

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.260>

Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios

Attachment Styles and Coping Strategies in College Students

Nayelly Micaela Masapanta Solís

Universidad Técnica de Ambato

nmasapanta7145@uta.edu.ec

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-5985-6220>

Ambato – Ecuador

Mauricio Núñez Núñez

Universidad Técnica de Ambato

am.nunez@uta.edu.ec

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-9692-1642>

Grupo de Investigación NUTRIGENX

Ambato – Ecuador

Artículo recibido: día 14 de diciembre de 2022. Aceptado para publicación: 18 de enero 2022.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

Se investigó la relación entre los estilos de apego y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios; la muestra con la que se trabajó fueron 323 estudiantes universitarios de Cotopaxi. Para la evaluación de las variables se utilizaron instrumentos validados y estandarizados como el Cuestionario de Experiencias en las Relaciones Cercanas-Revisadas ECR-R adaptada a la población ecuatoriana y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento CSI. El estudio tiene un alcance descriptivo – correlacional, en cuanto al diseño se trata de un estudio no experimental y de corte transversal, además la técnica de muestreo utilizada fue no probabilística por conveniencia con criterios de inclusión y exclusión. Los resultados mostraron que el estilo de apego ansioso presenta correlación positiva baja con las ocho estrategias de afrontamiento así: resolución de problemas ($p = 0.014$), autocrítica ($p < .001$), expresión emocional ($p < .001$), pensamiento desiderativo ($p < .001$), apoyo social ($p = 0.032$), reestructuración cognitiva ($p = 0.015$), evitación de problema ($p < .001$) y retirada social ($p < .001$); por el contrario, se observa que el estilo de apego evitativo presenta correlación positiva únicamente con la autocrítica ($p = 0.036$). Por tanto, se concluye a mayor presencia de apego ansioso mayor puntuación de las ocho estrategias anteriormente descritas, de igual manera a mayor presencia de apego evitativo mayores puntuaciones en autocrítica.

Palabras clave: estilos de apego, estrategias de afrontamiento, universitarios

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Como citar: Masapanta Solís, N. M., & Núñez Núñez, M. (2023). Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(1), 421-435. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.260>

Abstract

The relationship between attachment styles and coping strategies in university students was investigated; the sample consisted of 323 university students from Cotopaxi. Validated and standardized instruments were used for the evaluation of the variables, such as the Questionnaire of Experiences in Close Relationships-Revised ECR-R R adapted to the Ecuadorian population and the Coping Strategies Inventory CSI. The study has a descriptive-correlational scope, in terms of design it is a non-experimental and cross-sectional study, also the sampling technique used was non-probabilistic by convenience with inclusion and exclusion criteria. The results showed that the anxious attachment style presented a low positive correlation with the eight coping strategies: problem solving ($p = 0.014$), self-criticism ($p < .001$), emotional expression ($p < .001$), desiderative thinking ($p < .001$), social support ($p < .001$), and social support ($p < .001$). 001), social support ($p = 0.032$), cognitive restructuring ($p = 0.015$), problem avoidance ($p < .001$) and social withdrawal ($p < .001$); on the contrary, it is observed that the avoidant attachment style presents positive correlation only with self-criticism ($p = 0.036$). Therefore, it is concluded that the greater the presence of anxious attachment, the higher the scores for the eight strategies described above, and likewise, the greater the presence of avoidant attachment, the higher the scores for self-criticism.

Keywords: attachment styles, coping strategies, university students

INTRODUCCIÓN

Actualmente según Chávez y Vences (2019) es valioso hablar sobre la importancia de la toma de conciencia de las relaciones entre los miembros de la familia, remarcando así, que esto es base para el bienestar psíquico, así también como para el desarrollo personal, social y emocional de los individuos. De igual forma, el estilo de apego que el niño ha experimentado en su infancia influirá en las relaciones afectivas futuras de la persona adulta (Bowlby, 1989). Dicho de otra manera, los padres son el cimiento para el desarrollo del apego en la infancia, sin embargo, en la vida adulta, son las relaciones afectivas las que representan dicho apego (seguridad y protección) (Fraley, 2019).

En relación con las estrategias de afrontamiento López (2017), expresa que son formas en cómo las personas emplean sus propios recursos para hacer frente a los conflictos, dichas estrategias aparecen en el transcurso de la etapa evolutiva, especialmente en la primera infancia; por esta razón, se potencializará el conocimiento sobre cómo la familia y la crianza de los hijos, permite la creación de estrategias adecuadas para la solución de problemas cotidianos (García, 2018).

Los estilos de apego inadecuados pueden ser un factor predisponente para la violencia contra la mujer, según la Organización Mundial de Salud (OMS, 2021) en el mundo el 30% de las mujeres han sufrido algún tipo de violencia en su vida. En el artículo publicado por Cadena y Echeverría (2021) se menciona que el tipo de apego que una persona recibió podría explicar el círculo de maltrato que la pareja experimenta en las relaciones amorosas. Entendiendo así que, el amor romántico es una forma de apego, debido a que se establecen vínculos sociales, afectivos y emocionales entre las personas adultas (Hazan y Shaver, 1987).

Bowlby (1989) nos indica en su teoría que en los primeros años de vida los niños van formando vínculos con sus cuidadores y junto con esto, formas de expresar, experimentar e incluso modular los sentimientos y emociones, así pues, al llegar a la edad adulta las habilidades mencionadas anteriormente son fundamentales para la creación de relaciones duraderas y satisfactorias. Por tanto, el apego es el vínculo que se da en edades tempranas y permite el desarrollo cognitivo y emocional del individuo, de igual forma, desde su estudio manifiesta que a lo largo de la vida las personas buscan tener una figura a la cual vincularse y confiar (Bowlby, 1998, como se citó en Rentería et al., 2022).

Al enfocarnos netamente en las relaciones de pareja existen autores como Hazan y Shaver (1987) que se dedicaron específicamente al estudio de los estilos de apego en etapas siguientes a la infancia, explicando de tal modo que, los estilos de apego en adultos están sujetos a los vínculos que el niño experimentó; por tanto, dicha información nos permite comprender que el proceso de apego que se da en las relaciones amorosas podría depender de las relaciones que se establecieron con los cuidadores. Asimismo, se ha evidenciado la existencia de un sistema de apego similar a la relación cuidador - bebé, es así como los estilos de apego que se dan en etapas tempranas juegan un papel importante en las relaciones interpersonales del adulto.

Ortiz et al. (2019) refieren que el establecimiento de un correcto estilo de apego aporta el desarrollo de dar y recibir atención necesaria en las relaciones afectivas porque intervienen elementos tanto cognitivos como afectivos.

En concordancia a lo antes expuesto, Brennan et al. (1998) nos hablan sobre la existencia de dos tipos de apego; por un lado, el estilo de apego ansioso en donde se observa un comportamiento de hipervigilancia, miedo a que su pareja no esté dispuesta a cubrir ciertas necesidades o no se encuentre presta a brindarle suficiente atención, mientras que, por otro lado, si la persona tiene un estilo de apego evitativo, su comportamiento se basa en desconectarse de la relación por miedo a la dependencia y tiene la necesidad de ser autosuficiente. De esta forma, se infiere que la mayoría de veces el apego presenta dos polos; el de cercanía y el de lejanía con el cuidador principal (Ortiz et al., 2019).

Por otra parte, las estrategias de afrontamiento son comportamientos y habilidades cognitivas que tienen los sujetos para combatir y hacer frente a los estresores que se van presentando (González et al., 2017).

Lazarus (1966) menciona que las estrategias de afrontamiento pueden ser definidas como procesos cognitivos y comportamentales adecuados que permiten manejar correctamente situaciones estresantes o de peligro. Sin embargo, se ha demostrado que la existencia de hogares disfuncionales, con hijos carentes de estrategias, generan un impedimento a la hora de alcanzar metas y objetivos planteados (Chávez y Vincés, 2019). En base a la teoría planteada, existen 8 estrategias de afrontamiento (Ver Tabla 1) que permiten conocer de forma detallada como el sujeto reacciona al encontrarse en situaciones que le producen estrés.

Por consiguiente, la familia es un ente importante dentro de la formación del niño y al referirnos a los jóvenes, se sabe que ellos atraviesan por un proceso de cambios y se ven obligados a afrontar particularmente las situaciones que se les presenta (Gómez y Miranda, 2021). Así, la teoría planteada por Folkman et al. (1986) manifiesta que ante situaciones amenazadoras las personas emplean estrategias que permiten resolver una situación en particular, es así que, se plantean estrategias centradas en el problema que abarcan maneras en las que el sujeto busca resolver el conflicto mediante acciones de búsqueda de soluciones, mientras que, en las estrategias centradas en las emociones buscan disminuir el malestar emocional que la persona siente al momento de presenciar un acontecimiento no favorecedor.

En resumen, el afrontamiento es una combinación de factores emocionales y conductuales que permiten que el sujeto tenga la capacidad para responder las demandas que se le presentan, evitando estrés y el daño que pueden generar dichas adversidades (Astorga et al., 2019).

Tabla 1

Estrategias de afrontamiento

Estrategias de Afrontamiento.	Características.
Resolución de problemas	Forma de pensar o actuar orientada a modificar la situación para disminuir el factor estresante.
Reestructuración cognitiva	Pensamiento que permite que el sujeto cambie el significado de del acontecimiento estresante.
Apoyo social	Búsqueda de apoyo emocional.
Expresión emocional	Forma de liberar las emociones producidas por el factor estresante.
Evitación de problemas	Evitar o negar las situaciones estresantes.
Pensamiento desiderativo	Pensamiento que refleja el deseo de que la realidad no fuera estresante.
Retirada social	Forma de alejarse de las personas con las que se asocia la situación estresante.
Autocrítica	Autoculparse o autocriticarse por un mal manejo de la situación estresante.

Nota: Tomado de González et al. (2017) en base a lo expuesto por Cano et al. (2007)

Recientemente, investigadores como Romero y Roca (2022) han examinado los efectos de los estilos de apego y estilos de crianza como predictores de la decisión para dejar el hogar parental en una población de 181 personas, dando como resultado que los estilos de apego ansioso, evitativo, temeroso y rechazante se dan en conjunto con un estilo de crianza autoritario, enfatizando así que, ambas variables influyen a la hora en la que el adulto joven decida salir del hogar, debido a que tan solo el 27,1% vivían fuera del hogar, mientras que el 72,9% vivían aun con sus padres.

Asimismo, en el estudio realizado por Rocha et al. (2019) se relacionó las variables dependencia emocional y estilos de apego en las relaciones románticas, obteniendo así una correlación positiva entre ambas variables, por ende, se infiere que el apego seguro podría prevenir relaciones afectivas que causen desequilibrio a la persona y de igual forma evitar la dependencia emocional.

También cabe mencionar que el estudio de las estrategias de afrontamiento cada vez cobra más importancia en áreas clínicas, educativas, sociales, laborales entre otras, siendo así que el trabajo de Narváez et al. (2021) comparó tanto las estrategias de afrontamiento con el bienestar psicológico frente al COVID – 19 en universitarios, concluyendo que existe una correlación directa entre las variables estudiadas, así, los individuos que logran resolver y afrontar situaciones problemáticas, presentan un mayor bienestar psicológico, percibiéndose como positivos, reguladores de emociones y con niveles altos de autoestima.

Los datos obtenidos del estudio ejecutado por Moyeda et al. (2021) que tiene como tema estrategias de afrontamiento, empatía y tendencia prosocial en universitarios, establecieron que, las variables tienen una relación positiva, reportando que las personas con estrategias centradas en el problema tienden a obtener niveles más altos de empatía y conducta prosocial, mientras que, aquellas personas que utilizan estrategias de evitación puntúan niveles bajos en empatía y conducta prosocial.

En esta línea, estudios como el de Bayrak et al. (2018) evidencian que las personas con tipo de apego ansioso desarrollan estrategias de afrontamiento inadecuadas presentando altos niveles de estrés, sin embargo, el apego de tipo evitativo no se relaciona con altos niveles de estrés. En conformidad a lo mencionado, Pang & Thomas (2020) concluyeron que las personas que están expuestas a un ambiente familiar de violencia presentan niveles altos de apego inseguro y niveles bajos de estrategias de afrontamiento, mientras que, por el contrario, aquellos que tenían niveles altos de apego seguro y estrategias de afrontamiento no experimentaron violencia familiar en sus hogares durante la adolescencia

Por último, en la publicación de Rohani y Esmaeili (2020) se halla una correlación positiva entre el estilo de apego inseguro y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción, considerando que un manejo adecuado de estrategias de afrontamiento centradas en el problema podría prevenir ideaciones suicidas en las personas.

Por lo tanto, pese a existir un cuerpo amplio de investigación de las variables planteadas, este trabajo tiene como hipótesis determinar la relación entre los estilos de apego y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios, por lo cual, los objetivos de estudio son, evaluar los estilos de apego en estudiantes universitarios, valorar las estrategias de afrontamiento y finalmente comparar los estilos de apego existentes entre hombres y mujeres estudiantes.

MÉTODO

Diseño: El enfoque de la investigación es cuantitativo porque se obtendrán medidas a través de instrumentos validados y estandarizados como es el Cuestionario de Experiencias en las Relaciones Cercanas-Revisadas ECR-R R adaptada a la población ecuatoriana Mosquera et al. (2022), y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento CSI Cano et al. (2007), además tiene un alcance descriptivo - correlacional porque primero se describen las variables estilos de apego y estrategias de afrontamiento para después determinar si existe relación. En cuanto al diseño se trata de un estudio no experimental, porque no se manipularán ni se contralarán las variables, y transversal ya que se aplicarán los instrumentos antes mencionados en una sola ocasión dentro de las instalaciones de la universidad.

Participantes: La muestra estuvo conformada por 323 estudiantes universitarios de Cotopaxi con un promedio de edad de 22.4 años (2.66). La técnica de muestreo utilizada fue no probabilística por conveniencia con criterios de inclusión y exclusión. Los criterios de inclusión fueron: (1) estar legalmente matriculado en el periodo octubre 2022 - marzo 2023 en la Universidad; (2) tener 20 años en adelante; (3) que hayan tenido pareja por lo menos una vez en su vida; (4) que tenga a su disposición un teléfono móvil o una computadora; y (5) haber firmado el consentimiento informado y mantener el deseo de participación en el estudio. Por otro lado, los criterios de exclusión fueron: (1) tener discapacidad visual, física e intelectual que impida completar las pruebas psicométricas; (2) estar bajo los efectos de alcohol u otras drogas al momento de ser evaluado; y (3) deseo de abandonar el estudio en cualquier momento de completar la prueba.

Instrumentos: Se recogieron los datos mediante la aplicación vía internet de un cuestionario sociodemográfico e instrumentos psicológicos para evaluar las variables de estudio. El cuestionario sociodemográfico recopiló información ad hoc sobre la edad, sexo, sector domiciliario, estado civil, con quien vive actualmente, situación socioeconómica familiar y situación académica - laboral.

Para evaluar los estilos de apego se utilizó el Cuestionario de Experiencias en las Relaciones Cercanas-Revisadas ECR-R (Mosquera et al., 2022), formado por dos factores: ansiedad ($\alpha = .91$) y evitación ($\alpha = .89$) con ítems en orden directo e indirecto (Nóbrega et al., 2018). Contiene 27 afirmaciones con opción de respuesta tipo Likert (1) nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre y (5) siempre que permiten identificar los estilos de apego (evitativo y ansioso), asimismo, su calificación refleja que a mayor puntaje mayor presencia de estilo de apego evitativo o ansioso (Mosquera et al., 2022).

Se aplicó el Inventario de Estrategias de Afrontamiento CSI con preguntas previamente validadas (Alpha de Cronbach, $\alpha = 0.89$) (Cabral et al., 2014). Además, su adaptación al español Cano et al. (2007), contiene 40 preguntas, con calificación tipo Likert (0) en absoluto; (1) un poco; (2) bastante; (3) mucho y (4) totalmente. Las estrategias que evalúa se clasifican en primarias, secundarias y terciarias, donde, 8 son las estrategias primarias (resolución de problemas, autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo, apoyo social, restructuración cognitiva, evitación al problema y retirada social). Con respecto a las estrategias secundarias y terciarias, aunque no fueron analizadas en el presente artículo, se dividen en manejo adecuado centrado en el problema y emoción, y manejo inadecuado centrado en el problema y emoción; finalmente, las estrategias terciarias se subdividen en manejo adecuado e inadecuado de las estrategias de afrontamiento. La calificación se obtiene sumando cada apartado entendiendo que, a mayor puntuación, mayor manejo de las estrategias de afrontamiento (González et al., 2017).

Procedimiento: La encuesta sociodemográfica y los reactivos psicológicos ECR-R Y CSI se aplicaron de forma virtual. Más adelante, los datos obtenidos a través de Google forms fueron descargados en formato Excel versión 2016 para su tabulación. Una vez ya organizada la información de los datos se utilizó Jamovi 2.3.18 (software estadístico con licencia gratuita) para realizar el análisis correlacional entre ambas variables. Antes de la aplicación de las pruebas a los estudiantes se les presentó la carta de consentimiento, especificando el objetivo general como los específicos, la confidencialidad de los resultados y la importancia de la participación.

RESULTADOS

A continuación, se realiza un análisis sobre los resultados del Cuestionario de Experiencias en las Relaciones Cercanas-Revisadas ECR-R y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento CSI. Primero, se describieron los datos sociodemográficos de la muestra, posteriormente los resultados obtenidos de la evaluación de estilos de apego y estrategias de afrontamiento, para después comparar las medias de estilo de apego ansioso por facultad. Finalmente, se realizó una correlación entre las variables de estudio (estilos de apego y estrategias de afrontamiento).

En la tabla 2 se describen los resultados que se obtuvieron de la encuesta sociodemográfica aplicada a los universitarios.

Tabla 2

Frecuencias de Identificación de los datos sociodemográficos

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Sexo:		
Mujer	177	54.8%
Hombre	146	45.2%
No declarado	0	0%
Total	323	100%
Sector domiciliario:		
Urbano	201	62.2%
Rural	122	37.8%
Total	323	100%
Estado civil:		
Soltero	294	91.0%
Casado	14	4.3%
Unión libre	14	4.3%
Divorciado	1	0.3%
Total	323	100%
Con quien vive actualmente:		
Solo	61	18.9%
Con mis padres	204	63.2%
Con mi pareja	26	8.0%
Otros	32	9.9%
Total	323	100%
Situación socioeconómica familiar:		
Muy buena	2	0.6%
Buena	60	18.6%
Regular	216	66.9%
Mala	45	13.9%
Total	323	100%
Situación académica y laboral:		
Solo estudio	204	63.2%
Estudio y trabajo	119	36.8%
Total	323	100%

Se observa que del total de participantes el 54.8% se identifica como mujer y el 45.2% como hombre; en cuanto al sector de vivienda el 62.2% pertenece al sector urbano y el 37.8% al rural; en relación al estado civil el 91.0% es soltero, el 4.3% casado, el otro 4.3% se mantiene en unión libre y el 0.3% divorciado; a continuación se reportó que el 63.2% vive con sus padres, el 18.9% vive solo, el 9.9% otros y el 8.0% con su pareja; de igual forma en la situación socioeconómica familiar el 66,9% es regular, el 18.6% buena, el 13.9% mala y el 0.6% muy buena; también, con respecto a la situación académica y laboral, el 63.2% sólo estudia, mientras que el 36.8% estudia y trabaja.

En la tabla 3 se presentan los resultados obtenidos sobre la evaluación de los estilos de apego ansioso y evitativo en la muestra seleccionada.

Tabla 3

Descripción cuantitativa de los estilos de apego

	Puntuación Apego Ansioso	Puntuación Apego Evitativo
n	323	323
Media	23.2	38.2
Desviación estándar	9.94	6.23
Mínimo	13	26
Máximo	57	54

Con respecto a la evaluación del apego ansioso se observó que la media es de 23.2 (9.94) el puntaje mínimo es de 13 y el máximo de 57, por otro lado, el estilo de apego evitativo presenta una media de 38.2 (6.23) con un puntaje mínimo de 26 y un máximo de 54.

En la tabla 4 se mostrarán los datos que se obtuvieron del inventario de estrategias de afrontamiento.

Tabla 4

Descripción cuantitativa de las estrategias de afrontamiento

Estrategias	n	Media	Desviación estándar	Mínimo	Máximo
Resolución de problemas	323	10.6	4.80	0	20
Autocrítica	323	7.80	5.05	0	20
Expresión emocional	323	8.24	4.61	0	20
Pensamiento desiderativo	323	9.28	5.78	0	20
Apoyo social	323	8.56	4.95	0	20
Reestructuración cognitiva	323	9.09	4.71	0	20
Evitación al problema	323	7.84	4.32	0	20
Retirada social	323	8.43	5.04	0	20

En relación con la media de puntuación de las estrategias de afrontamiento tenemos que en resolución de problemas existe una media de 10.6 (4.80); en autocrítica 7.80 (5.05); asimismo en

expresión emocional 8.24 (4.61); en pensamiento desiderativo la media es de 9.28 (5.78); en apoyo social 8.56 (4.95); restructuración cognitiva tiene una media de 9.09 (4.71); en evitación al problema 7.84 (4.32); y retirada social con 8.23 (5.04); con un puntaje mínimo de 0 y máximo de 20 en todas las estrategias.

En las tablas 5 y 6 se mostrarán los resultados de la comparación entre el estilo de apego ansioso y las diferentes facultades a las que se evaluaron.

Tabla 5

Descripción cuantitativa del estilo de apego ansioso por facultad

	Facultad	Apego Ansioso
n	Ingeniería Aplicadas	85
	Ciencias Humanas y Educación	77
Media	Ingeniería Aplicadas	20.3
	Ciencias Humanas y Educación	24.1
Desviación estándar	Ingeniería Aplicadas	8.30
	Ciencias Humanas y Educación	9.86
Mínimo	Ingeniería Aplicadas	13
	Ciencias Humanas y Educación	13
Máximo	Ingeniería Aplicadas	47
	Ciencias Humanas y Educación	57

Tabla 6

Prueba T para muestras independientes

		Apego Ansioso
		T de Welch
	Estadístico	-2.67
	gL	149
	P	0.008
	Diferencia de medias	-3.85
	EE de la diferencia	1.44
Intervalo de Confianza al 95%	Inferior	-6.69
	Superior	-1.00
	Tamaño del efecto (d de Cohen)	0.422

Nota: EE: Error estándar

Con una confianza del 95% las medias de las puntuaciones obtenidas en el estilo de apego ansioso en la facultad de ingenierías aplicadas (20.3) fue significativamente distinta a la facultad de ciencias humanas (24.1) ($t(149) = -2.67, p < 0,05$) con un tamaño del efecto pequeño (d de Cohen = 0.422).

Por último, tras comprobar los supuestos para utilizar una prueba paramétrica de correlación se identificó que no existe una distribución normal en ninguna de las puntuaciones obtenidas en los estilos de apego y estrategias de afrontamiento ($p < 0,01$), por tanto, al incumplirse el supuesto de normalidad se utiliza estadística no paramétrica a través de la prueba de correlación de rangos de Spearman.

En la tabla 7 se reflejan los resultados de la correlación entre los estilos de apego y las estrategias de afrontamiento.

Tabla 7

Contraste de una correlación

		Puntuación Apego Ansioso	Puntuación Apego Evitativo
Resolución de problemas	Rho de Spearman n	0.136*	0.062
	Valor p	0.014	0.270
Autocrítica	Rho de Spearman n	0.283***	0.117*
	Valor p	< .001	0.036
Expresión emocional	Rho de Spearman n	0.231***	0.072
	Valor p	< .001	0.196
Pensamiento desiderativo	Rho de Spearman n	0.337***	0.087
	Valor p	< .001	0.119
Apoyo social	Rho de Spearman n	0.120*	0.024
	Valor p	0.032	0.673
Reestructuración cognitiva	Rho de Spearman n	0.136*	0.070
	Valor p	0.015	0.207
Evitación al problema	Rho de Spearman n	0.197***	0.092
	Valor p	< .001	0.098
Retirada social	Rho de Spearman n	0.248***	0.094
	Valor p	< .001	0.090

Con un 95 % de confianza se observa que el estilo de apego ansioso presenta correlación positiva baja con las ocho estrategias de afrontamiento así: resolución de problemas ($p = 0.014$), autocrítica ($p < .001$), expresión emocional ($p < .001$), pensamiento desiderativo ($p < .001$), apoyo social ($p = 0.032$), reestructuración cognitiva ($p = 0.015$), evitación de problema ($p < .001$) y retirada social ($p < .001$); por el contrario, se observa que el estilo de apego evitativo presenta correlación únicamente con autocrítica ($p = 0.036$).

DISCUSIÓN

Posterior al análisis de datos se observó que, la media de estilo de apego ansioso es 23.2 (9.94), mientras que del estilo de apego evitativo es 38.2 (6.23). Así mismo, en cuanto a las estrategias de afrontamiento la más utilizada es resolución de problemas, y la menos reportada es autocrítica. De igual forma, se determinó que existe diferencia de estilos de apego ansioso según la facultad a la que pertenecen los estudiantes. Por último, se observó que existe una correlación positiva baja del estilo ansioso con todas las estrategias de afrontamiento.

Los resultados de estilo de apego presentados van en consonancia al estudio de Mayorga Parra y Mayorga y Vega (2021), ya que mencionan que, existe una predominancia en los resultados de apego ansioso y evitativo con el 61.88%, mientras que en el apego seguro solo se observa un 38.11%, a pesar de que en el presente estudio no se evaluó el estilo de apego seguro, también se pudo evidenciar una predominancia de las medias del estilo de apego ansioso tanto en la facultad de Ingeniería Aplicada (20.3 ± 8.30) como en la de Ciencias Humanas (24.1) y de la Educación. Opuesto a los resultados obtenidos Merlyn - Sacoto y Díaz - Mosquera (2021) rescatan de su publicación que el apego seguro en hombres y mujeres es mayor al apego inseguro que abarca tanto el apego evitativo como ansioso. Una de las posibles causas de esta diferencia en los resultados encontrados podría atribuirse al instrumento de evaluación utilizado, en el presente estudio se utilizó el Cuestionario de Experiencias en las Relaciones Cercanas-Revisadas ECR-R, mientras que en el de Merlyn - Sacoto y Díaz - Mosquera (2021) se utilizó el instrumento de apego Relationship Questionnaire (RQ).

En base a los resultados de estrategias de afrontamiento encontramos que en el estudio de Pardo y González (2019), determinaron que las estrategias centradas en el problema son las más utilizadas en su población (61 universitarios). Así mismo, Reyes et al. (2017) al evaluar a jóvenes mexicanos con preguntas abiertas se determinó que la estrategia de más uso fue la directa relacionada con el problema. Por tal motivo, al comparar ambas investigaciones con los datos de nuestra población, y a pesar de no utilizar los mismos instrumentos de evaluación, podemos inferir que la estrategia de afrontamiento más utilizada es la resolución de problemas que pertenece a una de las estrategias centradas en el problema, es decir, que probablemente los universitarios busquen hacer frente a las adversidades que se les presenta no solo a nivel académico, sino también en su diario vivir.

En el estudio de Rohani y Esmaeili (2020) en donde se evalúan los estilos de apego, estrategias de afrontamiento y actitudes disfuncionales" se registró la existencia de una correlación positiva entre los estilos de apego y estrategias de afrontamiento, exponiendo así, de forma detallada que el estilo de apego evitativo se relaciona con las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, y no con el centrado en el problema. Al igual que en el presente estudio se puede ver que el estilo de apego evitativo únicamente se relaciona con la autocrítica que forma parte de las estrategias centradas en la emoción.

En contra posición a los resultados obtenidos, en el estudio de Bayrak et al. (2018) realizado a 180 universitarios se incluyó variables como el autoconcepto y factores de estrés percibidos. Los autores indican que las personas que presentan apego ansioso no ocupan de forma adecuada las estrategias de afrontamiento, es decir, este tipo de apego influye de forma negativa al momento de emplear estrategias, mientras que, en el estilo de apego evitativo no se encuentra ninguna correlación, sin embargo, en el presente estudio se pudo observar que a mayor apego ansioso mayor uso de las estrategias de afrontamiento (tanto adecuadas como inadecuadas). Una de las explicaciones de los resultados obtenidos probablemente se pueda atribuir al momento de la evaluación (postpandemia) (OMS, 2019). Es decir, los resultados si pueden verse influenciados por el contexto (pre y post pandemia) para el uso de más o menos estrategias y las maneras de relacionarse con la pareja, ante los cuidados que recomendados por la (OMS, 2019).

Posiblemente las personas con estilo de apego ansioso usan mayor cantidad de estrategias de afrontamiento adecuadas porque el hecho de estar en hipervigilancia gran parte del tiempo genera una mayor facilidad al momento de tomar decisiones para disminuir el estrés, pero también el uso de estrategias de afrontamiento inadecuadas podría estar relacionada con la necesidad de atención que busca recibir de su pareja; mientras que las personas con un estilo de apego ansioso al necesitar ser autosuficientes pueden tratar de ser exigentes consigo mismo y autocriticarse por las actitudes o pensamientos que tienen ante determinados problemas.

En cuanto a las limitaciones a las que se enfrentó el estudio cabe mencionar: (1) no se utilizó un instrumento que evalúe estilo de apego seguro, por tanto, la comparación de resultados con otras investigaciones es complejo, (2) evaluar únicamente seis carreras de las 18 dentro de las facultades de la universidad seleccionada, acorta las posibilidades de obtener resultados que permitan generalizar los datos por el uso de pruebas no paramétricas, por tanto, se recomienda aumentar las carreras para que exista mayor heterogeneidad en la muestra y la cantidad de evaluados y (3), no se pudieron corroborar y comparar de una manera amplia los resultados obtenidos, porque hay pocos estudios sobre el apego adulto en universitarios, sería interesante aumentar el marco teórico de esta variables en esta población que según Espinoza et al. (2017) mencionan que, muchos de los problemas de pareja en universitarios puede ser explicado parcialmente por el tipo de apego que presentan, además es en esta edad que los adultos jóvenes comienzan a buscar establecer relaciones, debido a que ya logran alcanzar su identidad y autovaloración.

CONCLUSIÓN

Por tanto, se concluye que el estilo de apego ansioso se correlaciona positivamente en una intensidad baja con las ocho estrategias de afrontamiento evaluadas (resolución de problemas, autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo, apoyo social, restructuración cognitiva, evitación al problema y retirada social), mientras que, el estilo de apego evitativo sólo se relaciona con la autocrítica. Es decir que a mayor estilo de apego ansioso mayor uso de estrategias de afrontamiento adecuadas e inadecuadas.

A su vez, al evaluar los estilos de apego en estudiantes universitarios se encontró que el estilo de apego ansioso presenta una media inferior con respecto al estilo de apego evitativo. De esta manera existe mayor cantidad de estudiantes con un estilo de apego evitativo. Por otro lado, en cuanto a la valoración de las estrategias de afrontamiento se infirió que la más utilizada es resolución de problemas y la menos utilizada es autocrítica. Por tanto, la mayor parte de los evaluados prefieren hacer frente a los problemas que les generan estrés, mientras que, un porcentaje mínimo tiende a autoculparse o autocriticarse por un mal manejo de la situación estresante. En base a lo expuesto, sería interesante poder realizar un entrenamiento en estrategias de afrontamiento para después volver a evaluar y observar si las puntuaciones se modifican o se mantienen.

Finalmente, al comparar el estilo de apego ansioso por facultad se encontró que en ingenierías aplicadas existe una media menor a la de ciencias humanas y educación, por tanto, los universitarios que estudian alguna carrera dentro de la facultad de ciencias humanas y de la educación son más propensos a presentar un estilo de apego ansioso a diferencia de los que estudian en la facultad de ingenierías aplicadas.

REFERENCIAS

- Astorga, M. C. M., Finez-Silva, M. J., Anjos, E. M. dos, Pérez-Lancho, M. C., Urchaga-Litago, J. D., & Vallejo-Pérez, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), Art. 1. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1542>
- Bayrak, R., Güler, M., & Şahin, N. H. (2018). The mediating role of self-concept and coping strategies on the relationship between attachment styles and perceived stress. *Europe's Journal of Psychology*, 14(4), 897-913. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1508>
- Bowlby, J. (1989). Una base segura: Aplicaciones clínicas de una teoría de apego. (Primera edición). PAIDÓS; <https://holossanchezbodas.com/wp-content/uploads/2021/08/John-Bowlby-Una-base-segura.pdf>.
- Brennan, K., Clark, C., & Shaver, P. (1998). Self-Report Measures of Adult Attachment. <http://labs.psychology.illinois.edu/~rcfraley/measures/brennan.html>
- Cabral-Gallo, M. D. C., Delgadillo-Hernández, A. O., Jiménez-Alzaga, N. L., Delgado-Hernández, S., & Sánchez-Zubieta, F. A. (2014). Estrategias de afrontamiento del equipo multiprofesional ante la muerte del paciente pediátrico con cáncer. *trilogía Ciencia Tecnología Sociedad*, 6(11), 115. <https://doi.org/10.22430/21457778.500>
- Cadena, C. V. P., & Echeverría, R. A. P. (2021). Estilos de Apego en Mujeres Víctimas de Violencia. *Revista Científica*, 6(22), Art. 22. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2021.6.22.1.21-37>
- Cano García, F. J., Rodríguez Franco, L., & García Martínez, J. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 35 (1), 29-39.
- Chávez Salazar, E. E., & Vines Centeno, M. R. (2019). El ambiente familiar y su incidencia en el apego materno infantil: Importancia de las relaciones afectivas en edad temprana. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida*, 3(6), 324. <https://doi.org/10.35381/s.v.v3i6.352>
- Espinoza, V., Salinas, J., & Torres, C. (2017). Incidencia del duelo en la ruptura amorosa en estudiantes universitarios en un Centro de Crisis, Emergencias y Atención al Suicidio (CREAS) | Lector mejorado de Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.jbhsi.2018.01.001>
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. 12.
- Fraley, R. C. (2019). Attachment in Adulthood: Recent Developments, Emerging Debates, and Future Directions. *Annual Review of Psychology*, 70(1), 401-422. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102813>
- García, M. (2018). El papel del apego y el afrontamiento en los divorcios conflictivos. Universidad Pontificia ICAI – ICADE. Madrid.
- Gómez Santos, C. K., & Miranda Cortegana, C. M. (2021). Estilos de apego y autoestima en adolescentes de una Institución educativa privada de la ciudad de Cajamarca.
- González W., Y., Ortega de Gómez, E., Castillo De Lemos, R., Whetsell, M., & Cleghorn Spencer, D. C. (2017). Validación de la Escala Inventario de Estrategias de Afrontamiento, Versión Española de Cano, Rodríguez, García (2007), En el contexto de Panamá. *Enfoque. Revista Científica de Enfermería*, 21(17), 109-133. <https://doi.org/10.48204/j.enfoque.v21n17a7>

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. 14.

López, R. L. G. (2017). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en funcionarios de una Institución Educativa. *ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), Art. 2.
<https://revistacientifica.uamericana.edu.py/index.php/academo/article/view/76>

Mayorga Parra, J. A., & Vega Flacón, V. (2021). Relación entre estilos de apego y estrategias de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Psicología UNEMI*, 5(9), 46-57.
<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol5iss9.2021pp46-57p>

Merlyn Sacoto, M. F., & Díaz Mosquera, E. (2021). Apego y sexismo en población adulta entre 18 y 60 años en Quito, Ecuador. *Ciencias Psicológicas*. <https://doi.org/10.22235/cp.v15i2.2302>

Mosquera, E. D., Vaca, G. L., Sacoto, M.-F. M., Herrera, R. M., & Nóbrega, M. (2022). Características psicométricas del ECR-R (Experiences in Close Relationships-Revised) en población ecuatoriana. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 14(1), Art. 1.
<https://doi.org/10.32348/1852.4206.v14.n1.29719>

Moyeda, I. X. G., Ojeda, F. J. R., & Velasco, A. S. (2021). Relación entre la violencia de pareja, el afrontamiento y el ambiente familiar en estudiantes universitarios. *Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social*, 7(1), Art. 1.
<https://doi.org/10.22402/j.rdiipycs.unam.7.1.2021.317.86-104>

Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L. M., Hernández-Ordoñez, K. M., Cruz-Gordon, E. K. D. la, Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L. M., Hernández-Ordoñez, K. M., & Cruz-Gordon, E. K. D. la. (2021). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. *Universidad y Salud*, 23(3), 207-216. <https://doi.org/10.22267/rus.212303.234>

Nóbrega, M., Nuñez, J. del, Alcántara Zapata, N., Barrera Parra, V. A., Cabrerizo, P., Castañeda Valdivia, E. A., Jesús Peña, M. M., Nóbrega Olivera, Á., Oré Luján, B., Palomino, A., Ramírez Barrantes, R. J., Vásquez Samalvides, L. C., Nóbrega, M., Nuñez, J. del, Alcántara Zapata, N., Barrera Parra, V. A., Cabrerizo, P., Castañeda Valdivia, E. A., Jesús Peña, M. M., ... Vásquez Samalvides, L. C. (2018). Propiedades psicométricas de una versión en español del Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R). *Revista de psicología (Santiago)*, 27(2), 1-13.
<https://doi.org/10.5354/0719-0581.2019.52308>

Organización Mundial de la Salud. (2019). COVID-19: Cronología de la actuación de la OMS. <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline--covid-19>

Organización Mundial de la Salud. (2019). Orientaciones para el público. <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

Organización Mundial de la Salud. (2021). Violencia contra la mujer. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

Ortiz-Granja, D., Acosta-Rodas, P., Rubio, D., Lepe-Martínez, N., Valle, M. D., Caden, D., López, E., Hinojosa, F., & Galarza, C. R. (2019). Consideraciones teóricas acerca del apego en adultos. *Avances en Psicología*, 27(2), Art. 2. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2019.v27n2.1793>

Pang, L. H. G., & Thomas, S. J. (2020). Exposure to Domestic Violence during Adolescence: Coping Strategies and Attachment Styles as Early Moderators and their Relationship to Functioning during Adulthood. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 13(2), 185-198.
<https://doi.org/10.1007/s40653-019-00279-9>

Pardo Carballido, C., & González Cabanach, R. (2019). El impacto de un programa de meditación Mindfulness sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. *European Journal of Health Research*, 5(1), 51. <https://doi.org/10.30552/ejhr.v5i1.137>

Rentería, A. M., Ovando, P. S. del C., & Hernández, Y. A. Q. (2022). Estilos de apego e infidelidad. Una revisión de la literatura. *El Psicólogo Anáhuac*, 22, 7-16. https://doi.org/10.36105/psic_anah.2022v22.01

Reyes Perez, V., Alcazar Olan, J. R., Resendiz Rodriguez, A., & Flores Morales, R. (2017). Miedo, ansiedad y afrontamiento. Estudiantes universitarios mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 10(1), 83-92. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.10110>

Rocha Narváez, B. L., Umbarila Castiblanco, J., Meza Valencia, M., Riveros, F. A., Rocha Narváez, B. L., Umbarila Castiblanco, J., Meza Valencia, M., & Riveros, F. A. (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. <https://doi.org/10.15332/22563067.5065>

Rohani, F., & Esmaeili, M. (2020). Psychological factors of vulnerability to suicide ideation: Attachment styles, coping strategies, and dysfunctional attitudes. *Journal of Education and Health Promotion*, 9, 6.

Romero, D. O. H., & Roca-Chiapas, J. M. D. la. (2022). Estilos de apego y estilos de crianza como predictores de la decisión de dejar el hogar parental en adultos jóvenes. *EDUCATECONCIENCIA*, 30(36), Art. 36. <https://tecnocientifica.com.mx/educateconciencia/index.php/revistaeducate/article/view/540>

Tobin, D. L., Holroyd, K. A., Reynolds, R. V., & Wigal, J. K. (1989). The hierarchical factor structure of the coping strategies inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13(4), 343-361. <https://doi.org/10.1007/BF01173478>