso de quién lo rodea (Márquez Domínguez et al., 2009). Por último, el apego evitativo se caracteriza por un conflicto con la cercanía e intimidad que requiere una relación, la cual percibe mediante esquemas

negativos y con inconformidad, sin involucramiento emocional y toma precauciones para mantener una distancia afectiva (Márquez Domínguez et al., 2009).

La Teoría del Apego ha proporcionado un marco de gran valor para estudiar el amor y las relaciones de pareja. Hazan y Shaver (1987) propusieron que el amor, puede ser considerado como la expresión del vínculo de apego en las relaciones afectivas entre adultos. Mientras que, otros estudios han demostrado que las experiencias emocionales relacionadas con el enamoramiento y el mantenimiento del vínculo, y las reacciones ante la pérdida o amenaza de pérdida del compañero, coinciden con los principios básicos de la Teoría del Apego (Bowlby, 1969).

Cada persona vivirá sus relaciones de acuerdo con su estilo de apego. Las personas con apego seguro tienden a vivir sus relaciones afectivas con alegría y emociones positivas, con confianza en el otro, con la aceptación del compañero a pesar de sus defectos, además de contar con mayores recursos para la resolución de conflictos (Brennan & Shaver, 1995; Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Hendrick et al., 1988; Pistole, 1989). Aquellos con un estilo ansioso/ambivalente se caracterizan por una preocupación obsesiva por el abandono, el deseo extremo de unión y reciprocidad, desconfianza, celos y una mayor vulnerabilidad ante la soledad (Brennan & Shaver, 1995; Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Hendrick et al., 1988; Pistole, 1989). Finalmente, las personas con un estilo de apego evitativo vivirán un amor frecuentemente marcado por el rechazo a la intimidad, por la dificultad para depender del otro, desconfianza, altibajos emocionales y dificultad para aceptar los defectos del compañero (Brennan & Shaver, 1995; Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Hendrick et al., 1988; Pistole, 1989).

Del mismo modo, el rompimiento amoroso varía significativamente según el estilo de apego, ya que cada uno conlleva patrones específicos en la forma de procesar la pérdida, regular las emociones y activar mecanismos de afrontamiento. Yoobin et al. (2020), sugiere que el apego puede predecir la ruptura amorosa y la dificultad con la que se vive el duelo tras el rompimiento (Heshmati et al, 2021), siendo la persona ansiosa quién mayores obstáculos vive (Heshmati et al, 2021). El apego ansioso y evitativo provocan rumiación sobre la relación y su ruptura, anhelo por el vínculo perdido y tendencias de acercamiento hacia la expareja, dificultando la superación de la relación (Eisma et al., 2022). Mientras que el apego seguro proporciona una vista positiva de la relación pasada, una baja búsqueda de una nueva relación -de forma inmediata- y menores niveles de angustia al terminar la relación (Gilbert & Sifers, 2011).

De acuerdo con la Teoría del Apego (Bowlby, 1988) la pérdida de una figura de apego provoca malestar, tanto en el niño como en adulto; con un patrón de intensidad al duelo coherente con las características de cada estilo de apego (Yáñez-Yaben, 2017). El estilo de apego seguro permite una mayor aceptación de la pérdida, y por ello facilita la adaptación a la misma (Mikulincer & Shaver, 2013; Yáñez-Yaben, 2017), de hecho, son más propensos a buscar apoyo social para hacer frente a dicha pérdida (Davis et al., 2003). Las experiencias de apego seguro aumentan la capacidad para un acercamiento curioso, optimista y positivo a la adversidad lo que les permite no solo aceptar sino seguir adelante con sus vidas (Caldwell & Shaver, 2012).

Ante la separación, los individuos con un estilo de apego ansioso-ambivalente tienen una percepción generalizada de falta de correspondencia, lo que de manera continua le ayuda a interpretar el desinterés en la expareja mostró

gran desinterés en el proceso de terminación de la relación (Retana-Franco & Sánchez-Aragón, 2019); por ello, tienden a tener una mayor dificultad para superar dicha experiencia (Davis et al., 2003; Fraley & Bonanno, 2004; Schenck et al., 2016). Para estas personas, resulta complicado sobrellevar la tristeza de la pérdida y aceptar que la relación ha terminado (Sbarra & Ferrer, 2006), provocando angustia física y emocional, comportamientos congruentes con enojo y venganza, además de numerosos intentos por restablecer la relación y la búsqueda no deseada por la expareja (Dutton & Winstead, 2006).

Por último, las personas con un estilo de apego evitativo tienden a ser más resilientes ante pérdidas y separaciones, experimentando menos malestar (Mancini et al., 2015; Meier et al., 2013). Y es que justamente por como crearon su apego, estas personas muestran una mayor inclinación a terminar la relación, presentan reacciones emocionales más moderadas y exhiben menos conductas de búsqueda de proximidad después de la ruptura (Feeney & Noller, 1992); además, suelen evitar la intimidad y las confrontaciones con su expareja (Schachner & Shaver, 2002). Aunque las personas seguras también presentan estrategias de afrontamiento adaptativas, las personas con apego evitativo tienden a emplear estrategias más sociales y menos autodestructivas, lo cual incrementa la probabilidad de alcanzar una resolución tras la ruptura. Esto podría deberse a una desvalorización del vínculo amoroso perdido (Bartholomew, 1990; Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1994; Feeney et al., 1994).

Actualmente existen numerosas escalas para medir los estilos de apego en el contexto de las relaciones románticas (ver Tabla 1), sin embargo, aquí se presentan algunas que han sido utilizadas en estudios que relacionan el estilo de apego y el duelo romántico; sin embargo, ninguna de ellas (ni las

no citadas aquí) están orientadas a abordar de forma específica a dichos estilos en el contexto de la ruptura amorosa.

**Tabla 1.** *Escalas para medir los estilos de apego en relaciones interpersonales*

	Nombre de la Escala	Autores	País
1	Love-Subscale for the Three Attachment types	Hazan y Shaver (1987)	Estados Unidos
2	Relationship Scales Questionnaire	Griffin y Bartholomew (1994)	Estados Unidos
3	The Experiences in Close Relationships Inventory	Brennan et al. (1998)	Estados Unidos
4	Experiences in Close Relationships-Revised Scale	Fraley et al. (2000)	Estados Unidos
5	Cuestionario de Relación	Yáñez-Yaben y Comino (2011)	España
6	Escala de Estilos de Apego	Márquez Domínguez et al. (2009)	México
7	Experiences in Close Relationships—Relationship Structures Questionnaire	Fraley et al. (2011)	Estados Unidos

Ahora bien, la Escala de Estilos de Apego de Márquez Domínguez et al. (2009) fue diseñada para adultos mexicanos y ha demostrado ser válida y confiable en el contexto de las relaciones románticas por lo que se considera apta para ser utilizada en la presente investigación cuyo objetivo es: adaptar y validar esta escala (Márquez Domínguez et al., 2009) al contexto del rompimiento amoroso. Y es que hay que recordar que la ruptura implica un contexto de pérdida que activa respuestas emocionales y patrones de comportamientos únicos. La adaptación de este instrumento de medición permitirá una evaluación precisa de cómo estos estilos modulan la experiencia del duelo y con ello entender los desafíos únicos que cada estilo presenta ante una separación. Al adaptar y validar esta escala, se optimiza

su aplicabilidad, ofreciendo una herramienta específica que permite a los investigadores y profesionales de la salud mental comprender mejor las respuestas individuales al rompimiento amoroso.

### **Método**

#### **Participantes**

Con el fin de cumplir con el objetivo, se trabajó con tres muestras distintas: La primera con el fin de evaluar la validez de contenido de la versión inicial de la escala adaptada en esta investigación, compuesta por un grupo de 10 jueces expertos (psicólogos con experiencia en temas relacionados a la pareja y con experiencia en diseño de instrumentos de medición psicológica).

Así como, uno para el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) y otro para el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC). Los últimos dos grupos se obtuvieron mediante un muestreo no probabilístico por sujetos tipo (Coolican, 2005; Hernández Sampieri et al., 2014), donde los participantes cumplían con los siguientes criterios de inclusión: provenientes de la Ciudad de México y área metropolitana, con edad superior a los 18 años, escolaridad mínima de preparatoria, quienes hubieran terminado su relación de pareja recientemente.

El AFE tuvo la participación de 584 personas, 345 mujeres y 239 hombres, con edades entre los 18 y 34 años ( $M= 19.35$ ,  $DE=2.63$ ), con escolaridad de preparatoria (35.4%) y licenciatura (64.6%), heterosexuales (70.4%) y homosexuales (29.6%), y cuyas relaciones habían terminado hacía mínimo 1 día y máximo 3 años ( $M= 110.21$ ,  $DE= 97.12$  -días-). Mientras que el AFC contó con 292 participantes, 170 mujeres y 122 hombres, con edades entre los 18 y 32 años ( $M= 19.24$ ,  $DE= 2.52$ ), con escolaridad de preparatoria (39.4%) y licenciatura (60.6%), heterosexuales (75.3%) y

homosexuales (24.7%), y cuyas relaciones habían terminado hacía mínimo 1 día y máximo 2 años 9 meses ( $M= 112.55$ ,  $DE= 96.087$  -días-).

### **Instrumentos**

Escala de Estilos de Apego (Márquez Domínguez et al., 2009; Márquez Domínguez, 2010), diseñada para evaluar los estilos de Apego Seguro, Ansioso-Ambivalente y Rechazante. Consta de 21 reactivos en su versión larga, con un formato de respuesta tipo Likert con cinco opciones de respuesta que indican grados de acuerdo (de 1-Totalmente en desacuerdo, a 5-Totalmente de acuerdo). Estos reactivos se distribuyen en tres factores que explican el 55.49% de la varianza. El primer factor denominado apego evitativo, está compuesto por 7 reactivos, como “me incómoda que mi pareja procure mucha cercanía”; explica el 31.16% de la varianza, con un  $\alpha = .888$ . El segundo factor, apego ansioso, consta de 8 reactivos, como “me preocupa que mi pareja no se interese tanto en mí como yo en ella”; explica el 15.39% de la varianza y con un  $\alpha = .865$ . Por último, se encuentra apego seguro, conformado por 6 reactivos, como “confío en que mi pareja me ama tanto como yo la amo a ella”; que explican el 8.92% de la varianza y un  $\alpha = .813$ .

### **Tipo de estudio**

De acuerdo con el objetivo, el diseño es no experimental y transversal. Se trata de una investigación de tipo instrumental, pues busca analizar las distintas propiedades psicométricas de los instrumentos psicológicos (Ato et al., 2013).

### **Procedimiento**

A causa de la pandemia provocada por el virus SARS-COV-2 y las medidas sanitarias de distanciamiento social -resultado de esta-, la

aplicación se realizó en línea por medio de la plataforma Eval & Go. Los participantes se convocaron por medio de redes sociales como Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp, etc., cuidando los criterios de inclusión. Al inicio del cuestionario, se informaba que la participación era voluntaria, confidencial y anónima; se indicaba el objetivo de la investigación y su derecho a retirarse en cualquier momento. Además de dar cumplimiento a las consideraciones éticas y reglas establecidas por la Secretaría de Salud (2021) en materia de Investigación, la Asociación Americana de Psicología (2021) y el Código Ético del Psicólogo (Sociedad Mexicana de Psicología [SMP], 2010).

### **Análisis de datos**

Para cumplir con el objetivo de esta investigación se utilizó el paquete estadístico SPSS versión 25 y SPSS Amos versión 22. Siguiendo el procedimiento propuesto por Calleja-Bello (en prensa), conforme a las pautas de Reyes Lagunes y García y Barragán (2008), se realizaron los siguientes pasos:

1. Se calcularon y analizaron medidas descriptivas y de distribución de frecuencias de cada reactivo.
2. Se realizó una correlación entre reactivos y del ítem con la escala total.
3. Se llevó a cabo un análisis de discriminación entre grupos extremos contrastados.
4. Posteriormente, se efectuó un análisis de confiabilidad utilizando el coeficiente Alpha de Cronbach.
5. Se llevó a cabo el AFE, para evaluar la estructura de las escalas.
6. Se llevó a cabo un AFC, para confirmar la estructura de las escalas.

## Resultados

Se seleccionaron 17 reactivos de la Escala de Estilos de Apego (Márquez Domínguez et al., 2009) de acuerdo con su peso factorial, ajustando su contenido para enfocarse en el contexto de la ruptura de pareja. Esta adaptación tuvo como objetivo que cada reactivo reflejara de manera precisa y relevante las respuestas emocionales y conductuales ante la ruptura. Posteriormente, un grupo de 10 jueces expertos en psicología (con experiencia en temas de relaciones de pareja y en diseño de instrumentos de medición psicológica) evaluó los reactivos adaptados. Los jueces señalaron ciertos cambios en la redacción para mejorar la claridad y adecuación de los reactivos al contexto de ruptura, los cuales fueron aplicados al instrumento. Este paso contribuyó a obtener validez de contenido, al garantizar que los reactivos fueran representativos del constructo de apego en un contexto de ruptura, y a reforzar la validez de constructo del instrumento en esta nueva aplicación.

Siguiendo el procedimiento de adaptación y validación mencionada anteriormente, la Escala de Estilos de Apego tras el Rompimiento Amoroso, no mostró errores de captura o datos perdidos. Así mismo se obtuvieron los cuartiles de la suma de todos los reactivos, lo que permitió tener grupos de puntajes extremos que se usaron para aplicar la prueba t de Student para muestras independientes e identificar los reactivos que mostraban diferencias estadísticamente significativas entre ellos y, por tanto, que discriminaban.

Sin embargo, de los 17 reactivos seis de ellos no mostraron estas diferencias, por lo que fueron eliminados, estos fueron: 1) me incomodaba que mi pareja procurará mucha cercanía; 2) me incomodaba la cercanía con mi pareja; 3) me di cuenta de que justo cuando mi pareja empezaba a lograr

algo de intimidación emocional (p.ej., comunicación, apoyo, tranquilidad) conmigo, yo me alejaba; 4) confiaba que mi pareja me amaba tanto como yo la amaba a ella; 5) preferiría no estar muy cercano a mi pareja; y 6) buscaba el acuerdo mutuo para la solución de nuestros problemas.

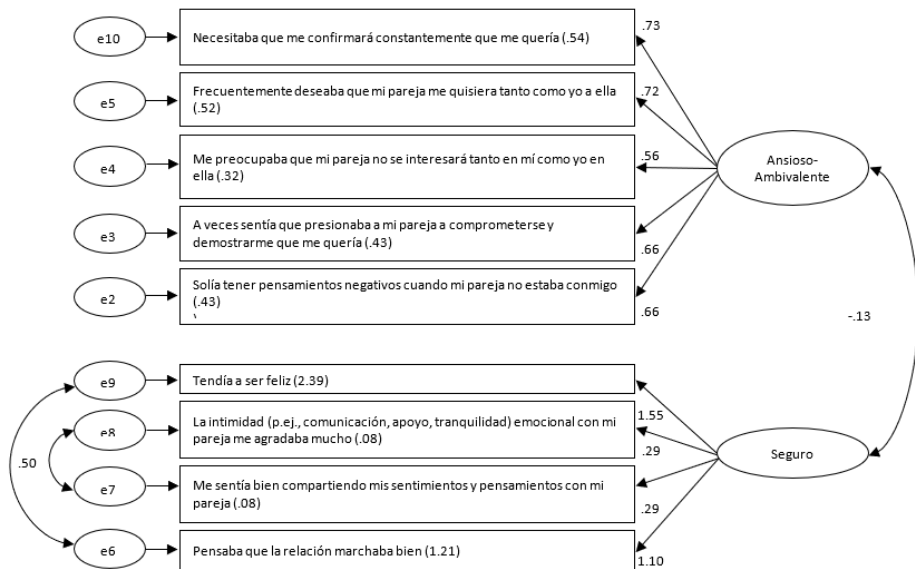
Con los 11 reactivos restantes, se llevó a cabo un AFE de componentes principales con rotación ortogonal (de tipo varimax), el cual arrojó un Índice KMO= .782, Prueba de Esfericidad de Bartlett= 849.055,  $gl= 45$  y  $p= .000$ . Se obtuvieron dos factores con valores propios superiores a uno, que explicaron el 45% de la varianza y cuyo coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach fue de .669 (ver tabla 2). Se eliminó el reactivo “Me ponía nervioso(a) cuando mi pareja se acercaba a mí”, por tener una carga factorial menor a .40.

**Tabla 2. Análisis Factorial Exploratorio de la Escala de Estilos de Apego tras el Rompimiento Amoroso**

Reactivos		Carga factorial
<b>Factor 1. Apego ansioso ambivalente</b>		
Necesitaba que mi pareja me confirmará constantemente que me quería		.745
Frecuentemente deseaba que mi pareja me quisiera tanto como yo a ella		.671
A veces sentía que presionaba a mi pareja a comprometerse y demostrarme que me quería		.637
Me preocupaba que mi pareja no se interesará tanto en mí como yo en ella		.645
Solía tener pensamientos negativos cuando mi pareja no estaba conmigo		.558
Me daba miedo perder a mi pareja		.551
6 reactivos	$\alpha = .79$	M = 3.19
		DE = .86
<b>Factor 2. Apego seguro</b>		
La intimidación (p.ej., comunicación, apoyo, tranquilidad) emocional con mi pareja me agradaba mucho		.702
Me sentía bien compartiendo mis sentimientos y pensamientos con mi pareja		.687
Tendía a ser feliz		.706
Pensaba que la relación marchaba bien		.611
4 reactivos	$\alpha = .76$	M = 3.93
		DE = .76

Con el fin de confirmar la estructura factorial de la escala, se procedió a realizar el AFC, donde se obtuvo nuevamente un modelo de dos factores (ver figura 1, se observan los coeficientes factoriales estandarizados). Debido a sus altos puntajes residuales, se eliminó el reactivo “Me daba miedo perder a mi pareja” del factor Ansioso-Ambivalente. Se confirmó el modelo original con un ajuste satisfactorio (Hu & Bentler, 1999):  $X^2(24) = 45.737$ ,  $CMIN/DF = 1.906$ ,  $NFI = .937$ ,  $CFI = .968$ ,  $AGFI = .939$ ,  $SRMR = .055$ ,  $RMSEA = .056$  (.030 - .089).

**Figura 1. Análisis Factorial Confirmatorio de la Escala de Estilos de Apego tras el Rompimiento Amoroso**



## Discusión

La Teoría del Apego es una de las perspectivas teóricas más difundidas para la comprensión de las relaciones cercanas (Guzmán González et al., 2016), por ello ha sido objeto de estudio en innumerables ocasiones, lo que

ha provocado que existan diversos instrumentos de medición. En México dentro del contexto romántico, uno de los más utilizados ha sido la Escala de Estilos de Apego (Márquez Domínguez, 2010; Márquez Domínguez et al., 2009), medida que ha mostrado ser válida y confiable; sin embargo, resulta inútil ante el rompimiento amoroso. Es así como se realizó el proceso de adaptación y validación, se redujeron el número de ítems y se puso a prueba dentro del contexto de la separación de la pareja.

El primer factor se denominó Apego ansioso ambivalente y se refiere a quién vivió su relación de pareja como una experiencia con la presencia constante e intensa de celos, y de una idea obsesiva sobre el abandono y el castigo (Brennan & Shaver, 1995; Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Hendrick et al., 1988; Pistole, 1995). La persona percibió durante la relación una amenaza constante de ruptura o conflicto, aunado a autoesquemas negativos que le llevaban a subvalorarse, por lo que requería confirmaciones de afecto y compromiso (Márquez Domínguez et al., 2009). Llevándolo a estrategias de ruptura que le permitan entrar y salir de la relación (Collins & Gillath, 2012; Kirkpatrick & Hazan, 1994).

Por su parte, el segundo factor se tituló Apego seguro, hace referencia a quién vivenció su relación con un sentido de felicidad, autoconfianza y satisfacción (Shaver & Hazan, 1993). Esto se expresaba en la tranquilidad, seguridad, cercanía y apertura que tenía hacia su pareja (Márquez Domínguez et al., 2009). Esto provoca que la persona sea más directa sobre sus sentimientos y emociones al momento de la ruptura (Collins & Gillath, 2012), haciendo frente a la misma desde la resiliencia (Gilbert & Sifers, 2011).

La adaptación de la Escala de Estilos de Apego tras el Rompimiento Amoroso resultó en una estructura bifactorial, conservando únicamente los factores de Apego seguro y Apego ansioso, mientras que el factor de Apego evitativo de la escala original fue eliminado. Esta configuración es coherente con estudios previos en el contexto de relaciones románticas. Investigaciones de Fernández-Fuertes et al. (2011), Sibley et al. (2005) y Sibley y Liu (2004) han planteado modelos bifactoriales en relaciones de pareja, aunque generalmente centrados en los estilos ansioso y evitativo. Sin embargo, en este contexto de ruptura amorosa, los estilos evitativo y seguro presentan ciertas similitudes en su capacidad de adaptación que justifican la reducción de la escala a dos factores.

Un marco teórico que respalda esta organización de los estilos de apego en dos factores proviene del trabajo de Feeney et al. (1994), Hazan y Shaver (1987), Hidalgo (2000) y Simpson (1990), quienes sugieren que, al medir apego mediante múltiples ítems, emergen dos dimensiones primarias: ansiedad ante la intimidad, asociada con el estilo ansioso, y comodidad con la intimidad, que agrupa tanto el apego seguro como algunos aspectos del evitativo. Esta combinación es relevante, ya que quienes muestran apego seguro suelen manejar la ruptura de manera adaptativa, recurriendo al apoyo social y enfocándose en estrategias constructivas para afrontar la pérdida (Davis et al., 2003; Caldwell & Shaver, 2012). Por otro lado, los individuos con apego ansioso suelen enfrentar mayores dificultades para sobrellevar la separación, presentando emociones intensas y patrones de búsqueda y dependencia hacia la expareja (Retana-Franco & Sánchez-Aragón, 2019; Sbarra & Ferrer, 2006).

En contraste, las personas con apego evitativo tienden a experimentar menos malestar tras la ruptura, ya que desvalorizan el vínculo perdido y se distancian emocionalmente de la expareja (Mancini et al., 2015; Meier et al.,

2013). Esto sugiere que el estilo evitativo presenta algunas características de afrontamiento similares al seguro, en cuanto a la ausencia de reacciones emocionalmente intensas y la capacidad de continuar sin una búsqueda de proximidad. Además, los estudios sugieren que, aunque ambos estilos emplean estrategias de adaptación, las personas con apego seguro tienen una predisposición más favorable hacia la intimidad y el soporte social, mientras que los evitativos tienden hacia una autodependencia menos social (Schachner & Shaver, 2002).

En resumen, los resultados obtenidos con la versión de 9 reactivos muestran: a) Características psicométricas robustas, es decir, se logró identificar una estructura de dos factores claros e independientes (ver tabla 2 y figura 1), cuyos coeficientes de confiabilidad Alpha de Cronbach fueron apropiados (ver tabla 2). b) Una estructura bifactorial de los estilos de apego en el contexto romántico ha sido obtenida en estudios previos. c) Además de una baja correlación entre los dos factores latentes. Estos hallazgos muestran que la versión obtenida en este estudio es una escala válida y confiable, aplicable a jóvenes y adultos jóvenes mexicanos, que pasaron por un rompimiento amoroso.

Esto resulta relevante, pues estudios anteriores han mostrado que el apego está relacionado significativamente con la causa de la ruptura, la vivencia de la misma y el bienestar después de ella (Collins & Gillath, 2012; Eisma et al., 2022; Gilbert & Sifers, 2011; Heshmati et al., 2021; Yoobin et al., 2020). Por lo tanto, conocer los sistemas de apego de los jóvenes y adultos jóvenes puede ayudar en la comprensión, optimización y apoyo terapéutico posterior al rompimiento amoroso. En este sentido, la Escala de Estilos de Apego tras el Rompimiento Amoroso que se ha desarrollado en este trabajo puede ser una herramienta de gran utilidad, al tener características psicométricas adecuadas, ser breve y de fácil aplicación, en el estudio del rompimiento amoroso en jóvenes y adultos jóvenes.

## Referencias

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation [Patrones de apego: Un estudio psicológico de la situación extraña]. Erlbaum. <https://doi.org/10.4324/9781315802428>
- Asociación Americana de Psicología. (2021). Manual de publicaciones de la American Psychological Association. (4ta ed). Manual Moderno.
- Ato, M., López, J. J., y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: an attachment perspective [Evitación de la intimidad: una perspectiva de apego]. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model [Estilos de apego entre adultos jóvenes: una prueba de un modelo de cuatro categorías]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.61.2.226>
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss. Vol. 1: Attachment [Apego y pérdida. Vol.1: Apego]. The Hogarth Press and Institute of Psycho-Analysis. <https://www.abebe.org.br/files/John-Bowlby-Attachment-Second-EditionAttachment-and-Loss-Series-Vol-1-1983.pdf>
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development [Una base segura: el apego entre padres e hijos y el desarrollo humano saludable]. Basic Books.
- Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1995). Dimensions of Adult Attachment, Affect Regulation, and Romantic Relationship Functioning [Dimensiones del apego adulto, la regulación afectiva y el funcionamiento de la relación romántica]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3), 267-283. <https://doi.org/10.1177/0146167295213008>

- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). The Guilford Press.
- Caldwell, J. G., & Shaver, P. R. (2012). Exploring the cognitive-emotional pathways between adult attachment and ego-resiliency [Explorando las vías cognitivo-emocionales entre el apego adulto y la resiliencia del ego]. *Individual Differences Research*, 10(3), 141-152. [https://www.drjonecaldwell.com/wp-content/uploads/2012/11/Caldwell-2012-Attachment-and-Resiliency\\_IDR\\_Final-Print-Copy.pdf](https://www.drjonecaldwell.com/wp-content/uploads/2012/11/Caldwell-2012-Attachment-and-Resiliency_IDR_Final-Print-Copy.pdf)
- Collins, T. J., & Gillath, O. (2012). Attachment, breakup strategies, and associated outcomes: The effects of security enhancement on the selection of breakup strategies [Vínculo, estrategias de ruptura y resultados asociados: los efectos de la mejora de la seguridad en la selección de estrategias de ruptura]. *Journal of Research in Personality*, 46(2), 210-222. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.01.008>
- Coolican, H. (2005). *Métodos de investigación y estadística en psicología. Manual Moderno.*
- Cronbach, L., & Meehl, P. (1955). Construct validity in Psychological Tests [La validez de constructo en las pruebas psicológicas]. *Psychological Bulletin*, 52, 281-302. <https://doi.org/10.1037/h0040957>
- Davis, D., Shaver, P. R., & Vernon, M. L. (2003). Physical, emotional, and behavioral reactions to breaking up: The roles of gender, age, emotional involvement, and attachment style [Reacciones físicas, emocionales y conductuales a la ruptura: Los roles del género, la edad, la participación emocional y el estilo de apego]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(7), 871-884. <https://doi.org/10.1177/0146167203029007006>
- Dutton, L. B., & Winstead, B. A. (2006). Predicting unwanted pursuit: Attachment, relationship satisfaction, relationship alternatives, and break-up distress [Predicción de la búsqueda no deseada: apego, satisfacción en la relación, alternativas de relación y angustia por ruptura]. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(4), 565-586. <https://doi.org/10.1177/0265407506065984>

- Eisma, M. C., Tõnus, D., & de Jong, P. J. (2022). Desired attachment and breakup distress relate to automatic approach of the ex-partner [El apego deseado y la angustia de ruptura se relacionan con el acercamiento automático de la expareja]. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 75. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2021.101713>
- Feeney, J. A. & Noller, P. (2007). Attachment style and romantic love: Relationship dissolution [Estilo de apego y amor romántico: Disolución de la relación]. *Australian Journal of Psychology*, 44(2), 69-74. <https://doi.org/10.1080/00049539208260145>
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships [El estilo de apego como predictor de relaciones románticas adultas]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281–291. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281>
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1992). Attachment style and romantic love: Relationship dissolution [Estilo de apego y amor romántico: Disolución de la relación]. *Australian Journal of Psychology*, 44(2), 69–74. <https://doi.org/10.1080/00049539208260145>
- Feeney, J. A., Noller, P., & Hanrahan, M. (1994). Assessing adult attachment [Evaluación del apego adulto]. En M. B. Sperling & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives* (pp. 128–152). Guilford Press.
- Fernández-Fuertes, A. A., Orgaz, B., Fuertes, A., y Carcedo, R. (2011). La evaluación del apego romántico en adolescentes españoles: validación de la versión reducida del Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R). *Anales de Psicología*, 27(3), 827-833. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3727549>
- Fraley, R. C., & Bonanno, G. A. (2004). Attachment and loss: A test of three competing models on the association between attachment-related avoidance and adaptation bereavement [Apego y pérdida: una prueba de tres modelos que compiten entre sí sobre la asociación entre la evitación relacionada con el apego y la adaptación al duelo]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(7), 878-890. <https://doi.org/10.1177/0146167204264289>

- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment [Un análisis de la teoría de respuesta al ítem de las medidas de autoinforme del apego adulto]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.78.2.350>
- Gilbert, S. P., & Sifers, S. K. (2011). Bouncing Back from a Breakup: Attachment, Time Perspective, Mental Health, and Romantic Loss [Recuperándose de una ruptura: apego, perspectiva temporal, salud mental y pérdida romántica]. *Journal of College Student Psychotherapy*, 25(4), 295-310. <https://doi.org/10.1080/87568225.2011.605693>
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). La metafísica de la medición: el caso del apego adulto. En K. Bartholomew y D. Perlman (Eds.), *Procesos de apego en la edad adulta* (pp.17-52). Jessica Kingsley Editores.
- Guzmán-González, M., Carrasco N., Figueroa, P., Trabucco, C., y Vilca D. (2016). Estilos de Apego y Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes Universitarios. *Psykhe*, 25(1), 1-13. <https://doi.org/10.7764/psykhe.25.1.706>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process [El amor romántico conceptualizado como un proceso de apego]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.52.3.511>
- Hendrick, S. S., Hendrick, C., & Adler, N. L. (1988). Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together [Relaciones románticas: Amor, satisfacción y permanecer juntos]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 980–988. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.980>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., y Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ª ed.). McGraw-Hill Interamericana Editores.

- Heshmati, R., Zemestani, M., & Vujanovic, A. (2021). Associations of childhood maltreatment and attachment styles with romantic breakup grief severity: The role of emotional suppression [Asociaciones de maltrato infantil y estilos de apego con la gravedad del duelo por ruptura romántica: El papel de la supresión emocional]. *Journal of Interpersonal Violence*, 1(37), 13-14. <https://doi.org/10.1177/0886260521997438>
- Hidalgo, C. (2000). Estilos de apego al lugar. *Medio Ambiente y Comportamiento Humano*, 1(1), 57-73. [https://mach.webs.ull.es/PDFS/VOL1\\_1/VOL\\_1\\_1\\_d.pdf](https://mach.webs.ull.es/PDFS/VOL1_1/VOL_1_1_d.pdf)
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Kimble, C., Hirt, E., Díaz-Loving, R., Hosch, H., Lucker, G. W., y Zárate, M. (2002). *Psicología Social de las Américas*. Pearson Educación.
- Kirkpatrick, L.A., & Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study [Estilos de apego y relaciones cercanas: un estudio prospectivo de cuatro años]. *Personal Relationships*, 1(2), 123-142. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00058.x>
- Mancini, A. D., Sinan, B., & Bonanno, G. A. (2015). Predictors of prolonged grief, resilience, and recovery among bereaved spouses [Predictores de duelo prolongado, resiliencia y recuperación entre los cónyuges en duelo]. *Journal of Clinical Psychology*, 71(12), 1245-1258. <https://doi.org/10.1002/jclp.22224>
- Márquez Domínguez, J. F. (2010). Apego, auto-esquemas y cultura, como determinantes del compromiso y la satisfacción dentro de las relaciones de pareja [Tesis doctoral, Universidad Nacional Autónoma de México]. TESIUNAM. <http://132.248.9.195/ptb2011/enero/0665730/Index.html>
- Márquez Domínguez, J. F., Rivera Aragón, S., y Reyes Lagunes, L. 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. <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645444002.pdf>

- Meier, A. M., Carr, D. R., Currier, J. M., & Neimeyer, R. A. (2013). Attachment anxiety and avoidance in coping with bereavement: Two studies [Ansiedad y evitación del apego para afrontar el duelo: dos estudios]. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(3), 315–334. <https://doi.org/10.1521/jscp.2013.32.3.315>
- Mikulincer, M. (1997). Adult attachment style and information processing: Individual differences in curiosity and cognitive closure [Estilo de apego adulto y procesamiento de información: diferencias individuales en curiosidad y cierre cognitivo]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(5), 1217–1230. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.72.5.1217>
- Pistole, M. C. (1989). Attachment in adult romantic relationships: style of conflict resolution and relationship satisfaction [Apego en las relaciones románticas adultas: estilo de resolución de conflictos y satisfacción en las relaciones]. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6(4), 505-510. <https://doi.org/10.1177/0265407589064008>
- Pistole, M. C. (1995). College students' ended love relationships: Attachment style and emotion [Relaciones amorosas terminadas en estudiantes universitarios: estilo de apego y emoción]. *Journal of College Student Development*, 36(1), 53–60.
- Retana-Franco, B. E., y Sánchez Aragón, R. (2019). El peso del apego y de la cultura en las estrategias de rompimiento amoroso percibidas por los abandonados. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(1), 53-65. <http://www.doi.org/10.14718/ACP.2020.23.1.4>
- Reyes Lagunes, I., y García y Barragán, L. (2008). Procedimiento de Validación Psicométrica Culturalmente Relevante: Un ejemplo. En S. Rivera Aragón, R. Díaz-Loving, R. Sánchez Aragón, & I. Reyes Lagunes (Eds.). *La Psicología Social en México*. Vol. XII (pp. 625-636). Asociación Mexicana de Psicología Social.
- Sbarra, D. A., & Ferrer, E. (2006). The structure and process of emotional experience following nonmarital relationship dissolution: Dynamic factor analyses of love, anger, and sadness. *Emotion*, 6(2), 224–238. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.2.224>

- Schachner, D. A. (2002). Attachment style and human mate poaching [Estilo de apego y robo de pareja]. *New Review of Social Psychology*, 1, 122-129. [https://www.researchgate.net/publication/281267929\\_Attachment\\_style\\_and\\_human\\_mate\\_poaching](https://www.researchgate.net/publication/281267929_Attachment_style_and_human_mate_poaching)
- Secretaría de Salud. (2021). Ley General de Salud. [http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf\\_mov/Ley\\_General\\_de\\_Salud.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf_mov/Ley_General_de_Salud.pdf)
- Shenck, L. K., Eberle, K. M., & Rings, J. A. (2016). Insecure attachment styles and complicated grief severity: Applying what we know to inform future directions [Estilos de apego inseguros y gravedad complicada del duelo: Aplicar lo que sabemos para informar las direcciones futuras]. *OMEGA- Journal of Death and Dying*, 73(3), 231-249. <https://doi.org/10.1177/0030222815576124>
- Sibley, C. G. y Liu, J. H. (2004). Short-term temporal stability and factor structure of the revised experiences in close relationships (ECR-R) measure of adult attachment [Estabilidad temporal a corto plazo y estructura factorial de la medida revisada de experiencias en relaciones cercanas (ECR-R) del apego adulto]. *Personality and Individual Differences*, 36(4), 969-975. [https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0191-8869\(03\)00165-X](https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0191-8869(03)00165-X)
- Sibley, C.G., Fischer, R., & Liu, J. H. (2005) Reliability and validity of the revised experiences in close relationships (ECR-R) self-report measure of adult romantic attachment [Fiabilidad y validez de las experiencias revisadas en relaciones cercanas (ECR-R) medida de autoinforme de apego romántico adulto]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(11), 1524-36. <https://doi.org/10.1177/0146167205276865>
- Simpson, J.A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships [Influencia de los estilos de apego en las relaciones amorosas]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971-980. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.5.971>
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2010). Código ético del psicólogo. México: Trillas.

- Yárnoz-Yaben, S. (2017). Grief due to divorce: Relationship with attachment style and effects on subjective well-being and co-parenting [El duelo ante el divorcio: relación con el estilo de apego y efectos en el bienestar subjetivo y el ejercicio de la co-parentalidad]. *Studies in Psychology*, 38(3), 667-688. <http://dx.doi.org/10.1080/02109395.2017.1330305>
- Yárnoz-Yaben, S., y Comino, P. (2011). Evaluación del Apego Adulto: Análisis de la convergencia entre diferentes instrumentos. *Acción Psicológica*, 8(2), 67-85. <https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030766006.pdf>
- Yoobin, P., Impett, E. A., Spielmann, S. S., Joel, S., & MacDonald, G. (2020). Lack of intimacy prospectively predicts breakup [La falta de intimidad predice prospectivamente la ruptura]. *Social Psychological and Personality Science*, 12(4), 442-451. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/1948550620929499>
- Investigación realizada gracias al Programa UNAM-PAPIIT IN300124 del proyecto: “Propuesta de un modelo explicativo del duelo romántico”.

**Envío a dictamen:** 27 agosto 2024

**Reenvío:** 25 septiembre 2024

**Aprobado:** 22 octubre 2024

**Donaji Zedith Santiago Silva.** Licenciatura, estudiante del doctorado en Psicología Social y Ambiental, Facultad de Psicología, UNAM. Líneas de investigación: Relaciones interpersonales y conductas de autocuidado. Publicaciones relevantes (en los últimos 3 años): Se publicaron dos capítulos de libro -Emerging Adulthood.y The Role of Attachment in Building Siblinghood- en el libro *Brothers and Sisters in Emerging Adulthood: An Ethno-Psychological Study of Mexican Siblings* de la editorial Springer. Correo electrónico: [psic.donajizedithsantiagosilva@gmail.com](mailto:psic.donajizedithsantiagosilva@gmail.com)

**Rozzana Sánchez Aragón.** Posdoctorado en la Escuela de Trabajo Social y Estudios sobre la Familia en la Universidad de Columbia Británica en Vancouver, Canadá. Adscrita a la Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México Líneas de investigación: Relaciones interpersonales -pareja-. Publicaciones relevantes (en los últimos 3 años): Se publicaron un libro como editora: *Brothers and Sisters in Emerging Adulthood: An Ethno-Psychological Study of Mexican Siblings* de la editorial Springer. Además de colaborar en 12 artículos en revistas especializadas indexadas. Correo electrónico: rozzara@unam.mx