UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALENCIA

“San Vicente Mártir”

“INFLUENCIA ENTRE LOS TIPOS DE APEGO Y LAS RELACIONES DE PAREJA”

-REVISIÓN SISTEMÁTICA-

TRABAJO FIN DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE “GRADO EN ENFERMERÍA”

Presentado por:
CLARA BELDA MARTÍNEZ

Tutor/a:
Dr. DAVID SANCHO CANTUS

Alzira, a 11 de mayo de 2020

AGRADECIMIENTOS

El presente trabajo de fin de grado ha sido supervisado por el Dr. David Sancho Cantus y María Cuerda Ballester, a los que me gustaría en primer lugar expresar mi agradecimiento por hacer posible la realización de este estudio. Además de la dedicación, el apoyo y el respeto de mis ideas, así como la severidad que han facilitado a las mismas. Gracias por la confianza ofrecida desde el primer momento.

Un trabajo de fin de grado es también producto del reconocimiento y soporte que nos dedican las personas que nos quieren, sin el cual no tendríamos la energía que nos anima a progresar como personas y como profesionales.

Gracias a mis amigos, que siempre me han proporcionado un gran apoyo moral y que son necesarios en los momentos difíciles de todos estos años de estudio donde siempre nos hemos apoyado mutuamente.

Gracias a mi pareja, por su paciencia, compresión y respaldo incondicional en este trabajo. Por animarme a lograr este sueño que se está haciendo realidad e impulsarme a ser mejor cada día para que me sienta orgullosa de mí.

Pero, sobre todo, gracias a toda mi familia por estar ahí siempre, apoyándome y animándome en cada momento difícil. Y en especial, gracias a mi madre, por ser el apoyo más grande durante toda mi educación, ya que sin ella no hubiera logrado mis metas y sueños. Por ser mi ejemplo a seguir, por enseñarme a que todos los días se aprende algo nuevo independientemente de las circunstancias y el tiempo y porque sin su soporte no hubiera llegado hasta aquí y por ello, este trabajo también es el suyo.

A todos, muchas gracias.

ACRÓNIMOS.

BARE: The Brief Scale of Accessibility, Responsiveness and Engagement.

CFI: Comparative Fit Index.

EQ-i: Emotional Quotient Inventory.

EM: Enriched Marriage.

ECR: Experiences in Close Relationships.

GRIMS: Golombok-Rust Inventory Marital Status.

IE: Inteligencia Emocional.

LSQ: Lifestyle quiz.

MSI: Marital Satisfaction Inventory.

NLM: National Library of Medicine.

NCBI: National Center for Biotechnology Information.

ONU: Organización de las Naciones Unidas.

RAAS: Revised Adult Attachment Scale.

RS: Revisión Sistemática.

RMSEA: Root Mean Square Error of Approximation.

TLI: Índice de Tucker-Lewis.

ÍNDICE

RESUMEN 8

ABSTRACT 9

1. INTRODUCCIÓN. 10

1.1 TEORÍA DEL APEGO. 10

1.1.1 FUNCIONES Y EFECTOS DEL APEGO. 11

1.1.2 TIPOS DE APEGO. 12

1.2 EVOLUCIÓN DEL APEGO DESDE EL EMBARAZO HASTA LA ADOLESCENCIA. 14

1.3 EL APEGO EN LA ADOLESCENCIA. 16

1.4 EL APEGO Y LAS RELACIONES DE PAREJA DURANTE LA ADOLESCENCIA. 17

1.5 EL APEGO EN LAS RELACIONES AMOROSAS. 18

1.6 EL APEGO COMO ESTRATEGIA REPARADORA 22

2. JUSTIFICACIÓN. 23

3 OBJETIVOS. 24

3.1 OBJETIVO PRINCIPAL. 24

3.2 OBJETIVOS SECUNDARIOS. 24

4. MATERIAL Y MÉTODOS. 25

4.1 BÚSQUEDA BIBLIOGRÁFICA. 25

4.1.1 FUENTES DE INFORMACIÓN Y PERIODO DE BÚSQUEDA. 25

4.1.2 PALABRAS CLAVE. 26

4.1.3 LÍMITES DE BÚSQUEDA. 26

4.2 SELECCIÓN DE ESTUDIOS. 29

4.2.1 PROCESO DE SELECCIÓN. 29

4.2.2 CRISTERIOS DE INCLUSIÓN. 30

4.2.3 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN. 30

5. RESULTADOS. 31
5.1 SELECCIÓN DE LOS ESTUDIOS POR ETAPAS. 31
5.2 SELECCIÓN DE LOS RESULTADOS POR ETAPAS. 32
5.3 ESTUDIOS INCLUIDOS, EXCLUIDOS Y RAZONES DE EXCLUSIÓN. 32
5.3.1 ESTUDIOS INCLUIDOS. 32
5.3.2 ESTUDIOS EXCLUIDOS. 35
5.4 CARACTERÍSTICAS DE LOS ESTUDIOS INCLUIDOS. 37
5.4.1 DESCRIPCIÓN DE LOS ESTUDIOS INCLUIDOS EN LA REVISIÓN. 41
5.5 EVALUACIÓN DE LA CALIDAD DE LOS ESTUDIOS. 52
6. DISCUSIÓN. 54
6.1 RESUMEN DE LA EVIDENCIA DE LOS ESTUDIOS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS. 54
6.2 RECOMENDACIONES BASADAS EN LA EVIDENCIA. 56
6.2.1 IMPLICACIONES EN LA INVESTIGACIÓN. 56
6.2.2 IMPLICACIONES EN LA PRÁCTICA. 56
6.3 LIMITACIONES DEL ESTUDIO. 57
6.4 FORTALEZAS DE LA REVISIÓN SISTEMÁTICA. 57
7. CONCLUSIONES. 59
8. BIBLIOGRAFÍA. 60
9. ANEXOS. 67
9.1 ANEXO 1: PREGUNTA PICO. 67
9.2 ANEXO 2: Mohammadi 2016 68
9.3 ANEXO 3: Guzmán 2015 69
9.4 ANEXO 4: Ripoll-Núñez, 2011 70
9.5 ANEXO 5: Gómez-Zapiain, 2011 72
9.6 ANEXO 6: Reza 2016 74

9.7 ANEXO 7: Pedro 2015 76

9.8 ANEXO 8: Molero 2011 77

9.9 ANEXO 9: Scheeren 2014 78

9.10 ANEXO 10: Sandberg 2017 79

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.

Ilustración 1. John Bowlby 10
Ilustración 2. Mary Ainsworth 12

ÍNDICE DE TABLAS.

Tabla 1. Palabras clave con sus respectivos descriptores MESH, DECS Y TEXTO LIBRE. 26
Tabla 2. Resultados obtenidos de las distintas búsquedas. 28
Tabla 3. Pregunta PICO. 30
Tabla 4. Artículos incluidos en la revisión sistemática. 33
Tabla 5. Artículos excluidos y motivos. 36
Tabla 6. Calidad de los estudios incluidos en la RS. 53

ÍNDICE DE GRÁFICAS.

Gráfica 1. Número de artículos por años. 37
Gráfica 2. Número de artículos según países. 38
Gráfica 3. Número de muestras en cada estudio. 39
Gráfica 4. Duración en años de las parejas de cada estudio. 40

RESUMEN

INTRODUCCIÓN: Los estilos de apego que se experimentan durante la infancia pueden condicionar el tipo de relaciones que se mantienen en etapas posteriores de la vida. Por ello, dependiendo del tipo de apego de cada persona, existirá una mayor o menor predisposición a la formación de una relación de pareja sana, dañina, obsesiva o desconfiada.

OBJETIVO: En esta revisión sistemática se pretende analizar las publicaciones más importantes que vinculen el apego y las relaciones de pareja.

MATERIAL Y MÉTODOS: Se utilizaron distintas bases de datos informáticas para la búsqueda de la información entre las que se encuentran "PubMed", "EBSCO", "Dialnet", "Lilacs" e "IntraMed" y bibliotecas virtuales como SciELO. Del total de los artículos obtenidos (121) se realizó una selección a través de las pautas que establece el grupo PRISMA y se utilizó la aplicación web "Fichas de Lectua Crítica 3.0" para evaluar la calidad de los artículos.

RESULTADOS: De todos los artículos obtenidos, se incluyeron 9 en la revisión sistemática. Después de aplicar "Fichas de Lectura Crítica 3.0" para evaluar la calidad se obtuvieron 4 estudios con una calidad científica alta, 4 con una calidad media y 1 con una calidad baja.

CONCLUSIONES: Se puede afirmar que existe una evidencia en que los estilos de apego influyen en la satisfacción de las relaciones de pareja y que el apego seguro es el más óptimo ya que todos los estudios incluidos han sido favorables hacia este tipo de apego.

PALABRAS CLAVE: Apego, apego seguro, apego ambivalente, apego evitativo, apego desorganizado, relaciones de pareja y satisfacción marital.

ABSTRACT

INTRODUCTION: The attachment styles that are experimented in the childhood may condition the kind of relationships that they keep in the later stages of life. Therefore, depending on the type of attachment of each person, there would be there will be a greater or lesser predisposition to the development of a healthy, unhealthy, obsessive or distrustful relationship.

OBJECTIVE: In this systematic review, the purpose is to analyze the most important publications that link the attachment and love relationships.

MATERIAL AND METHODS: It was used different computer databases in order to search for the relevant information. Some of that bases are: “PubMed”, “EBSCO”, “Dialnet”, “Lilacs” e “IntraMed.” and other virtual libraries like SciELO. From the total of searched articles (121) there was a selection using the group PRISMA guidelines. It was used the web app “Critical Reading Files 3.0” in order to evaluate the quality of the articles.

RESULTS: Of all articles obtained, 9 were included in the systematic review. After applying the "Critical Reading Files 3.0" to evaluate the quality of the articles, the results showed that 4 of those articles had high scientific quality, 4 had medium quality and 1 had low quality.

CONCLUSIONS: The results show an evidence that the styles of attachment influence the level of satisfaction in the posterior relationships. They also show that the secure attachment is most optimal since all included studies have been favorable towards this type of attachment.

KEY WORDS: Attachment, secure attachment, anxious attachment, disorganized attachment, avoidant attachment, love relationships and marital satisfaction.

1. INTRODUCCIÓN.

John Bowlby, como posteriormente veremos, es el precursor del estudio del apego en las relaciones humanas. Éste, realizó un trabajo voluntario en una escuela para niños inadaptados en el cual observó a dos niños de la escuela; uno de ellos se caracterizaba por ser aislado, distante, sin afecto, que había sido expulsado de su escuela anterior por robo y no había tenido una figura materna estable. Mientras que el otro, era ansioso, se adaptaba a cualquier situación, seguro y sí había tenido una figura materna estable. Convencido por la influencia de las relaciones familiares tempranas en el desarrollo de la personalidad, Bowlby decidió empezar a estudiar psiquiatría infantil y a partir de ello, estableció los criterios de apego. (1)

Existen diversas formas de conceptualizar el apego y a lo largo de la historia han sido diversos los autores que se han aproximado al estudio de este fenómeno. Una posible definición sería aquella en la que el apego se puede describir como los vínculos emocionales que la gente forma con otras personas a lo largo de su vida, primero con su cuidador principal y después con sus amigos, su pareja, sus compañeros y/o sus hijos. (2)

Según otros autores como Ortiz Barón y Yarnoz Yaben, el apego se entiende como el lazo afectivo que se establece entre el niño y una figura específica, que une a ambos en el espacio, perdura en el tiempo, se expresa en la tendencia estable a mantener la proximidad y cuya vertiente subjetiva es la sensación de seguridad.(2)

1.1 TEORÍA DEL APEGO.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) solicitó a John Bowlby que realizara un estudio sobre las dificultades que tuvieron los niños huérfanos y sin hogar tras la Segunda Guerra Mundial. A partir de este, surgió la Teoría del apego, definida como la descripción de la relación entre las vivencias y relaciones emocionales en la infancia y sus comportamientos.

Ilustración 1. John Bowlby (4)

Su teoría se basa en cuatro principios:(3)

-En primer lugar, se encuentra, la necesidad innata del niño de unión con una figura principal de apego. Bowlby creía que debería existir un vínculo primario más importante que los otros y cualitativamente diferente. Este vínculo hacía referencia a la madre mayoritariamente pero no descartaba la posibilidad de existencia de otras figuras de apego. El comportamiento del niño provoca afinidad con el cuidador, ya que los cuidadores responden a ellos de manera que se crea una interacción mutua.

-En segundo lugar, el niño debe recibir el cuidado continuo de la figura de apego más importante durante los primeros años de vida. Para Bowlby, la interrupción del vínculo primario podría dar lugar a problemas cognitivos, sociales y psicológicos del bebé.

-En tercer lugar, se encuentra que la separación a corto plazo de una figura de apego conduce a angustia. Bowlby halló que la angustia pasa por tres fases progresivas:

- Protesta: el niño protesta cuando la figura de apego se va. Si no se encuentra esta figura, las llamadas de atención crecerán.
- Desesperación: las protestas del niño empiezan a pararse. El niño se niega a acomodarse con los demás y parece desinteresado por todo.
- Desapego: si la separación continúa, el niño se relacionará con otras personas de nuevo de manera que cuando vuelva su cuidador lo rechazará y presentará signos de ira.

-En cuarto y último lugar, Bowlby sostiene que la relación de apego del niño con su cuidador principal orienta al progreso de un patrón de trabajo interno. Según Bowlby, el patrón de trabajo interno se caracteriza por un modelo de otros como confianza, un modelo del yo como valioso y como efectivo al interactuar con los demás. Esto conducirá el comportamiento social y emocional en el futuro del niño.

1.1.1 FUNCIONES Y EFECTOS DEL APEGO.

Al nacer, nadie es capaz de regular sus propias emociones, por lo tanto, es necesario establecer un apego con el cuidador más cercano, ya que él ayudará a regular el sistema emocional respondiendo a las señales o reacciones emocionales.

Las funciones principales del apego son: [5]

- Mantenimiento de la proximidad.
- Apoyo seguro desde el cual explorar el mundo.
- Protección segura en el cual buscar consuelo y seguridad ante el peligro o la amenaza.

Lafuente, en el 2000, mantuvo que una relación de apego adecuada produce en los niños los siguientes efectos: [5]

- Obtienen mejor desarrollo intelectual y superioridad en algunos aspectos del lenguaje.
- Mayor adelanto en el reconocimiento de los demás y de sí mismo y en el funcionamiento metacognitivo.
- Son más flexibles, abiertos, positivos y realistas en el procesamiento de la información.
- Poseen mayor inteligencia social y superioridad en la conducta exploratoria.
- En la etapa adulta poseen un mejor rendimiento laboral.
- Manifiestan cualidades personales favorables al desarrollo cognitivo.

Ilustración 2. Mary Ainsworth [7]

1.1.2 TIPOS DE APEGO.

Ainsworth, en 1960, evaluó la calidad del apego durante los dos primeros años de vida mediante una investigación denominada "situación extraña" en la cual se pretendía observar la reacción del niño en relación con su madre en episodios estresantes de corta duración. Estos episodios comprendían una situación desconocida, el encuentro con una persona desconocida y la separación con su madre.

A partir del estudio mencionado anteriormente, se obtuvieron los distintos tipos de apego en función de la vinculación del niño con su figura de apego: [6]

- Apego seguro: el niño tiene confianza en los recursos, ayudas y comprensiones que la figura de apego le dará en situaciones complicadas. Se siente animado para indagar. La figura de apego se encuentra atenta a las señales del niño y está preparada para responder. Expresa tanto sentimientos positivos como negativos y este tipo de apego produce sentimientos de pertenencia, aceptación de uno mismo y confianza. Los padres se muestran disponibles ofreciendo respuesta al niño según su estado emocional. Son capaces de detectar las necesidades del niño en sí mismas.
- Apego inseguro huidizo – evitativo: el niño tiende a evitar a su madre. Muestra mayor o igual angustia ante los padres que ante personas desconocidas. Se sienten indiferentes con los adultos e intentan vivir emocionalmente sin el amor y apoyo de los demás. Los padres de este tipo de niños se relacionan con el niño con rechazo, hostilidad y angustia. La figura principal no sabe actuar ante las necesidades del bebé y, por lo tanto, las niegan, distanciándose de este o presionándole a cambiar su estado emocional.
- Apego inseguro ansioso-ambivalente: el niño no está seguro de que la figura de apego esté disponible para responder. La presencia de la madre no le tranquiliza después de separarse. Por ello, reacciona de forma ambivalente, primero rechazando a su madre y enseguida buscando el contacto. La indagación del mundo le causa angustia y evita las conductas exploratorias. En ocasiones, pueden presentar rabia, miedo y malestar. Todo ello se debe a que el comportamiento de los padres se caracteriza por una falta de atención con el bebé sin llegar a rechazarlo que convierte los cuidados en incoherentes.
- Apego inseguro desorganizado-indiscriminado: Se produce una relación desorganizada y cambiante con adultos, mediante comportamientos aparentemente casuales, confusos y desorganizados. Hay una fluctuación desorganizada entre búsqueda y evitación. Los padres se muestran con incompetencias parentales severas y crónicas, generalmente irrecuperables: patologías psiquiátricas crónicas, alcoholismo y toxicomanías. Es habitual el estilo parental violento, desconcertante, impredecible. Se produce aquí una contradicción vital: si el niño se acerca buscando apego, provoca ansiedad en

el progenitor; si se aleja, éste se siente provocado, y orientará su ansiedad a través de comportamientos hostiles y de rechazo.

1.2 EVOLUCIÓN DEL APEGO DESDE EL EMBARAZO HASTA LA ADOLESCENCIA.

Durante la gestación del bebé, se desarrollan en la mente de la mujer embarazada imágenes, esperanzas, expectativas, temores y deseos sobre su futuro hijo, como también de sí misma como madre y de su historia de apego. La importancia de estas representaciones se encuentra en su influencia en la futura conducta interactiva de la madre con el bebé. Se realizó un estudio a partir del cual los resultados obtenidos indican que: [8]

- La **madre con Apego Seguro** presenta una imagen equilibrada coherente y flexible del niño, así como una concepción de sí misma como capaz de proporcionar cuidado y seguridad. Presenta confianza en sí misma y tanto en el parto como en la posterior crianza. Su capacidad para ser madre viene determinada por sus propias características, intereses y actividades al igual que por las características, intereses y actividades del futuro hijo.
- La **madre con Apego Inseguro Ambivalente** representa pensamientos pesimistas en cuanto al desarrollo del embarazo. Los cambios emocionales propios de la gestación son de gran intensidad y poco autorregulada, observando una excitación de los afectos. La seguridad en el parto está puesta en los otros y existe una falta de confianza en sí misma. Le surgen pensamientos terroríficos respecto al parto, en relación al dolor físico, además de, la posibilidad de daño y muerte de ella o del bebé. Los temores relacionados consigo misma como madre, se relacionan con fallar en la protección y cuidado del bebé y con no ser una buena madre. El estilo maternal transmitido por la propia madre es considerado inconsistente e insegurizador.
- La **madre con Apego Inseguro Evitativo** se esfuerza por evitar tener representaciones tanto del feto, como de sí misma como futura madre y espera a sentirse segura de su capacidad para serlo. Además, intenta

evitar pensamientos sobre ella en el rol de madre y es ella misma la que representa la forma de relacionarse bien con su hijo a través del apego y la conexión emocional. A diferencia de los demás tipos, en este, la mujer embarazada no busca apoyo en los demás, sino que confía en ella misma.

La causa que impulsa al bebé al contacto con la madre viene determinada por el sistema de conductas formado por la interacción de la genética y el ambiente con el objetivo de la supervivencia individual. (9)

En un estudio experimental de Ainsworth, en 1963, se obtuvo que los bebés de 11 a 36 meses expresaban una mayor ansiedad al separarlos de su figura de apego, los cuales presentaban una disminución de la conducta de juego. Con dos y tres años también expresaban ansiedad, pero de manera que iban creciendo esta angustia se veía disminuida. A partir del medio año es cuando el niño llora y siente temor a los extraños al separarse de la figura de apego principal. De manera que el niño va creciendo aprende a socializarse y a adaptarse a diferentes circunstancias. (9)

Según indicaron los autores Musitu y Allat, en 1994, la socialización es un proceso de aprendizaje no formalizado e inconsciente en el que el niño, a través de la familia, incorpora conocimientos, actitudes, valores, sentimientos y necesidades que representarán su forma de adaptación al ambiente. (5)

La expresividad emocional infantil está ligada a la familia y especialmente a la madre, ya que ésta funciona como ejemplo de conducta y como guía ante los distintos estímulos emocionales ambientales. (5)

Los padres no sólo socializan a través del lenguaje y la educación, sino que actúan como modelos potentes en lo que se refiere a la vida emocional; así los padres más expresivos emocionalmente, tanto negativa como positivamente, desarrollan en sus hijos conductas más victoriosas socialmente. (5)

La familia tiene una función protectora y socializadora. El niño establecerá relaciones con el mundo exterior, manifestándose a través de la seguridad que los miembros de la familia proporcionen. Se producen uniones y lazos que definen su

estructura funcional. La ruptura de una unión o lazo implica la reestructuración de la dinámica familiar. [5]

La riqueza de las interacciones madre-hijo o cuidador-hijo será el determinante de la habilidad, el conocimiento y la motivación en los niños.

1.3 EL APEGO EN LA ADOLESCENCIA.

La adolescencia es una fase de crecimiento en la que hay una adaptación al desarrollo, estabilidad emocional y armonía intergeneracional. En esta etapa, el individuo sufre unos determinados cambios que le ayudarán a enfrentarse a sus problemas y a construir su propia personalidad. El apego se dirige ahora hacia los amigos, compañeros de clase, de actividades, etc., pero será una copia del vínculo de la figura principal de apoyo. [10]

Muchos adolescentes mantienen un buen clima familiar, permanecen en el hogar paterno hasta casi la edad adulta, piensan de forma similar a sus padres, y se sienten muy satisfechos de su relación con ellos, además de que el nivel de conflictos es bajo.

Berk, en 1997, indicó que la autonomía adolescente tiene un gran significado emocional, ya que implica contar más con uno mismo y menos con los padres como guía y apoyo. En esta etapa la capacidad de influencia de la familia, en muchos casos, puede situarse en segundo lugar, pero no se debe olvidar considerar el apego y la familia como el núcleo principal que introducirá primero al niño y después al adolescente, en el grupo familiar y social y que en gran parte actuarán como determinantes de carácter ambiental influyendo positiva o negativamente en su desarrollo evolutivo y emocional.[5]

Siguiendo la teoría de Bowlby, se confirmó que una familia estable y con una buena integración fomenta el desarrollo de vínculos afectivos y, en consecuencia, una conducta estable y adecuada, un rendimiento laboral o escolar alto y una salud mental excelente. Por el contrario, si los vínculos afectivos no son los correctos en esta etapa, las consecuencias en el funcionamiento psíquico del individuo y en su relación social serán graves. [5]

Por lo tanto, los adolescentes con apego inseguro para los padres son más propensos a involucrarse en comportamientos de riesgo, presentan problemas de comportamiento, y dificultades con la regulación emocional, como la impulsividad. Por el contrario, los adolescentes que desarrollan una relación de apego seguro con ambos padres reportan

una mayor satisfacción con la vida y efectos positivos, menos estrés, mejor autoestima, y más habilidades interpersonales. Además, la seguridad también influye en la competencia emocional, es decir, una mayor capacidad de percibir, expresar y regular sus emociones. (11)

Por otra parte, la cercanía a los padres durante la infancia y la adolescencia, el modelo de las relaciones interpersonales, y el estilo de identidad son predictores de la intimidad en una relación. (11)

1.4 EL APEGO Y LAS RELACIONES DE PAREJA DURANTE LA ADOLESCENCIA.

El apego seguro entre parejas, se define como una relación que se establece sobre una base de confianza, junto con la creencia de que la otra persona va a respetar sus propias necesidades y deseos, y ella será capaz de comprender y responder al comunicar nuestros sentimientos. Por lo tanto, las relaciones de apego seguras entre parejas en la adolescencia se basan en el entendimiento mutuo, la confianza y la buena calidad de la comunicación. Además, los adolescentes que establecen este tipo de relaciones, se muestran más predispuestos a involucrarse en comportamientos prosociales. Se han desarrollado modelos internos de trabajo positivo que motiva a los adolescentes a colaborar entre sí porque creen que vale la pena. Este apego seguro puede contribuir a la capacidad de mantener interacciones positivas con sus compañeros en la adolescencia aumentando la opinión de los demás adolescentes como bueno y apropiado.(12)

Por el contrario, la unión de parejas inseguras se caracteriza por la sensación de desequilibrio y aislamiento del grupo, este sentimiento puede ser debido a un miedo al rechazo, al mismo tiempo que un deseo de proximidad y la adhesión, junto con la falta de comunicación y la desconfianza. En conclusión, los adolescentes que no perciben apoyo ni confianza en su grupo tienden a presentar dificultades emocionales y de comportamiento. Los adolescentes con este tipo de apego, tienen expectativas negativas y asignaciones hostiles sobre el comportamiento de sus compañeros. Se ha confirmado que el estilo parental caracterizado por la victimización produce alteraciones en el comportamiento dando lugar a comportamientos agresivos y abusos de sustancias. Además, la inseguridad del apego aumenta la posibilidad de síntomas emocionales como la depresión y la ansiedad. (12)

Estas dificultades podrían estar relacionadas con la sensación de amargura cuando un adolescente se siente incapaz de confiar en los demás y comunicar su propio problema emocional, especialmente cuando la afiliación de grupo es de tal importancia en esta etapa de desarrollo.

Se encuentran situaciones en que los jóvenes posponen el momento de entrar en relaciones íntimas duraderas o incluso renuncian a este tipo de relaciones por la elección de vivir solo. En este contexto, parece importante indicar factores que determinan la capacidad de los adultos jóvenes para construir relaciones, así como los factores que determinan la durabilidad y calidad de estas relaciones. Por lo tanto, una de las características importantes de una relación a largo plazo es el tipo de apego con los padres, lo cual es importante tanto para la calidad de una relación como para su duración. (13)

Asimismo, para que una pareja se mantenga estable en el tiempo ambas personas deben sentirse satisfechas. La psicóloga Florence Kaslow realizó un estudio a 1000 parejas de siete países distintos a través de diferentes encuestas para establecer cuáles eran las causas para que una pareja se mantuviera estable y se hallaron 14 razones entre las que encontramos: 1. En algunas confesiones religiosas, el matrimonio es para siempre. 2. Cada uno tiene que cumplir tanto con su pareja como en los hijos que tengan ambos, 3. Los dos tienen que tener los mismos principios y creencias, 4. Aceptar a la familia de la pareja, 5. Relacionarse socialmente con los amigos de la pareja 6. Saber solucionar los problemas de la mejor manera, 7. Respetarse, 8. Confiar el uno con el otro, 9. Demostrar el amor, 10. Tener una comunicación fluida, 11. Compartir la misma concepción del mundo, 12. Preocuparse el uno por el otro, 13. Que cada uno tenga su propio espacio y 14. Pasar momentos agradables juntos. (14)

1.5 EL APEGO EN LAS RELACIONES AMOROSAS.

Hasta principios del siglo XIX, las parejas no eran totalmente libres, ya que estas eran supervisadas por los padres según sus intereses y normas, ya que el objetivo de las familias era poder beneficiarse de dicho compromiso. Con el paso del tiempo, esta visión en cuanto a la elección de las parejas ha ido cambiando, de manera que, cada uno tiene su propia libertad para escoger a su acompañante, sobre todo cuando éste es elegido a largo plazo. (15)

Cuando el adolescente, joven o adulto establece relaciones de pareja estables, y estas se viven con satisfacción y seguridad en el compromiso, es muy común que la pareja se

convierta en nueva figura de apego, incluso que ocupe el primer lugar del cargo, y que se mantenga como tal, mientras las relaciones de pareja sean razonablemente adecuadas. A veces, incluso cuando son inadecuadas, se mantiene la relación de apego, lo que puede convertirse en una dificultad para la separación. [16]

Hoy en día, hay muchos profesionales de salud preocupados por el placer que se obtiene en las relaciones de pareja, ya que, hay estudios que confirman las graves consecuencias tanto en la salud física como emocional que sufren diversas personas debido a los conflictos permanentes con su pareja. [17]

Como se ha ido demostrando en la realización de diversos estudios, la elección de pareja no es únicamente instintiva, ya que, se ha ido complicando cada vez más con base en los procesos psicológicos y socioculturales que implica el emparejamiento humano. En este sentido, hay autores como Freud, Fromm, Winch y Álvarez-Gayou que han planteado que en la elección de pareja no sólo intervienen los aspectos biológicos, sino que es muy importante detectar el parecido que tiene la persona elegida con el progenitor del mismo sexo, la parte femenina o masculina que se encuentra, la proximidad con el otro o la complementariedad que pueden llegar a tener estos. [15]

Así hay personas que se basan en las características de sus padres para encontrar a su pareja, otras que prefieren buscar a personas muy similares a uno mismo y otras que, por el contrario, buscan personas opuestas a él que la complementen en los aspectos que se presentan a lo largo de la vida. De esta forma, se intenta conseguir el éxito en la elección de la pareja, ya que cada uno selecciona al otro según sus preferencias y, por lo tanto, se intenta que el resultado sea óptimo garantizando la permanencia de la misma. Sin embargo, son muchos los factores que intervienen al escoger a la pareja, ya que también son de gran importancia el cariño, el cuidado, el interés, la utilidad que representa el uno para el otro, el amor; y todo ello es necesario para que una relación perdure y se mantenga con el tiempo. De esta manera, la elección de pareja puede describirse como un proceso complejo en el que influyen factores de la misma índole entres los cuales podemos encontrar factores biológicos, personales, psicológicos, sociales y emocionales que, con el paso del tiempo, afectarán de forma positiva o negativa en el éxito de la permanencia de la pareja.[15]

Además, se puede afirmar que existen algunas similitudes y diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres respecto de las características

elegidas para llevar a cabo la elección de la pareja. De esta forma, se encontró que, para seleccionar a la pareja real, tanto hombres como mujeres dieron importancia a aspectos físicos. Es por ello que para que la relación pueda comenzar, es muy importante la impresión física que se llega a tener del otro. En cuanto a los resultados observados según hombres y mujeres, se encontró que las mujeres consideran más importantes los aspectos emocionales en la elección de su pareja, así como el humor, la intimidad, la personalidad y los valores de la persona a quien eligen, aunque su pareja no sea físicamente atractiva. Mientras que los hombres, consideran aspectos como la edad, el estado civil, la salud y la posición económica. Con lo obtenido anteriormente, se puede comprobar que tanto hombres y mujeres eligen a su pareja en función de distintas características que se encuentran relacionadas con el origen biológico, pero que psicológicamente tienen una finalidad común: la de satisfacer sus necesidades propias de afiliación. [18]

Siguiendo los planteamientos de Bowlby, la imagen del otro y el grado de evitación respecto de las relaciones cercanas están intrínsecamente relacionados, de manera que, cuanto mayor sea la imagen positiva del otro, mayor facilidad tendrá para establecer relaciones cercanas con los demás. Por el contrario, cuanto mayor sea la visión negativa con los otros, menor implicación tendrán para establecer relaciones con ellos. [17]

Los autores Hazan y Shaver, en 1987, fueron los primeros que investigaron la relación entre el apego y las relaciones amorosas. Estos autores plantearon los tres estilos de apego, que se habían confirmado en la infancia (seguro, ansioso-ambivalente y evitativo), en relación a su supuesto comportamiento prototípico en las relaciones amorosas adultas. Los resultados que se obtuvieron por parte de los sujetos fueron: [16]

-Para el estilo de apego seguro:

- Al sujeto le es relativamente fácil estar unido a algunas personas, se encuentra bien dependiendo de ellas y aceptando que ellas dependan de él, no suele estar preocupado por el miedo a que los demás le abandonen ni preocupado porque alguien esté demasiado unido a él.

-Para el estilo ansioso-ambivalente:

- El sujeto encuentra que los otros son reacios a unirse a él tanto como él quisiera, frecuentemente se encuentra preocupado porque teme que sus

parejas no le amen totalmente o no deseen estar con él, desea unirse completamente a otra persona y este deseo parece que lo aleje de la gente.

-Para el estilo evitativo:

- El sujeto se encuentra algo incómodo en las relaciones íntimas con los demás; encuentra que es difícil confiar con los demás de forma completa, le es difícil permitirse a él mismo depender de ellos, está nervioso cuando alguien intima demasiado con él y con frecuencia sus parejas desean que este intime más con ellos del grado de intimidad que a él le resulta cómodo.

Estos autores creyeron demostrar que la mayoría de personas se mostraban seguras y el resto estaban distribuidas en las dos formas de apego inseguro. Estos estilos se relacionan con:[16]

-La manera de estar en la pareja y particularmente con el grado de satisfacción emocional.

-La estabilidad de las parejas.

-La calidad y cantidad de interacciones interpersonales.

-Las ideas positivas o negativas sobre el amor.

Por otra parte, Mikulincer y Shaer, indicaron que el padre del sexo opuesto juega un rol más significativo que el del propio sexo, aunque, en aspectos diferentes de la relación de pareja: en los chicos, el apoyo proporcionado por la madre parece importante para la percepción de seguridad y disponibilidad de su pareja actual, mientras que, en las chicas, la seguridad y confianza del padre sería la utilizada para la percepción de comodidad ante situaciones de proximidad e intimidad. [19]

En conclusión, las personas con apego seguro tienen más capacidad de autonomía, de vivir sin pareja estable, seducen mejor y seleccionan mejor con quién se comprometen, tienen mayor capacidad de intimidad y compromiso y, por lo tanto, mayor satisfacción en las relaciones de pareja. Además, si tuvieran que separase, tendrían más capacidad de tomar de forma adecuada y segura esta decisión. Por el contrario, las personas con estilo

de apego ansioso-ambivalente, tienen más dificultades para construir su autonomía, seleccionan peor a sus parejas y tienen más dudas y preocupaciones sobre el compromiso de los otros, tienen una intimidad adecuada pero menos segura, rompen con dificultad y elaboran peor las pérdidas. Las personas con estilo evitativo tienen una seguridad defensiva, tienen dificultades para la seducción, el compromiso y la intimidad., llevando a cabo pocas interacciones íntimas. Pueden romper aparentemente con facilidad, pero no reconstruyen bien las pérdidas. Se trata de un estilo inseguro pero lleno de defensas para controlar sus emociones. [16]

Por lo tanto, la relación de pareja con estilo de apego seguro es siempre la más favorable.

1.6 EL APEGO COMO ESTRATEGIA REPARADORA.

Tanto los niños como los adultos, tienen la capacidad de adaptarse a distintas figuras de apego de manera que las deficiencias en una figura de apego pueden ser compensadas por otra figura más segura.

Un estudio realizado con niños de 12 y 16 años de edad en el que se midieron las variables personales, socio-emocionales, el ajuste psicológico y el bienestar subjetivo, demostró que el apego seguro aumenta la autoestima en estos y, por lo tanto, les será más fácil adaptarse a los acontecimientos estresantes de la vida. Además, se muestran más positivos sobre sí mismos y su entorno, con mayor confianza, estima y aceptación así como mayor capacidad para cuidar a los demás. [20]

Por otra parte, se demostró que el dolor general en los niños estaba intrínsecamente relacionado con el tipo de apego de manera que en el apego evitativo y ambivalente, los niños se mostraban más enfadados, con un aumento del miedo y del dolor y un deseo de comodidad. Mientras que, en el apego seguro, el dolor se comprende de forma adecuada por parte del cuidador y podría ser más tolerado por parte del niño. [21]

Por lo tanto, todas las personas necesitan que su figura de apego le proporcione protección, donde se les respete, cuide y protege. Además, necesitan la posibilidad de calmar el dolor y el estrés mediante el apoyo y la utilización de recursos externos; y la posibilidad de proyectar el dolor dando sentido a las adversidades y generando esperanzas para alcanzar una vida mejor. [21]

2. JUSTIFICACIÓN.

El apego se considera la clave para el desarrollo psicológico de un niño y está intrínsecamente relacionado entre el cuidador principal y el niño. Por lo tanto, este aspecto es muy importante para la calidad del futuro desarrollo de las personas.

La capacidad de respuesta del niño puede expresarse mediante la forma de atención conjunta, signos verbales o no verbales de positividad o un comportamiento alegre durante la interacción. La participación del niño con el padre se corresponde a la medida en que el niño involucra al padre en el juego o en la actividad haciéndole preguntas, demostrándole, iniciando el contacto visual, etc., de una manera positiva, no urgente y sin implicarlo demasiado.

En conclusión, teniendo en cuenta la importancia de las representaciones maternas en la relación madre-hijo que se comienza a establecer antes del nacimiento del bebé y considerando que el embarazo crea una situación en la que la mujer se enfrenta a la reestructuración de su propio mundo, acceder a dichas representaciones permitiría realizar intervenciones preventivas, que proporcionen un apego seguro desde el período prenatal. Todo ello, permitiría interrumpir la transmisión transgeneracional de los modelos de apego inseguros y sus consecuencias en el desarrollo global del niño.

Además, la enfermería que trabaja conjuntamente con los pediatras tiene un papel fundamental en las etapas del ciclo vital de las personas. Durante las revisiones periódicas se puede visualizar todos los cambios que se van produciendo en el niño desde el nacimiento hasta los catorce años de edad, teniendo en cuenta su comportamiento, actitudes y la relación con su familia. El personal de enfermería, podría participar en el apoyo a aquellas familias que precisen de ayuda para potenciar relaciones sanas o intentar mejorar las que no lo son. Por otra parte, en la adolescencia, todos los profesionales de salud tanto de pediatría, salud mental, familiar y comunitaria, podrían trabajar en equipo y realizar una educación para la salud adecuada e intentar conseguir una adolescencia óptima para los niños.

Al igual que la sociedad, la enfermería también ha ido evolucionando desde sus comienzos como disciplina. La enfermería actual presta una atención integral a la persona, teniendo en cuenta todos los factores que pueden influir en su estado de salud, y no sólo centrar los cuidados en la lesión o enfermedad.

3 OBJETIVOS.

3.1 OBJETIVO PRINCIPAL.

El objetivo principal de esta revisión sistemática (RS) es describir las publicaciones más importantes que enlacen el apego y las relaciones de pareja.

3.2 OBJETIVOS SECUNDARIOS.

Como objetivos secundarios se presentan los siguientes:

- Hallar evidencia científica que avale la hipótesis de que el apego seguro es el más apropiado para el desarrollo de las personas.
- Confirmar que la satisfacción marital está influenciada por el tipo de apego de los dos cónyuges.

4. MATERIAL Y MÉTODOS.

4.1 BÚSQUEDA BIBLIOGRÁFICA.

4.1.1 FUENTES DE INFORMACIÓN Y PERIODO DE BÚSQUEDA.

Para empezar, se utilizaron distintas bases de datos informáticas para la búsqueda de la información de esta RS. Entre ellas podemos encontrar "PubMed", "EBSCO", "Dialnet", "Lilacs" e "IntraMed.".

Se eligieron estas bases por distintas razones que se explican a continuación: [22] [23] [24]

- PubMed: Este sistema de búsqueda es un propósito desarrollado por la National Center for Biotechnology Information (NCBI) en la National Library of Medicine (NLM) que permite el acceso a bases de datos bibliográficas clasificadas por la NLM. Además, ofrece la lectura de artículos completos de distintas índoles.
- EBSCO: Porque es una base de datos muy importante que ofrece textos completos, libros y una gran variedad de archivos históricos.
- Dialnet: Porque consiste en una hemeroteca que permite el acceso a revistas científicas de España, Portugal y Latinoamérica, además de libros, tesis doctorales, congresos y otros documentos, ofreciendo el texto completo de estos.
- Lilacs: Porque es una base de datos que ofrece referencias bibliográficas en ciencias de salud de Latinoamérica y del Caribe.
- IntraMed: porque es la base de datos que ofrece una gran variedad de artículos de habla hispana y portuguesa.

A continuación, se utilizaron bibliotecas virtuales como "SciELO".

- SciELO: es una biblioteca dirigida por el Centro Latinoamericano y del Caribe que ofrece un gran número de revistas científicas de habla hispana y portuguesa. [25]

Para finalizar, mediante la citación bibliográfica de los artículos obtenidos anteriormente con las bases de datos, se agregaron otros artículos de búsqueda libre.

El proceso de búsqueda bibliográfica comprende el periodo de tiempo entre el 23 de octubre de 2019 y el 15 de enero de 2020.

4.1.2 PALABRAS CLAVE.

Con la finalidad de alcanzar los artículos científicos más óptimos para elaborar esta RS, se utilizaron distintas palabras clave que permitieron realizar la búsqueda bibliográfica. Las palabras clave que se usaron, se pueden observar en la tabla siguiente. (TABLA 1)

Tabla 1. Palabras clave con sus respectivos descriptores MESH, DECS Y TEXTO LIBRE.

PALABRAS CLAVE	MESH	DECS	TEXTO LIBRE
APEGO	ATTACHMENT	APEGO	
RELACIONES AMOROSAS			ROMANTIC RELATIONSHIP
PAREJA IDEAL	IDEAL COUPLE	PAREJA IDEAL	
SATISFACCIÓN MARITAL	MARITAL SATISFACTION	SATISFACCIÓN MARITAL	
APEGO ADULTO	ADULT ATTACHMENT	APEGO ADULTO	

Esta tabla es de elaboración propia.

4.1.3 LÍMITES DE BÚSQUEDA.

Para poder realizar la elección más óptima de los artículos, se eligieron una serie de límites que, junto a las distintas palabras clave de las bases de datos utilizando los operadores booleanos (AND, OR, NOT), se consiguieron unos determinados artículos.

Los límites que se escogieron fueron los siguientes:

- Artículos que han sido publicados en los últimos 10 años.

- Artículos de acceso libre y completos.
- En inglés y español.
- Solamente en humanos.

La búsqueda se ejecutó de la siguiente forma:

- En PubMed se introdujo la fórmula de búsqueda: "(*Attachament AND Ideal Couple*)", seleccionando distintas opciones:
    - " Text availability: Free full text".
    - "Publication dates: 10 years".
    - "Species: Humans".
    - "Languages: English and Spanish".
- Para EBSCO la fórmula que se introdujo fue la siguiente: *"(Attachment AND Ideal couple OR Satisfaction Marital)",* seleccionando distintas opciones:
    - "Source types: All results."
    - "Date published: 20090101-20190131"
    - "Language: english/spanish."
    - "Age: adult 17-66 years."
    - "Database: All Databases."
- En Dialnet, ya que únicamente presenta los filtros de "tipo de documento: tesis o artículos de revista", solamente fue necesario introducir la fórmula de búsqueda "(*Attachment AND Ideal Couple*)",
- En Lilacs, la fórmula de búsqueda introducida fue: *"(attachment) AND (instance:"regional") AND (db:("LILACS"))) AND (instance:"regional")*" seleccionando las opciones:
    - "Texto completo: Disponible".
    - "Asunto principal: Apego en las parejas".
    - "Año: Últimos 10 años".
- En IntraMed, mediante la selección de "artículos relacionados", la fórmula para realizar la búsqueda fue: "(*Attachment AND Ideal Couple*)".

Los resultados que se obtuvieron se muestran en las tablas siguientes (TABLA 2):

Tabla 2. Resultados obtenidos de las distintas búsquedas.

PALABRAS CLAVE	PUBMED	EBSCO	DIALNET
("attachment"[MeSH Terms] OR "attachment"[All Fields]) AND ("ideal couple"[MeSH Terms] OR "ideal couple"[All Fields] AND ("adolescence"[All Fields] OR ("marital"[All Fields] AND "satisfaction"[All Fields] OR "marital satisfaction"[All Fields] OR "adult"[All Fields] OR "adult attachment"[MeSH Terms] AND ("loattrfree full text"[sb] AND "2009/12/05"[PDat]:"2019/12/08"[PDat] AND "humans"[MeSH Terms] AND (Spanish[lang] OR English[lang]))	20		
(Attachment AND Ideal couple OR Satisfaction Marital)		26	
(Attachment AND Ideal couple)			29
TOTAL	75		

Esta tabla es de elaboración porpia.

PALABRAS CLAVE	LILACS	INTRAMED	TEXTO LIBRE
tw:(attachment) AND (instance:"regional") AND (fulltext:("1") AND db:("LILACS") AND mi:("Apego en parejas"))	21		
(Attachment AND Ideal couple)		9	
			16
TOTAL	46		
TOTAL GLOBAL	121		

Esta tabla es de elaboración propia.

4.2 SELECCIÓN DE ESTUDIOS.

4.2.1 PROCESO DE SELECCIÓN.

Una vez realizada la búsqueda bibliográfica y haber utilizado en las distintas bases de datos los límites de búsqueda establecidos, se continuó con la selección de los artículos científicos de esta RS. Para la realización de esta fase, se desarrollaron tres etapas:

- En primer lugar, se incluyeron todos aquellos artículos que después de haber considerado tanto el título y el resumen de estos, y teniendo en cuenta el acrónimo PICO [26] como se indica en la TABLA 3 (ANEXO 1: PREGUNTA PICO), podrían servir para esta RS. Además, se excluyeron aquellos artículos que no mostraban ningún vínculo con el estudio de esta RS.

Tabla 3. Pregunta PICO.

P:	I:	C:	O:
POBLACIÓN A ESTUDIO	INTERVENCIÓN	INTERVENCIÓN DE COMPARACIÓN	RESULTADO
PERSONAS CON RELACIONES DE PAREJA	ELECCIÓN DEL TIPO DE APEGO MÁS ÓPTIMO	COMPARADO ENTRE LOS DIFERENTES TIPOS DE APEGO	¿ES EL APEGO SEGURO EL MÁS ÓPTIMO PARA UNA RELACIÓN ESTABLE?

Esta tabla es de elaboración propia.

- En segundo lugar, se analizaron los títulos de los distintos artículos y se eliminaron aquellos que aparecían repetidos.

- En tercer y último lugar, se desarrolló una lectura a texto completo de los artículos, a la vez que se tenían en cuenta los criterios de inclusión y exclusión que se formularon anteriormente. De esta forma, se establecieron los artículos más relevantes para esta RS.

4.2.2 CRISTERIOS DE INCLUSIÓN.

En esta revisión se incluyeron todos los estudios con más de 150 pacientes de muestra.

4.2.3 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.

En esta revisión se establecieron dos criterios de exclusión para descartar los distintos artículos encontrados:

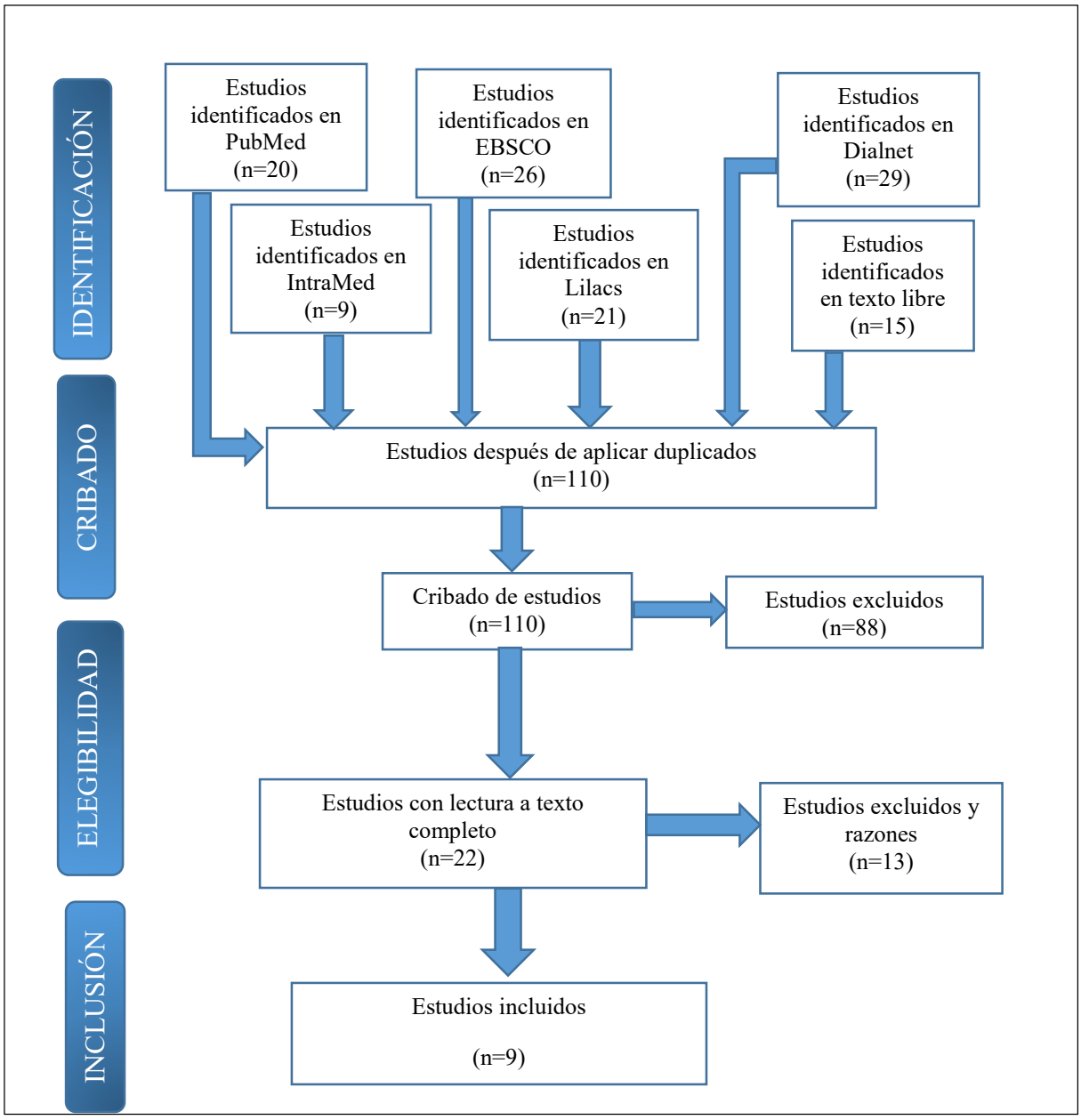
- Estudios cuyo objetivo principal rechazaba al de esta revisión.
- Estudios en los que las personas que participaron en la muestra eran menores de 17 años.

5. RESULTADOS.

5.1 SELECCIÓN DE LOS ESTUDIOS POR ETAPAS.

Para realizar esta RS, se programó un diagrama para mostrar las distintas etapas de proceso de selección de estudio (DIAGRAMA 1), con la finalidad de tener un seguimiento de las distintas pautas del grupo PRISMA [27], ya que este sistema está considerado de gran importancia en cuanto a la publicación de métodos y resultados de dichas revisiones, debido a la gran excelencia que aportan.

DIAGRAMA 1. DIAGRAMA DE FLUJO MOSTRANDO LAS DISTINTAS ETAPAS DEL PROCESO DE SELECCIÓN DE LOS ESTUDIOS.



Este diagrama es de elaboración propia a partir de la cita [28].

5.2 SELECCIÓN DE LOS RESULTADOS POR ETAPAS.

Después de realizar la búsqueda bibliográfica en las distintas bases de datos y haber establecido una serie de límites indicados en el apartado anterior 4.2.3.- LÍMITES DE BÚSQUEDA, se lograron 121 artículos. Para poder eliminar todos aquellos artículos que estaban repetidos, se enumeraron en una hoja a través del programa "Excel 2016" y se obtuvieron 110.

El paso siguiente, consistió en analizar de forma detenida el título y el resumen de los artículos anteriores y así poder seleccionar solamente aquellos que tenían relación con el apego en parejas y eliminar aquellos otros que no guardaban ningún tipo de relación, de forma que se eliminaron un total de 99 artículos.

Para finalizar, a los 22 artículos, se les realizó una lectura completa del tratado a la vez que se utilizaron los criterios de inclusión y exclusión explicados en los siguientes apartados: 4.3.2.- CRITERIOS DE INCLUSIÓN y 4.3.3.- CRITERIOS DE EXCLUSIÓN. Se descartaron un total de 13 artículos (5.2.2.- ESTUDIOS EXCLUIDOS), quedando 9 para ser examinados de forma completa (5.2.1.- ESTUDIOS INCLUIDOS).

5.3 ESTUDIOS INCLUIDOS, EXCLUIDOS Y RAZONES DE EXCLUSIÓN.

5.3.1 ESTUDIOS INCLUIDOS.

A través del método PRISMA [27], se seleccionaron los distintos artículos incluidos en esta RS.

Se diseñó una tabla (TABLA 4) que aparece a continuación, en la que se representan todos los artículos incluidos y una serie de características, entre las que se encuentran: título del artículo, año de publicación, país, revista de publicación, año de publicación, número de muestra y duración media de la pareja.

Tabla 4. Artículos incluidos en la revisión sistemática.

TÍTULO DEL ESTUDIO	AÑO	PAÍS	REVISTA DE PUBLICACIÓN	MUESTRA	DURACIÓN MEDIA DE LA PAREJA
The Relationship Between Attachment Styles and Lifestyle With Marital Satisfaction [29]	2016	Irán	Iran Red Crescent Med	292	5-10 años
Atribuciones sobre la pareja: su papel como variable mediadora entre el apego y la satisfacción marital en parejas heterosexuales [30]	2011	Colombia	Avances en Psicología Latinoamericana/Bogotá	183	10,8 años
Experiencia sexual, estilos de apego y tipos de cuidados en las relaciones de pareja [31]	2011	España	Anales de psicología	213	13,52 años

Apego romántico y optimismo en adultos Chilenos [32]	2015	Chile	Salud y Sociedad	734	34,6 meses
Relationship of attachment styles and emotional intelligence with marital satisfaction [33]	2016	Irán	Iranian Journal of Psychiatry and Behavorial Sciences	384	1 año
Romantic Attachment and Family Functioning: The Mediating Role of Marital Satisfaction [34]	2015	Portugal	Springer Science + Business Media New York	519	16,47 años
Attachment insecurities and interpersonal processes in Spanish couples [35]	2010	España	Journal of the international association for relationship research	295	6,02 años
Marital Quality and Attachment: The Mediator Role of Conflict	2014	Brasil	Paidéia	214	14,91 años

Resolution Styles [36]					
Differentiating Between Attachment Styles and Behaviors and their Association with Marital Quality [37]	2017	América	Family Process	1360	1-2 años

Esta tabla es de elaboración propia.

5.3.2 ESTUDIOS EXCLUIDOS.

Se utilizaron dos métodos para el descarte de los artículos que se encontraron durante la búsqueda. Por una parte, se eliminaron aquellos artículos que presentaban menos de 150 pacientes de muestra, ya que, no cumplían con el criterio de inclusión que se había enunciado anteriormente (4.3.2.- CRITERIOS DE INCLUSIÓN). Por otra parte, también fueron eliminados todos aquellos artículos cuyo objetivo no se asociaba demasiado al de este estudio y/o los pacientes de muestra eran menores de 17 años. Aquellos artículos que cumplían estas dos condiciones, concluyen con los criterios de exclusión que se habían explicado con anterioridad (4.3.3.- CRITERIOS DE EXCLUSIÓN).

A continuación, en la TABLA 5, se explica de forma específica las razones por las cuales se eliminan cada uno de los artículos que se han excluido.

- **Primer criterio:** criterio de inclusión. Todos aquellos artículos que cumplan el criterio de inclusión aparecerán con un "EFECTIVO" en color verde que, al cumplir con alguno de los criterios de exclusión (segundo y tercer criterio), han tenido que ser rechazados.

- **<u>Segundo criterio:</u>** primer criterio de exclusión. Todos aquellos artículos que cumplan con este segundo criterio y, por lo tanto, su objetivo sí se acerca al de este estudio, aparecerán con un "EFECTIVO" en color verde.
- **<u>Tercer criterio:</u>** segundo criterio de exclusión. Todos aquellos artículos en los que los pacientes de muestra sean mayores de 17 años, aparecerán con un "EFECTIVO" de color verde.

Para poder observar de una manera más rápida y clara los motivos por los cuales se excluyeron los artículos, se ha escrito un "NO EFECTIVO" en color rojo en aquél criterio por el cual el artículo ha sido rechazado.

Tabla 5. Artículos excluidos y motivos.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA	CRITERIO 1	CRITERIO 2	CRITERIO 3
	ESTUDIOS CON MÁS DE 150 PACIENTES DE MUESTRA	ESTUDIOS CUYO OBJETIVO SE ACERCA AL DE ESTA RS	ESTUDIOS CUYOS PACIENTES SON MAYORES DE 17 AÑOS
ARTÍCULO 1 [38]	**NO EFECTIVO**	**NO EFECTIVO**	**EFECTIVO**
ARTÍCULO 2 [39]	**NO EFECTIVO**	**EFECTIVO**	**EFECTIVO**
ARTÍCULO 3 [40]	**EFECTIVO**	**NO EFECTIVO**	**EFECTIVO**
ARTÍCULO 4 [41]	**NO EFECTIVO**	**NO EFECTIVO**	**EFECTIVO**
ARTÍCULO 5 [42]	**EFECTIVO**	**NO EFECTIVO**	**EFECTIVO**
ARTÍCULO 6 [43]	**NO EFECTIVO**	**EFECTIVO**	**EFECTIVO**
ARTÍCULO 7 [44]	**EFECTIVO**	**NO EFECTIVO**	**EFECTIVO**
ARTÍCULO 8 [45]	**NO EFECTIVO**	**EFECTIVO**	**EFECTIVO**

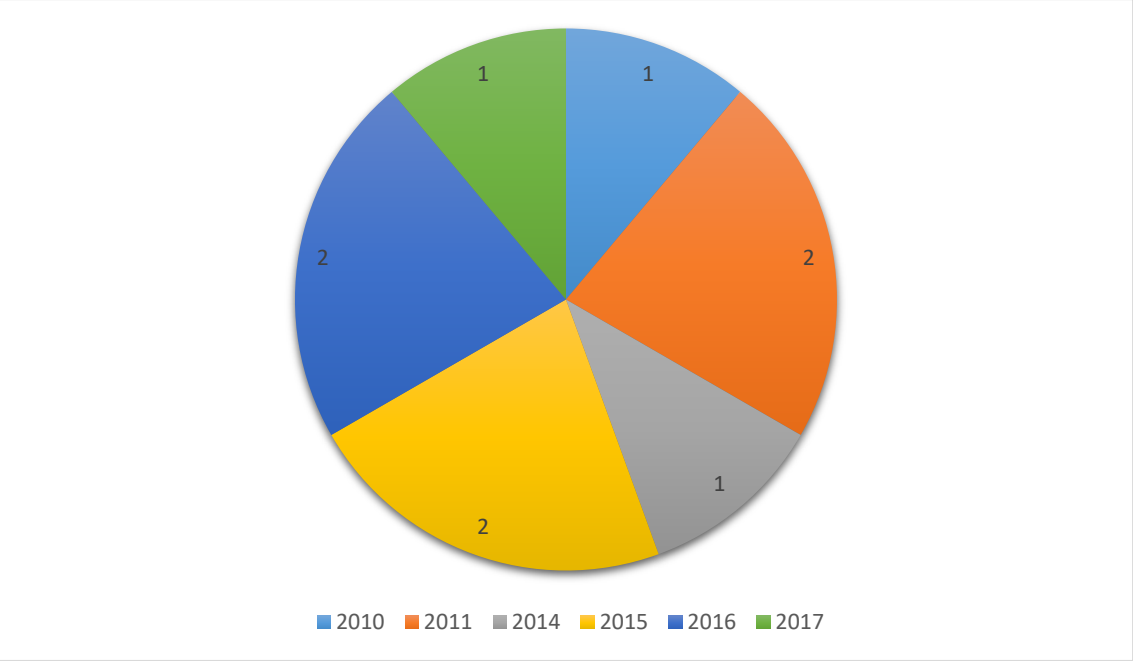
ARTÍCULO 9 [46]	EFECTIVO	NO EFECTIVO	EFECTIVO
ARTÍCULO 10 [47]	EFECTIVO	NO EFECTIVO	EFECTIVO
ARTÍCULO 11 [48]	EFECTIVO	NO EFECTIVO	EFECTIVO
ARTÍCULO 12 [49]	NO EFECTIVO	EFECTIVO	EFECTIVO
ARTÍCULO 13 [50]	EFECTIVO	NO EFECTIVO	EFECTIVO

Esta tabla es de elaboración propia.

5.4 CARACTERÍSTICAS DE LOS ESTUDIOS INCLUIDOS.

Se realizaron distintas gráficas para poder representar de una manera más visual y sencilla, determinadas características de los artículos incluidos.

En la GRÁFICA 1, se pueden observar los artículos clasificados según el año de publicación.

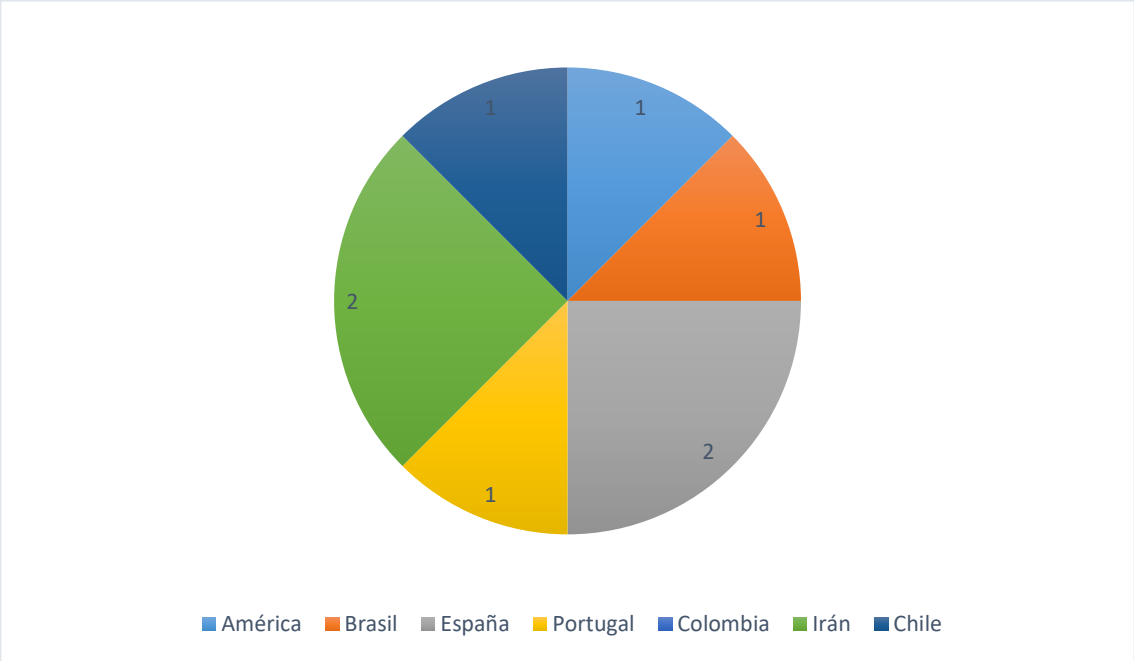


Gráfica 1. Número de artículos por años.

Esta gráfica es de elaboración propia.

Según los resultados obtenidos en la gráfica, se puede percibir que los años que contienen más artículos son en 2011, 2015, 2016, cuyo número de estos es de 2. En los demás años, solamente se encuentra 1 estudio incluido.

De otro modo, en la GRÁFICA 2, se puede percibir la clasificación según el país en el que se realizó el estudio de manera que los resultados fueron los siguientes:

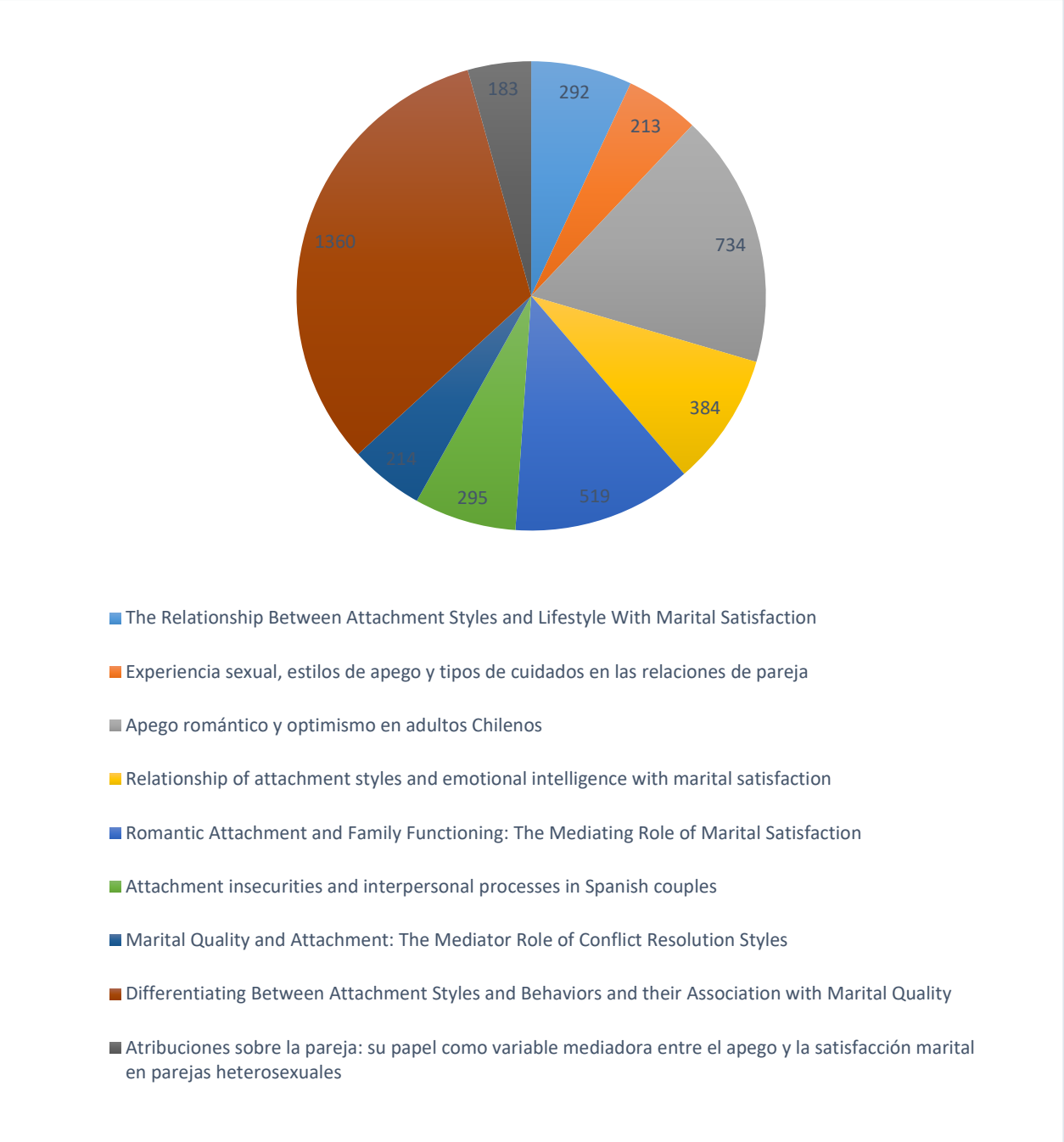


Gráfica 2. Número de artículos según países.

Esta gráfica es de elaboración propia.

Según los resultados obtenidos en esta segunda gráfica, se puede confirmar que España e Irán son los países con mayor número de artículos, habiéndose publicado 2 en cada país mientras que en el resto de países el número de estos es de 1.

En la GRÁFICA 3, se representa la cantidad de personas que participaron en cada uno de los diferentes estudios.

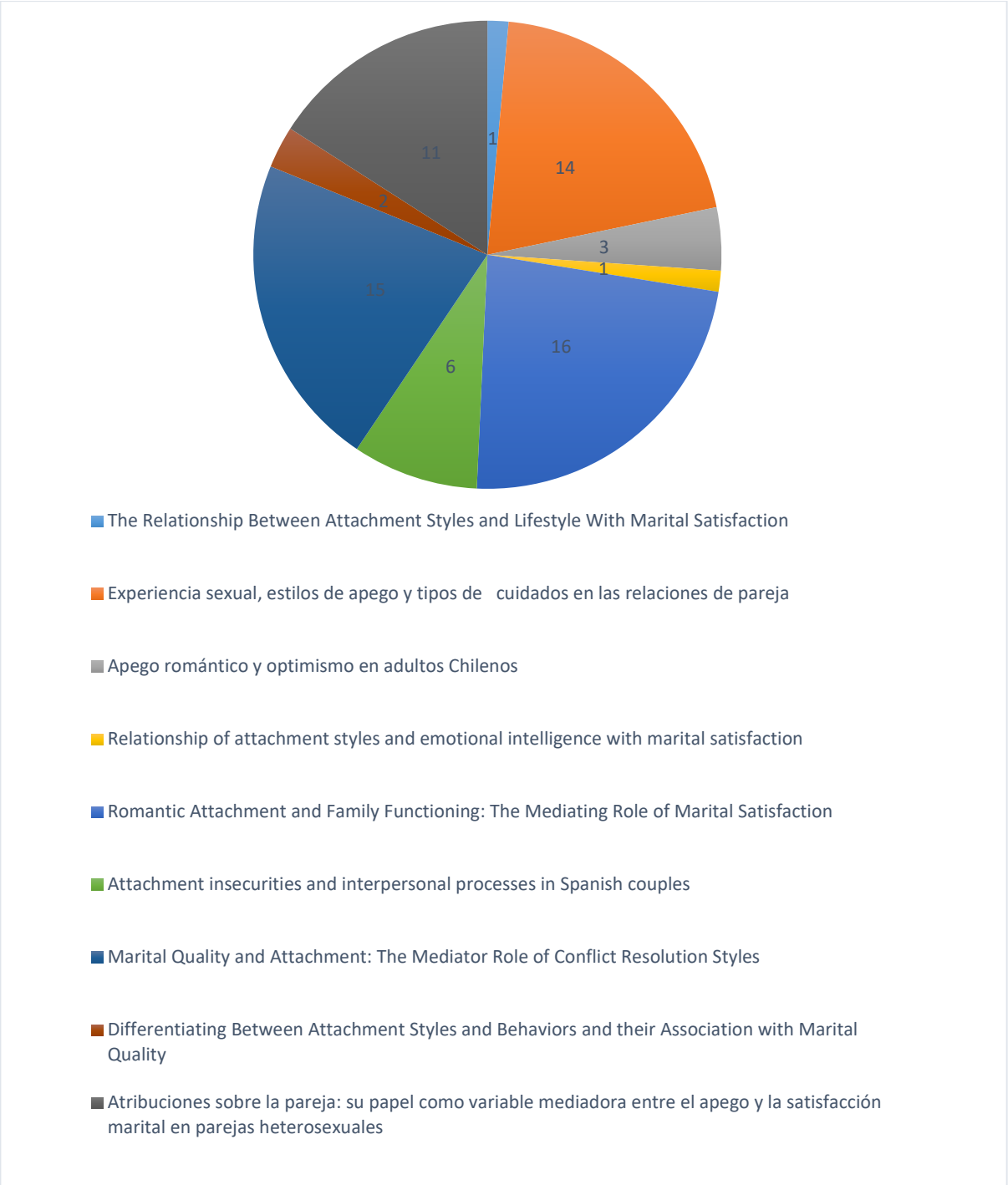


Gráfica 3. Número de muestras en cada estudio.

Esta gráfica es de elaboración propia.

Como se puede visualizar, el estudio que contiene más cantidad de personas participantes es "Differentiating Between Attachment Styles and Behaviors and their Association with Marital Quality" ya que, el número de muestra es de 1360 personas mientras que el más minoritario, es el de "Experiencia sexual, estilos de apego y tipos de cuidados en las relaciones de pareja.", que contiene 213. La resta de artículos se encuentra entre 214 y 734 muestras.

Por último, se realiza una gráfica que representa la duración de las parejas que participan en cada estudio. (GRÁFICA 4)



Gráfica 4. Duración en años de las parejas de cada estudio.

Esta gráfica es de elaboración propia.

En el momento en el que se realizó el estudio, fue el artículo "Romantic Attachment and Family Functioning: The Mediating Role of Marital Satisfaction" en el que las parejas que participaban llevaban más tiempo juntas, teniendo una duración de 16 años.

Además de todas estas características reflejadas, se puede añadir que, cada artículo se publicó en una revista científica diferente.

5.4.1 DESCRIPCIÓN DE LOS ESTUDIOS INCLUIDOS EN LA REVISIÓN.

1. The Relationship Between Attachment Styles and Lifestyle With Marital Satisfaction. [29]

- Participantes: En este estudio, se incluyeron a todas aquellas personas que trabajaban en la empresa de petróleo de Bandar Abbas (Irán) en 2014, que consistía en 3500 empleados. Debido a la falta de cooperación de muchos sujetos, y la falta de cooperación de los esposos en particular, se analizaron un total de 292 personas, es decir, 146 parejas. Los pacientes tenían entre 30 y 40 años y estaban casados desde 5 a 10 años.
- Procedimiento: El estudio se realizó mediante una serie de cuestionarios entres los que podemos encontrar la escala de apego adulto revisada (RAAS), el cuestionario de estilo de vida (LSQ), y la Escala de satisfacción marital. Para analizar los datos, se utilizaron estadísticas descriptivas (media, desviación estándar, frecuencia, porcentaje) y estadísticas inferenciales (coeficiente de correlación de Pearson y regresiones múltiples).
- Resultados: Los datos que se obtuvieron fueron en el apego ansioso un -0,44[a] frente a la satisfacción marital y un 0,18[a] en cuanto en el apego seguro, siendo [a] una correlación significativa en el nivel 0.01. Según los resultados obtenidos a partir de los cuestionarios, se puede afirmar que un estilo de apego ansioso influye negativa y significativamente con la satisfacción conyugal, mientras que un estilo de apego dependiente y seguro influye de forma positiva y significativamente la satisfacción conyugal. Otros componentes no fueron significativos.
- Conclusión: Las personas se desarrollan a partir de su estilo de apego y de vida con los diferentes entornos sociales. Este estudio muestra la importancia

del apego en las relaciones tempranas que serán las determinantes en cuanto a la selección de un compañero y la satisfacción matrimonial.

2. **Atribuciones sobre la pareja: su papel como variable mediadora entre el apego y la satisfacción marital en parejas heterosexuales.** [30]
   - Participantes: La muestra estaba formada por 183 parejas heterosexuales. La edad de los hombres se encontraba entre 19 y 69 años y la de las mujeres entre 18 y 62 años. Las parejas habían convivido juntos entre 1 y 39 años.
   - Procedimiento: Se utilizaron distintos métodos para contactar con los participantes. Estos debían responder a los cuestionarios y después, enviarlos sellados por correo. Se utilizaron cuatro tipos de cuestionarios:
     - Cuestionario de información personal para obtener datos específicos de las muestras.
     - Cuestionario de apego adulto formado por 18 ítems que valoran la dependencia, la cercanía y la ansiedad.
     - Cuestionario de atribuciones que mediante 24 ítems se valora la relación entre las atribuciones de causalidad y responsabilidad y las situaciones negativas entre las parejas.
     - Cuestionario de ajuste marital que se utiliza para medir cómo se sienten los individuos con su pareja y la satisfacción que tienen en relación a esta.
   - Resultados: Para el análisis de este estudio se utilizó el APIM que relaciona las variables de los individuos con las de su pareja. Cuando el modelo propuesto se ajusta bien a los datos, el valor de chi cuadrado ($\chi 2$) no es significativo ($p > .05$). Por el contrario, los valores del índice de ajuste comparativo (CFI) y del índice de Tucker-Lewis (TLI) deben acercarse a 1,0; mientras que los valores del root mean square error of approximation (RMSEA) deben ser inferiores o iguales a 0,05.
     - En el primer modelo, se evaluó la relación entre dimensiones del apego del hombre y la mujer, atribuciones de causalidad y satisfacción de los dos miembros de la pareja. Se observó que tanto en hombres como en mujeres la dimensión ansiedad tiene una relación importante con la atribución de causalidad. Además, se encontraron relaciones importantes entre las atribuciones de

causalidad y la satisfacción, en los dos miembros de la pareja. Se observó una relación significativamente mayor entre la causalidad y satisfacción en hombres que en mujeres ($\Delta\chi2$ (1) = 4,5; $p < .05$). La prueba de Sobel también nos mostró que la ansiedad influye en la satisfacción de las parejas ($z(183) = -2,43$; $p < .05$ en hombres y $z(183) = -2,55$; $p < .05$, en mujeres).

- El segundo modelo, determinó la relación entre el apego del hombre y la mujer, atribuciones de responsabilidad y satisfacción. Los resultados mostraron una relación mayor entre el apego ansioso y una menor satisfacción en hombres ($\beta = 0,34$; $p < .001$) que en mujeres ($\beta = 0,15$; $p < .05$) ($\Delta\chi2$ (1) = 4,2; $p < .05$).

Los resultados obtenidos coinciden en que el apego en la pareja está relacionado con la satisfacción de estos. Esto indicaría que tener un apego inseguro y ansioso influye de forma negativa tanto en la satisfacción de uno mismo en la relación y en la de su pareja.

- Conclusión: Los resultados nos mostraron la importancia de tener en cuenta tanto las características del individuo sobre él mismo y sobre su pareja, ya que tanto su forma de apego como sus rasgos van a influir de forma positiva o negativa en la satisfacción de la relación.

3. Experiencia sexual, estilos de apego y tipos de cuidados en las relaciones de pareja. [31]

- Participantes: En el presente estudio participaron 211 personas de las cuales 116 fueron mujeres y 95 hombres. Las edades comprendidas van de los 20 a los 65 años y el tiempo medio de relación de pareja fue de 13.52 años. Los participantes proceden del País Vasco.
- Procedimiento: Todos los participantes se ofrecieron de forma voluntaria y se entregó a cada uno de ellos un sobre con un cuestionario, las instrucciones y los agradecimientos. Todos ellos, debían enviar el sobre a través de correos de forma gratuita. Los recursos utilizados en este estudio fueron:
    - Un cuestionario general de recogida de datos personales.

- Para la valoración del apego, se utilizó la escala "Experiences in close relationships" que contiene 36 ítems para poder calcular tanto la evitación como la ansiedad. El índice de fiabilidad fue de $\alpha = 0.86$ para la escala de ansiedad y de $\alpha = 0.87$ para la escala de evitación.
- La satisfacción sexual mediante la escala MSI (Marital Satisfaction Inventory) que establece 27 items respondiendo solamente si es verdadero o falso. Esta escala mide el grado de satisfacción con el deseo, frecuencia y calidad de las relaciones sexuales. El índice de fiabilidad alcanzado es de $\alpha= 0.80$.
- Y la escala de cuidados, midiendo los cuidados sensibles (cuidados que la pareja realiza para el bienestar del otro) cuidados compulsivos (forma exagerada de ofrecer cuidados) y cuidados de control (ejercitar el control emocional sobre el otro). Esta escala está compuesta por 20 ítems cuyos índices de fiabilidad fueron: cuidados sensibles (α=0.83), cuidados compulsivos (α=0.78) y cuidados control (α=0.73).

- Resultados: El estilo de apego evitativo está relacionado con el conflicto personal tanto en hombres como en mujeres, siendo mayor la relación entre los hombres. Del mismo modo, también se relaciona negativamente con la satisfacción sexual. En relación con los tipos de cuidados, las personas con apego evitativo se asocian negativamente con los cuidados sensibles hacia la pareja, tanto en hombres como en mujeres y en los hombres también con el tipo de cuidados control. La ansiedad está relacionada con el conflicto sexual y el grado de satisfacción sexual sólo en el grupo de hombres. Respecto al sistema de cuidados, los hombres presentan relaciones entre ansiedad y cuidados control y las mujeres entre ansiedad y cuidados sensibles.

  Se utilizaron las variables "ansiedad–evitación" para analizar el apego. Para ello, se eliminaron a aquellas personas que no cumplían con estas condiciones reduciéndose la muestra a 170 sujetos. Por lo tanto, la capacidad de realizar cuidados sensibles se relacionaba con el apego seguro mientras (64.6) que los cuidados compulsivos se relacionaban con el apego ansioso (17.2). De la misma forma, era el apego evitativo (23.3) el relacionado con el cuidado controlador y autoritario.

En cuento a la relación entre el apego y el conflicto del deseo sexual, solamente se obtuvo un resultado significante en el estilo de apego "evitativo-miedoso" siendo el tamaño del efecto de gran dimensión (g de Hedges: 1.33). El análisis de la prueba de Tukey indica que solamente existen diferencias importantes entre "Seguros" y "Ansiosos"(16.60/19.52) respecto a "Evitativos-ausentes" (28.50) y "Evitativo-miedosos" (31.94). Por lo tanto, el conflicto del deseo sexual no se asocia con la ansiedad sino con la evitación.

- Conclusión: A partir de todo lo obtenido, se puede confirmar que el apego seguro es el más óptimo para las parejas ya que estos, dan cuidados sensibles el uno al otro y, por lo tanto, apoyo emocional. Además, también se asocia con una mayor satisfacción sexual y una reducción de problemas en cuanto al deseo sexual.

4. Apego romántico y optimismo en adultos Chilenos. [32]

- Participantes: En este estudio participaron un total de 734 chilenos. Estos debían tener entre 18 y 65 años y haber tenido al menos una relación de pareja. El tiempo promedio de relación fue de 34.6 meses.
- Procedimiento: Para la búsqueda de participantes se realizaron cuestionarios tanto en papel como online. Los participantes debieron firmar un consentimiento informado y posteriormente, responder a los cuestionarios de forma individual. Se utilizaron distintas herramientas para llevar a cabo el estudio: Por una parte, se utilizó el cuestionario Experiences in Close Relationships (ECR) que está formado por 36 ítems que valora tanto la evitación de la intimidad para establecer cómo se siente la persona cuando es cercana o dependiente de otros, y la ansiedad acerca de las relaciones, que se refiere al nivel en que la persona se siente segura o insegura respecto de la disponibilidad de la propia pareja. Por otra parte, se utilizó el Life Orientation Test Versión Revisada para poder valorar el optimismo.
- Resultados: Según los resultados obtenidos, se encuentra que respecto al optimismo, las mujeres presentan más miedo al abandono que los hombres $t(732) = -2.34$, $p = 0.018$, $d = 0.20$ pero los hombres presentaron mayores niveles que las mujeres en cuanto a la evitación $t(732) = 2.11$, $p = .035$, d =

0.16. Según el análisis de las diferentes variables se obtiene que tanto la ansiedad, $t = -7.07$, $p < 0.05$, como la evitación, $t = -5.93$, $p < 0.05$ se relacionan con un menor optimismo.

- Conclusión: Por lo general, se puede afirmar que la ansiedad y la evitación aseguran unos niveles más bajos de optimismo. Por lo tanto, las parejas con un apego más seguro son capaces de confiar con los otros y durante toda la vida tienen un nivel más alto de optimismo. Todo ello está relacionado con el apego en la infancia, ya que aquellos con tienen un apego inseguro desde pequeños muestran actitudes más pesimistas.

5. Relationship of attachment styles and emotional intelligence with marital satisfaction. [33]

- Participantes: En este estudio se incluyeron a 382 personas, entre las cuales un 50,2% eran hombres y un 49,8%, mujeres.
- Procedimiento: A los participantes, se les envió un cuestionario de información personal, un cuestionario de apego de Simpson, un cuestionario de inventario de cociente emocional (EQ-i) y el cuestionario de satisfacción matrimonial enriquecida (EM).
- Resultados: Los resultados obtenidos fueron que la satisfacción marital tenía una relación positiva y significativa con un estilo de apego seguro (0.609^a) y una relación negativa significativa con un apego evitativo y apego ansioso (-0.446^a y -0.564^a, respectivamente) (^{a}=P<0.001). Además, los resultados secundarios del análisis revelaron una relación significativa entre un estilo de apego seguro y la inteligencia emocional (0.108) y una relación negativa significativa entre los estilos de apego evitativo y ansioso (-0.242 y -0.230, respectivamente).
- Conclusión: Considerando que los resultados de esta investigación verificaron el importante rol de los estilos de apego, se recomienda proporcionar asesoría a las parejas antes del matrimonio para reducir los matrimonios de alto riesgo y evitar el matrimonio inseguro de individuos. Además, los padres deben ser conscientes de los comportamientos de sus hijos, ya que durante la infancia es cuando se forman los estilos de apego.

6. **Romantic Attachment and Family Functioning: The Mediating Role of Marital Satisfaction.** [34]
   - Participantes: La muestra estaba comprendida por 519 parejas casadas o no, con al menos un hijo entre 9 y 13 años. La edad promedio de mujeres y hombres fue de 40.53 años y 43.12, respectivamente.
   - Procedimiento: Se enviaron unos cuestionarios a cada cónyuge y se les pidió que los completaran de forma independiente. Los cuestionarios contenían medidas relacionadas con la demografía familiar, la satisfacción marital, el apego romántico y el funcionamiento familiar. Se proporcionaron sobres para devolver los cuestionarios, aunque los participantes también pueden devolver los sobres al maestro de sus hijos, si así lo prefieren. Se garantizó el anonimato de los participantes y se les aseguró que no se utilizaría ninguna información para fines distintos de la investigación.
   - Resultados: La ansiedad y la evitación del apego se asociaron negativamente con la satisfacción conyugal. Por el contrario, la satisfacción conyugal se asoció positivamente con la cohesión y adaptabilidad familiar. Además, el modelo mostró que los bajos niveles de ansiedad de los cónyuges por el abandono y la evitación de la intimidad se asocian con mayores niveles de satisfacción conyugal, lo que a su vez se relaciona con una mejor cohesión y adaptabilidad familiar y menores niveles de inadaptabilidad del niño.
   - Conclusión: Se encontró apoyo a la hipótesis de que la satisfacción marital estaba relacionada con el apego romántico de los cónyuges y la cohesión familiar, la adaptabilidad familiar y las características del niño. Los hallazgos son consistentes con la opinión de que el apego romántico facilita interacciones cálidas, cercanas y armoniosas entre los miembros de la familia. Por lo tanto, los resultados apoyan que los matrimonios con un apego seguro están asociados con un mejor funcionamiento familiar.

7. **Attachment insecurities and interpersonal processes in Spanish couples.** [35]
   - Participantes: Participaron un total de 295 parejas, cuyas edades oscilaban entre los 17 y 77 años. Además, la duración de la relación varió de 6 meses a 60 años.

- Procedimiento: Los participantes respondieron una versión en español de la ECR que contiene dos escalas de 18 ítems que miden la ansiedad y la evitación relacionadas con el apego. Además, los participantes tuvieron que responder a la siguiente pregunta: "¿Hasta qué punto está satisfecho con su relación actual?" Utilizando una escala de 5 puntos, siendo 1 (nada satisfecho) y 5 (muy satisfecho).
- Resultados: En este estudio, se realizó un modelo que aprueba la relación entre el apego ansioso y evitativo con la satisfacción de la relación. De manera que, los hombres y las mujeres con este tipo de apego se encontraban menos satisfechos con su pareja (0,6). Cabe recalcar, que este estudio se realizó por géneros y los hombres con apego ansioso presentaban una menor insatisfacción que las mujeres.
- Conclusión: En este estudio, el apego ansioso en los hombres era un mayor problema para sus parejas, pero los datos no fueron significativamente diferentes. Por lo tanto, se establece que el apego ansioso y evitativo está intrínsecamente relacionado con una menor satisfacción marital.

8. Marital Quality and Attachment: The Mediator Role of Conflict Resolution Styles. [36]

- Participantes**:** Participaron 214 parejas heterosexuales con edades entre 18 y 75 años que vivían en distintos municipios de Brasil. La muestra consistió en un 68% de parejas casadas y un 32% de parejas que vivían juntas, pero no estaban casadas. La duración media de la relación con la pareja actual fue de 14.91 años.
- Procedimiento: Se contactó con los participantes por medio de escuelas, centros comunitarios, iglesias y también a partir de referencias hechas por los sujetos de estudio. Los participantes recibieron instrucciones para poder completar las escalas. Estas deberían responderse por separado y de forma simultánea, sin haber comunicación entre ellos. Para la recogida de datos, fue necesario que los participantes firmaran un consentimiento.

  Se utilizaron los métodos de Baron y Kenny (1986) para investigar en qué medida las estrategias de resolución de conflictos median la relación entre el apego adulto y la calidad marital. Según esos autores, se deben cumplir tres

condiciones para confirmar esta hipótesis: (a) la variable independiente (estilo de apego adulto) debe estar significativamente relacionada con la variable mediadora (estrategias de resolución de conflictos), (b) la variable mediadora debe estar relacionado significativamente con la variable dependiente (calidad marital), y (c) la adición de la variable mediadora debería debilitar la relación entre las variables independientes y dependientes. Además, también se utilizó el test de Sobel para medir el efecto indirecto de la variable independiente sobre la variable dependiente.

- Resultados: Primero se debe tener en cuenta que cuanto menor sea la escala GRIMS (marital quality), mayor será el nivel de calidad conyugal. Los resultados para los esposos indican que la calidad marital se correlacionó significativamente con todos los estilos de apego y de resolución de conflictos. El estilo de apego ansioso se asoció con la duración de la relación, educación e ingresos. El estilo de apego dificultad para confiar estaba relacionado negativamente con la educación.

  Según los resultados a partir del modelo de Baron y Kenny (1986) todos los análisis tuvieron valores Z mayores que +/- 1.46 y $p < .05$ en la prueba de Sobel. El análisis de la función de mediador se realizó por separado en esposos y esposas y se obtuvieron los siguientes resultados:

  - En el grupo de esposos, la relación entre el estilo de apego ansioso y la calidad conyugal estuvo mediada por los estilos de "compromiso de conflicto" y "retraimiento". En cuanto al estilo de "comodidad con cercanía", solo estuvo mediado por la resolución positiva de conflictos. Por último, el estilo de apego "incomodidad con la cercanía" estuvo mediado tanto por compromiso de conflicto como por resolución positiva de conflictos. En los esposos, la calidad marital está influenciada por un estilo de apego inseguro asociado con una resolución negativa de conflictos. Por otro lado, el apego seguro asociado con la resolución positiva del conflicto también tuvo un efecto en la calidad marital, disminuyendo los puntajes en la escala GRIMS, lo que indica un aumento en la calidad marital. Además, el tipo específico de apego "incomodidad con la cercanía" estuvo mediado por un estilo negativo y positivo de resolución de conflictos, donde el estilo negativo de resolución de conflictos aumenta los

puntajes GRIMS (β = 1.23), lo que sugiere una disminución en la calidad marital, mientras que el positivo disminuye los puntajes (β = -0.94), lo que indica un aumento en la calidad marital.

- En el grupo de esposas, los estilos de apego "ansioso", "dificultad para confiar" e "incomodidad con la cercanía" fueron mediados por todos los estilos de resolución de conflictos. Sin embargo, el estilo de apego "comodidad con cercanía" solo estuvo mediado por los estilos de "resolución positiva de problemas" y "cumplimiento". Los resultados indican que el estilo de apego de "ansiedad" aumenta los puntajes GRIMS (β = 0.80). Además, la resolución positiva de conflictos disminuye la puntuación GRIMS (β = -1.23), lo que indica un aumento en la calidad marital. Y el estilo de apego "comodidad con cercanía" disminuye los puntajes GRIMS (β = -0.70) y esa relación aumenta (β = -0.42) cuando está mediada por la resolución positiva de conflictos. Por lo tanto, la resolución positiva de problemas disminuye la puntuación GRIMS (β = -1.38) y mejora la calidad marital. Lo mismo ocurre con el estilo de apego “dificultad para confiar”, aumenta los puntajes GRIMS (β = 1.11), sin embargo, la relación disminuye (β = 0.86) cuando está mediada por el estilo de resolución de conflictos positivo. Con respecto al estilo de apego de "incomodidad con la cercanía", aumenta los puntos de la calidad marital (β = 1.11), sin embargo, la relación disminuye (β = 0.68) cuando está mediada por el estilo de resolución positiva de conflictos.

- Conclusión: Estos resultados son de gran valor para la práctica clínica, ya que muestran las ventajas del trabajo para mejorar estrategias de resolución positiva de problemas en parejas, ya que constituyen factores de protección contra el impacto del apego inseguro en la calidad conyugal. Es importante que los profesionales que trabajan con parejas conozcan el tipo de apego que tienen con el objetivo de promover mejores niveles de satisfacción marital.

9. **Differentiating Between Attachment Styles and Behaviors and their Association with Marital Quality.** [37]
   - Participantes**:** En este estudio participaron 1.360 individuos (680 parejas). La edad de los esposos varió de 19 a 68 años, con una edad promedio de 30 años mientras que la de las esposas varió de 18 a 70 años, con una edad promedio de 29 años. La duración del matrimonio de los participantes varió de menos de 3 meses a más de 40 años, siendo la duración media en la muestra de 1 a 2 años.
   - Procedimiento: Para llevar a cabo el estudio, se utilizó la escala de satisfacción de la relación, que mide del 1 al 5 la satisfacción del participante con áreas como la intimidad, el amor y la comunicación. Además, también se utilizó la escala de estabilidad de la relación que es una escala de tres ítems que pregunta con qué frecuencia pensaban que la relación estaba en problemas, con qué frecuencia pensaban terminar la relación y cómo a menudo se habían separado y vuelto a estar juntos. Por último, la escala de áreas problemáticas es una escala de 15 ítems que pregunta a los encuestados con qué frecuencia experimentan problemas en la relación en diversas áreas. Para el estudio del apego, se utilizó el cuestionario de apego adulto, el cual pide a los participantes que respondan con base en "sus pensamientos y sentimientos sobre las parejas románticas en general, incluyendo a su cónyuge. Los comportamientos de apego se midieron mediante la Escala breve de accesibilidad, capacidad de respuesta y compromiso (BARE), que se creó para proporcionar una medida que pueda evaluar los comportamientos clave del sistema de apego dentro de las relaciones de pareja. Las respuestas se puntuaron de modo que las puntuaciones más altas indicaron comportamientos de apego más seguros.
   - Resultados: Las estadísticas de las variables observadas indican que la muestra tiene relaciones óptimas con un estilo de apego seguro y mostrando altos niveles de comportamiento de apego y una buena calidad de relación. Para la calidad de la relación de los hombres, el estilo de apego seguro y los comportamientos seguros se relacionaron positivamente con la calidad de la relación ($B = 0.30$, $SE = 0.10$, $p = 0.002$) ($B = 0.57$, $SE = 0.08$, $p < 0.001$). Para las mujeres, el estilo de apego seguro como los comportamientos

seguros se relacionaron positivamente con la calidad de la relación (B = 0.36, SE = 0.09, p <0.001) (B = 0.37, SE = 0.08, p <.001).

- Conclusión: Este estudio demuestra que tanto el estilo de apego como los comportamientos de este predicen la calidad conyugal para hombres y mujeres y que los niveles más altos de calidad en la pareja están relacionados con el apego y comportamientos seguros. Por lo tanto, los estilos de apego están relacionados con el funcionamiento de la pareja y la satisfacción de la relación.

5.5 EVALUACIÓN DE LA CALIDAD DE LOS ESTUDIOS.

Se utilizó la aplicación "Fichas de Lectura Crítica 3.0" [51] desarrollada por Osteba, para analizar de forma completa, la evidencia científica de los artículos encontrados y así evaluar su fiabilidad e importancia. Además, con esta aplicación se puede observar la calidad de los estudios, permitiendo ordenarlos según esta característica.

Para poder valorar la calidad de los diferentes artículos, esta aplicación considera distintas variables de cada uno de ellos como son la referencia, la descripción del estudio, la pregunta de investigación, el método, los resultados, las conclusiones, el conflicto de interés, la validez externa y por último y más importante, la evaluación de la calidad del estudio, clasificándose en alta, media o baja.

Los datos que la web necesitaba se iban cumplimentando de manera adecuada para poder realizar la valoración y una vez agrupados, se formó automáticamente una tabla de evidencia para cada uno de los estudios dónde se resumen todos estos datos (ANEXOS 2-10).

De los 9 estudios incluidos en la RS, 4 eran de calidad alta, 4 de calidad media y 1 de calidad baja. En la siguiente tabla (TABLA 6), se pueden observar los resultados según la calidad obtenida. De esta manera, el color verde indica una calidad alta, el marrón una calidad media y el rojo una calidad baja:

Tabla 6. Calidad de los estudios incluidos en la RS.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA	CALIDAD
Mohammadi K, 2016 [29]	**Media**
Ripoll-Núñez K, 2011 [30]	**Media**
Gómez-Zapiain, 2011 [31]	**Alta**
Guzmán M, 2015 [32]	**Alta**
Amir Reza K A, 2016 [33]	**Alta**
Pedro M. F., 2015 [34]	**Media**
Molero F., 2011 [35]	**Baja**
Scheeren P, 2014 [36]	**Alta**
Sandberg J. G.,2017 [37]	**Media**

Esta tabla es de elaboración propia.

6. DISCUSIÓN.

En esta RS se ha propuesto evidenciar el papel mediador entre las diferentes dimensiones del apego y la satisfacción en la relación de pareja.

Con el análisis de cada uno de los estudios que conforman esta RS, se ha pretendido encontrar como afecta de forma positiva y/o negativa el tipo de apego en la satsifacción marital, a la vez que se han incluido distintas variables como son: el resultado de tener hijos, las diferentes características entre hombres y mujeres, el optimismo y la triangulación del niño.

6.1 RESUMEN DE LA EVIDENCIA DE LOS ESTUDIOS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.

Teniendo en cuenta las distintas variables de los diferentes estudios incluidos se ha podido observar que en el estudio de **Mohammadi K, 2016** [29] se consideró que el apego inseguro causa estrés en las parejas pudiendo sentirse inferiores, humilladas y con ansiedad de manera que aumenta la insatisfacción marital. Se debe tener en cuenta que hay algunas variables que no aparecen en el estudio, como por ejemplo el resultado de tener hijos, que tal y como indicó Noder [52] en un estudio, la satisfacción marital se puede ver disminuida a causa de esta variable. Por lo tanto, no solamente es importante el apego que se inculca desde la infancia sino todas las variables que influyen en ello. De igual manera, en el estudio de **Gómez-Zapiain, 2011** [31] se observó que el apego inseguro evitativo está relacionado con un mayor grado de conflicto personal, disminución del deseo sexual y disminución de la satisfacción marital. A diferencia del anterior, en este estudio sí que se tuvo en cuenta la variable hijos, así la responsabilidad para educar a los hijos recae en la mujer y por lo tanto, los cuidados hacia los hijos y la pareja se contraponen. De esta manera, se necesitan futuras investigaciones que relacionen la crianza y la estabilidad de las parejas con los cambios actuales.

Por otra parte, hay cuatro estudios en los que se ha tenido en cuenta las mujeres y los hombres por separado, el estudio de **Scheeren P, 2014** [36] indicó que los conflictos entre las parejas influyen de forma negativa en la satisfacción de estos pero a la vez, sirven para desarrollar estrategias reparadoras. En las mujeres aun con un estilo de apego seguro, la satisfacción marital se encuentra afectada por la resolución de conflictos de manera que

tienden a evaluar sus relaciones más negativas que los hombres, pero se necesitan más estudios para la afirmación de este fenómeno. Mientras que, en el estudio de **Ripoll-Núñez K, 2011** [30] se observó que el estilo de apego ansioso en los hombres afecta negativamente a las atribuciones de causalidad y responsabilidad y una disminución de la satisfacción, mientras que en las mujeres con este tipo de apego solamente afectan a la causalidad. Aunque para afirmar con exactitud estos datos se necesitan más estudios, hay autores como Barrón y Martínez-Íñigo [53] que han indicado que esto se debe a las experiencias sociales de las mujeres. Igual que en este último, en el estudio de **Molero F., 2011** [35] se apuntó que el apego ansioso de los hombres es un problema más grande para las mujeres que lo contrario, pero los datos no fueron significativamente diferentes. La diferencia de este estudio es que las personas con apego evitativo se presentaban menos satisfechas con su relación pero las que tenían un apego ansioso se sentían igualmente satisfechas aunque la satisfacción marital se encontrase disminuida. En el estudio de **Sandberg J. G.,2017** [37] se mostró que el apego seguro y los comportamientos de estas personas se relacionan de forma positiva en la calidad marital. Además, hay una diferencia entre como afectan los comportamientos y el estilo de apego entre los hombres y las mujeres de manera que un 78% de las mujeres tuvieron comportamientos y apegos seguros y en los hombres un 84% tuvieron también estas características. Este estudio también señaló que las mujeres están más influenciadas por las actitudes y el comportamiento de su pareja que vicevesa.

Teniendo en cuenta la variable optimismo, se encuentra el estudio de **Guzmán M, 2015** [32] que describió que mayores niveles de apego ansioso y evitativo se relacionan con un menor nivel de optimismo. De manera que, se pueden confirmar los planteamientos de que el apego seguro entre parejas aumenta la satisfacción, confianza y optimismo entre los dos, mientras que las parejas con apego inseguro son menos satisfactorias y se muestran más pesimistas. En el estudio de **Amir Reza K A, 2016** [33] también se relacionó el apego con el optimismo ya que se indicó que las personas con apego seguro se muestran positivas en su entorno y se sienten atraídas y aceptadas por los demás lo que aumenta la satisfacción entre las parejas, mientras que las personas inseguras ambivalentes o evitativas se muestran más negativas con los demás y por lo tanto, con mayor dificultad para establecer relaciones óptimas. Además, en este estudio también se incluyó la variable inteligencia emocional, la cual los autores Schutt y Mallouff [54] indicaron que con una alta Inteligencia Emocional (IE) se constituyen

comunicaciones satisfactorias y se expresan los sentimientos de forma adecuada y pacífica.

Desde otra perspectiva, en el estudio de **Pedro M. F., 2015** [34] también se apoyó el apego seguro como el más óptimo para tener una relación de pareja adecuada y estable pero además, indicó que la variable triangulación del niño se puede ver afectada con un apego evitativo en los padres y por lo tanto, una inadaptabilidad familiar que influye de forma negativa en estos, dañando el sistema familiar en conjunto.

Agrupando todos los estudios incluidos en esta RS, los 9 estudios han mostrado resultados favorables hacia el estilo de apego seguro. Cada uno de ellos, se ha relacionado con distintas variables pero todos han resultado convenientes en relación al apego seguro y la satisfacción en las parejas.

6.2 RECOMENDACIONES BASADAS EN LA EVIDENCIA.

Con todos los datos comprendidos a partir de los estudios incluidos en esta RS, se ha de determinar que:

6.2.1 IMPLICACIONES EN LA INVESTIGACIÓN.

El tipo de apego amoroso que se tiene con la pareja proviene de la relación de amor que se siente por primera vez con el cuidador principal de manera que este vínculo primigenio influirá y guiará en la forma en que la persona establezca vínculos amorosos en la edad adulta. Se propone el seguimiento en la investigación sobre los tipos de apego y de las relaciones de pareja, ya que cada uno tiene un estilo para relacionarse y el nivel de confianza, el optimismo y la satisfacción de la persona van a depender de cómo una persona se relaciona con la otra. Además, el apego va a darles seguridad, autoestima, confianza, autonomía y efectividad a las personas para enfrentarse al mundo que les rodea.[55] En todos los estudios incluidos en esta revisión se ha podido observar que el estilo de apego seguro siempre es el ideal, pero es necesario seguir realizando estudios para ver en qué diferentes variables pueden afectar los distintos estilos de apego existentes.

6.2.2 IMPLICACIONES EN LA PRÁCTICA.

Se plantea a los profesionales de salud en general y, en concreto de enfermería, seguir investigando sobre el tema objeto de esta RS, ya que es esencial tener una visión integral

de las personas para una adecuada prestación de los cuidados, se ha podido constatar que, el apego seguro es el más óptimo y los otros tipos de apego pueden producir problemas de interrelación que dificulten el desarrollo en la sociedad, viéndose afectadas distintas dimensiones de la propia persona.

Así mismo, las enfermeras matronas durante el embarazo, deben enseñar a los cuidadores principales a través de la Educación para la Salud que un buen apego precoz favorece los lazos afectivos entre el binomio es decir, entre el bebé y el cuidador principal, y que todo ello impulsa a un mejor desarrollo psicomotor y social en el futuro, relacionándose con mayor duración y mejor calidad con los demás.[56] De la misma manera, las enfermeras que trabajan en pediatría en el ámbito de Atención Primaria, pueden ofrecer una Educación para la Salud que fomente el apego seguro, ya que este será el más beneficioso para el bebé y así dar a entender que, con este tipo de apego se sentirán cómodos, valorados y amados al formar vínculos con otras personas y podrán constituir relaciones estables a lo largo de la vida.

6.3 LIMITACIONES DEL ESTUDIO.

En esta revisión se han encontrado ciertas limitaciones entre las cuales se puede destacar que no se ha encontrado ningún artículo en el que se estudie la relación entre la enfermería y el apego en las relaciones de pareja.

Además, también se excluyeron aquellos estudios que estaban escritos en un idioma distinto al inglés o al español.

Por último, otra limitación a tener en cuenta, es que todos los estudios son de tipo transversal de manera que no se permite examinar aspectos que en estudios longitudinales sí se podría, como por ejemplo el hecho de que a lo largo de la vida los tipos de apego podrían cambiar en función de las variables de cada investigación.

6.4 FORTALEZAS DE LA REVISIÓN SISTEMÁTICA.

El método PRISMA [27] es una de las fortalezas utilizadas en esta RS, ya que este método, presenta una estructura que aporta unas condiciones más óptimas de los estudios encontrados.

Por otro lado, se ha utilizado la página web "Fichas de lectura Crítica 3.0" [51] para evaluar los distintos estudios incluidos, de manera que con ello, se ha determinado la calidad de estos, ofreciéndoles una mayor fiabilidad científica.

Se debe recalcar que ninguno de los artículos que se han incluido en esta RS ha sido subvencionado por otras entidades que huvieran podido obtener beneficios de estos, es decir, no han sido financiados por terceros.

7. CONCLUSIONES.

Respecto al objetivo principal, se puede afirmar que existe una evidencia clara entre el apego y la calidad de las relaciones amorosas y que de ello va a depender que una relación sea más o menos sana, tóxica, obsesiva o desconfiada.

En relación al primer objetivo secundario, se ha podido hallar evidencia científica respecto a la hipótesis de que el apego seguro es el más óptimo para las personas ya que todos los estudios de esta revisión favorecen este planteamiento y afirman que estas personas tendrán una mejor autoestima, confianza y autonomía a lo largo de su vida.

En cuanto al segundo objetivo secundario, se ha demostrado que, según el tipo de apego de cada cónyuge, la satisfacción en la pareja se puede ver aumentada o disminuida de manera que las personas seguras suelen tener relaciones felices, emociones positivas y confianza, las evitativas suelen caracterizarse por una falta de confianza y una sobrepreocupación por las rupturas y las ambivalentes suelen tener experiencias dolorosas, intensas e inestables.

8. BIBLIOGRAFÍA.

1. Goldberg S. Origins of attachment theory. Attach Dev [Internet]. 2018;3-15. Disponible en: http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/inge_origins.pdf

2. Gago J. Teoria del apego. Esc Vasco Navarra Ter Fam [Internet]. 2016;1-11. Disponible en: https://docplayer.es/66136569-Teoria-del-apego-el-vinculo-josu-gago-agintzari-s-coop-de-iniciativa-social-escuela-vasco-navarra-de-terapia-familiar-1.html

3. Rodríguez EM. La teoría del apego de John Bowlby. La mente es maravillosa [Internet]. 2019;(La teoría del apego de John Bowlby):1. Disponible en: https://lamenteesmaravillosa.com/la-teoria-del-apego-de-john-bowlby/

4. John Bowlby [Internet]. Disponible en: https://www.lapsicologaonline.com/blog/11/4/2019/john-bowlby-y-la-teoria-del-apego

5. Vitales A, Una EN, Adolescentes MDE. 1ª Parte : Marco Teórico. :13-122. Disponible en: https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/9262/Primera_parte_MARCO_TEORICO.pdf?sequence=6

6. Rosmalen L van. From Security To Attachment [Internet]. 2015. Disponible en: https://openaccess.leidenuniv.nl/bitstream/handle/1887/33739/dissertation total 27 mei.pdf?sequence=15

7. Mary Ainsworth [Internet]. Disponible en: https://www.google.com/search?q=mary+ainsworth&sxsrf=ACYBGNSXP1Oa9_C25YtHum_LngCavlpvgA:1580482899988&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwiF887Oja7nAhXKzIUKHdGNAp4Q_AUoAnoECBMQBA&biw=1366&bih=657#imgrc=CC14LVry4Y7KfM

8. Grimalt O. L, Heresi M. E. Estilos de apego y representaciones maternas durante el embarazo. Rev Chil Pediatr [Internet]. 2012;83(3):239-46. Disponible en:

https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v83n3/art05.pdf

9. C . M. Parkes, J. Stevenson-Hinde & PM. Attachments and other affectional bonds across the life cycle. Ainsworth, MDS. 1991;33-51. Disponible en: https://psycnet.apa.org/record/1991-98002-002

10. Klaus E. Grossman, Karin Grossman EW. Attachment from Infancy to Adulthood [Internet]. 2005. Disponible en: https://psycnet.apa.org/record/2005-08055-000

11. Mónaco E, Schoeps K, Montoya-Castilla I. Attachment styles and well-being in adolescents: How does emotional development affect this relationship? Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2019;16(14). Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6678901/

12. Cotolı A. The impact of peer attachment on prosocial behavior , emotional difficulties and conduct problems in adolescence : The mediating role of empathy. 2020;1-18. Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6953841/

13. Czyżowska D, Gurba E, Czyżowska N, Kalus A, Sitnik-Warchulska K, Izydorczyk B. Selected predictors of the sense of intimacy in relationships of young adults. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2019;16(22). Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31766110

14. Tovar Cuevas J. Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali. Pensam psicológico [Internet]. 2007;3(8):85-107. Disponible en: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80130808

15. Medina JLV, López-Fuentes NIGA, Valdez JA, Jiménez MDCL. La elección real e ideal de pareja: Un estudio con parejas establecidas. Interam J Psychol [Internet]. 2007;41(3):305-11. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rip/v41n3/v41n3a05.pdf

16. López-Sánchez F. Apego y relaciones amorosas. Inf Psicológica [Internet]. 2003;82:36-48. Disponible en: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80130808

17. Guzmán M, Contreras P. Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. Psykhe [Internet]. 2012;21(1):69-82. Disponible en:

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282012000100005

18. Valdes J, Gonzales N, Sánchez Z. ELECCIÓN DE PAREJA EN UNIVERSITARIOS MEXICANOS Couple election in Mexican university students. Humor Int J Humor Res [Internet]. 2005;10:355-67. Disponible en: http://www.redalyc.org/pdf/292/29210210.pdf

19. Martínez-Álvarez JL, Fuertes-Martín A, Orgaz-Baz B, Vicario-Molina I, González-Ortega E. Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: El efecto mediador del apego actual. An Psicol [Internet]. 2014;30(1):211-20. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282014000100022

20. de la Barrera U, Schoeps K, Gil-Gómez JA, Montoya-Castilla I. Predicting Adolescent Adjustment and Well-Being: The Interplay between Socio-Emotional and Personal Factors. Int J Enviromental Res Public Heal [Internet]. 2019;16:4650. Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6926821/

21. Failo A, Giannotti M, Venuti P. Associations between attachment and pain: From infant to adolescent. SAGE Open Med [Internet]. 2019;7:205031211987777. Disponible en: https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2050312119877771

22. Salud CDELA. Principales Bases De Datos. 2016;1-7. Disponible en: http://evidenciaencuidados.es/MOOC/C2/Curso_02_U03_D01_web_b.html

23. Gonz C, Hospitalario C, Canalejo J. Buscar en MEDLINE con PubMed (Guía breve de uso) Buscar en MEDLINE con PubMed (Guía breve de uso). 2003; Disponible en: https://www.intramed.net/contenidover.asp?contenidoID=47544

24. D. L. MEDLINE no es la única solución - Puntos de vista - IntraMed [Internet]. [Internet]. 2007. Disponible en: https://www.intramed.net/contenidover.asp?contenidoID=47544

25. Per S, Per S, Los O, Per S, Regional RS, Latinoamericano C, et al. Criterios SciELO Perú : política y procedimientos para la admisión y permanencia de revistas científicas en la colección. 2018;1-7. Disponible en:

http://www.scielo.org.pe/criterios/criterios_es.htm

26. Pico E. Azucena Santillán. 2020;2-5. Disponible en: https://ebevidencia.com/archivos/163

27. Urrútia G. BX. Declaración PRISMA: una propuesta para mejorar la publicación de revisiones sistemáticas y metaanálisis [Internet]. Med Clin (Barc). 2010. Disponible en: http://www.prisma-statement.org/

28. Moher D, Liberati A, Tetzlaff J AD. The PRISMA Group (2009). PLoS Med [Internet]. 2009;6:1-2. Disponible en: http://www.prisma-statement.org/documents/PRISMA 2009 flow diagram.pdf

29. Mohammadi K, Samavi A, Ghazavi Z. The Relationship Between Attachment Styles and Lifestyle With Marital Satisfaction. 2016;18(4). Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4939067/pdf/ircmj-18-04-23839.pdf

30. Ripoll-Núñez KJ. Atribuciones sobre la pareja: Su papel como variable mediadora entre el apego y la satisfacción marital en parejas heterosexuales. Av en Psicol Latinoam [Internet]. 2011;29(1):47-61. Disponible en: http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v29n1/v29n1a05.pdf

31. Gómez-zapiain J, José M. Experiencia sexual , estilos de apego y tipos de cuidados en las relaciones de pareja. 2011; Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3628616

32. Católica U, Norte DEL. Apego romántico y optimismo en adultos chilenos. 2015;(3):224-35. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6755302

33. Reza A, Abbasi K, Tabatabaei SM, Sharbaf HA, Karshki H. Relationship of Attachment Styles and Emotional Intelligence With Marital Satisfaction. 2016;10(3). Disponible en: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5106763/pdf/ijpbs-10-03-2778.pdf

34. Pedro MF, Ribeiro T, Shelton KH. Romantic Attachment and Family Functioning :

The Mediating Role of Marital Satisfaction. 2015;3482-95. Disponible en: https://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=18&sid=f95c7337-9806-45a4-92f9-f794eaa9c122%40sessionmgr4006

35. Molero F, Shaver PR, Guirado IC, Alonso-arbiol I. Attachment insecurities and interpersonal processes in Spanish couples : A Attachment insecurities and interpersonal processes in Spanish couples : A dyadic approach. 2010;(January). Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/257142123_Attachment_insecurities_and_interpersonal_processes_in_Spanish_couples_A_dyadic_approach

36. Scheeren P. Marital Quality and Attachment : The Mediator Role of Conflict Resolution Styles 1 Qualidade Conjugal e Apego : O Papel Mediador dos Estilos de Resolução de Conflito Calidad Conyugal y Apego : El Papel del Mediador en los Estilos de Resolución de Conflict. 2014;24(58):177-86. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2014000200177

37. Sandberg JG, Bradford AB, Brown AP. Differentiating Between Attachment Styles and Behaviors and their Association with Marital Quality. Fam Process [Internet]. 2017;56(2):518-31. Disponible en: https://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=10&sid=58178857-851d-4e6e-80ad-755add3fd3c5%40sdc-v-sessmgr02

38. Style A, Men SP, Vasco P, Ehu UP V. Estilo de Apego , Empatía y Autoestima en Agresores de Pareja. 2012;30:61-70. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v30n2/art06.pdf

39. Caballero-gascón L, Gil-llario MD. La satisfacción sexual en parejas con estilos de apego seguro y ansioso. 2018;53-62. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6432622

40. Rocha Narváez B., Quintero Posada C., Roncancio Parra V., ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN Evaluación de la Asociación entre el Estilo de Apego Parental y los Celos Románticos en una Muestra de Estudiantes Universitarios Colombianos. Psychol Av la Discip [Internet]. 2019;57(1):13-24. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7050603

41. Rivera D. Satisfacción en las Relaciones de Pareja en la Adultez Emergente : El Rol del Apego , la Intimidad y la Depresión Satisfaction in Intimate Relationships in Emerging Adulthood : The Role of Attachment , Intimacy and Depression. 2011;29(56 2):77-83. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v29n1/art08.pdf

42. Trabucco C. Apego y Perdón en el Contexto de las Relaciones de Pareja. 2015;33:35-45. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v33n1/art04.pdf

43. Lucariello E, Isabel M, Caldera F. APEGO EN LA SATISFACCIÓN MARITAL. :99-110. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6456207

44. Cordero RV. Apego, relaciones de pareja y salud psicológica de militares desplegados en Líbano. 2015; Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=45661

45. Gómez-zapiain J, José M. Capacidad para aportar y solicitar apoyo emocional en las relaciones de pareja en relación con los perfiles de apego. 2012;28:303-12. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3782616

46. Smith M, South S. Romantic attachment style and borderline personality pathology : A meta- analysis. Clin Psychol Rev [Internet]. 2020;75(April 2019):101781. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.101781

47. Barón MJO, Zapiain JG, Apodaca P. Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. Psicothema [Internet]. 2002;14(2):469-75. Disponible en: http://www.psicothema.com/pdf/750.pdf

48. Valle L, Villa D. Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. Rev Of la Fed Iberoam Asoc Psicol [Internet]. 2018;9:27-41. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6323805

49. Iberoamericana U, Domingo S, Dominicana R. RELACIONES DE PAREJA : EVIDENCIAS A PARTIR DE UNA POBLACIÓN ADULTA JOVEN ADULT ATTACHMENT AND THE PERCEIVED QUALITY OF RELATIONSHIPS :

2016;(3):306-18. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6755323

50. Kohn JL, Rholes SW, Simpson JA, Martin AML, Tran SS, Wilson CL. Changes in Marital Satisfaction Across the Transition to Parenthood: The Role of Adult Attachment Orientations. Personal Soc Psychol Bull [Internet]. 2012;38(11):1506-22. Disponible en: http://pdfs.semanticscholar.org/8b02/7cf59e7bfc9316a933d2dc75c4d23fe190f5.pdf

51. López de Argumedo M, Reviriego E, Gutiérrez A BJ. Actualización del Sistema de Trabajo Compartido para Revisiones Sistemáticas de la Evidencia Científica y Lectura Crítica (Plataforma FLC 3.0). Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Servicio de Evaluación de Tecnologías Sanitarias del País [Internet]. Disponible en: http://www.lecturacritica.com/es/

52. Rawe VY, Boudri HU, Sedó CA, Carro M, Papier S, Nodar F. Healthy baby born after reduction of sperm DNA fragmentation using cell sorting before ICSI. Reprod Biomed Online [Internet]. 2010;20(3):320-3. Disponible en: https://www.rbmojournal.com/article/S1472-6483(09)00276-4/pdf

53. Barrón A, Martínez-Iñigo D. Atribuciones de causalidad y responsabilidad en una muestra de casados y divorciados. Psicothema [Internet]. 1999;11(3):551-60. Disponible en: http://www.psicothema.com/pdf/308.pdf

54. Hollander S, Mckenley J. Characteristic emotional intelligence and emotional wellTbeing. 2002;16. Disponible en: https://rune.une.edu.au/web/bitstream/1959.11/887/7/open/SOURCE04.pdf

55. Guerri M. El apego en las relaciones de pareja. [Internet]. 2017. Disponible en: https://www.psicoactiva.com/blog/apego-las-relaciones-pareja/

56. Lee S, Hahn C, Rhee M, Oh JE, Song J, Chen Y, et al. El papel de la enfermera como «apegadora» o facilitadora del desarrollo del apego. J Chem Inf Model [Internet]. 2012;53(9):1689-99. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1016/j.tws.2012.02.007

9. ANEXOS.

9.1 ANEXO 1: PREGUNTA PICO.

La correcta construcción y estructuración de una pregunta es esencial para poder encontrar respuestas. Por ello, elaborar una pregunta lleva tiempo y dedicación para lograr el éxito.

En primer lugar, se deben identificar los cuatro componentes que conforman el acrónimo PICO:

- P: Población a estudio, se definirá la población que se estudiará en la investigación, de la forma más concreta posible. Por ejemplo: pacientes con EPOC, personas con úlceras por presión, etc.

- I: Intervención que se desea analizar de la manera más exacta posible. Hace referencia a tratamientos, procedimientos, intervenciones, etc. Por ejemplo: Uso de aerosoles, utilización de colchón antiescaras, etc.

Una valiosa herramienta con la que cuenta enfermería es el NIC, que estandariza y unifica de forma internacional todas las actividades de enfermería.

- C: Intervención de comparación: a veces se compara entre diversas intervenciones en busca de la más correcta, en otras ocasiones se compara el hecho de intervenir con el hecho de no intervenir. En otras ocasiones, esta parte no es adecuada.

- O: Outcomes (del inglés, Resultados en español). Los resultados deben de ser relevantes social, clínica y económicamente. Además, deben de ser medibles.

Posterior a esto, se debe clasificar la pregunta en términos de idoneidad, pertinencia relevancia, etc. Esta forma de estructuración siguiendo el acrónimo PICO junto la posterior selección de la pregunta, fijará los criterios tanto de inclusión como de exclusión de los estudios de la búsqueda pertinente, así como el tipo de estudio óptimo para la investigación en cuestión. [26]

9.2 ANEXO 2: Mohammadi 2016

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Mohammadi 2016	**Diseño:** Ensayo clínico. **Objetivos:** El propósito de este estudio fue investigar la relación entre los estilos de apego y estilos de vida con la satisfacción marital. **Localización y periodo de realización:** Este estudio se desarrolló en una empresa de Irán	**Población:** En este estudio, se incluyeron a 146 parejas que trabajaban en una empresa de Irán. Los pacientes tenían entre 30 y 40 años y estaban casados desde 5 a 10 años. **Intervención:** Se utilizaron los cuestionarios de la escala de apego adulto revisada (RAAS), el cuestionario de estilo de vida (LSQ), y la Escala de satisfacción marital. **Resultados analizados:** Se quiso estudiar la influencia del estilo de vida y del estilo de apego en la satisfacción marital según los resultados obtenidos en las diferentes escalas medidas	**Nº participantes/grupo:** Participaron 292 personas **Intervención grupo experimental:** El estudio se realizó mediante una serie de cuestionarios entres los que podemos encontrar la escala de apego adulto revisada (RAAS), el cuestionario de estilo de vida (LSQ), y la Escala de satisfacción marital. Para analizar los datos, se utilizaron estadísticas descriptivas (media, desviación estándar, frecuencia, porcentaje) y estadísticas inferenciales (coeficiente de correlación de Pearson y regresiones múltiples). **Método enmascaramiento:** En este estudio, se ha realizado un ciego simple, ya que los participantes no conocen su asignación dentro de los grupos de estudio. **Pérdidas post aleatorización:** No	**Efectos clínicos beneficiosos:** Un estilo de apego dependiente y seguro influye de forma positiva y significativamente la satisfacción conyugal. **Efectos adversos:** Un estilo de apego ansioso influye negativa y significativamente con la satisfacción conyugal.	Las personas se desarrollan a partir de su estilo de apego y de vida con los diferentes entornos sociales. Este estudio muestra la importancia del apego en las relaciones tempranas que serán las determinantes en cuanto a la selección de un compañero y la satisfacción matrimonial.	MEDIA

9.3 ANEXO 3: Guzmán 2015

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Guzmán 2015	**Diseño:** Ensayo clínico **Objetivos:** Describir las dimensiones de ansiedad y evitación del apego romántico y describir los niveles de optimismo en una muestra de personas adultas.	**Población:** Participaron 734 personas entre 18 y 65 años de edad y que habían tenido al menos una relación de pareja o encontrarse en una. **Intervención:** Se utilizaron distintas cuestionarios para valorar el apego en parejas y el optimismo.. **Resultados analizados:** Se pretende estudiar en qué medida el apego en las parejas afecta al optimismo. **Tiempo de seguimiento:** Sin información	**Nº participantes/grupo:** Participaron 734 personas. **Intervención grupo experimental:** Se utilizaron distintas herramientas: se utilizó el cuestionario Experiences in Close Relationships (ECR) para valorar la evitación y la ansiedad ansiedad acerca de las relaciones. Por otra parte, se utilizó el Life Orientation Test Versión Revisada para poder valorar el optimismo. **Método enmascaramiento:** Se realizó un ciego simple ya que los participantes no saben en qué grupo de inclusión del estudio se encuentran. **Pérdidas post aleatorización:** No	**Efectos clínicos beneficiosos:** Según el análisis de las diferentes variables se obtiene que tanto la ansiedad, $t = -7.07$, $p < 0.05$, como la evitación, $t = -5.93$, $p < 0.05$ se relacionan con un menor optimismo.	Las parejas con un apego más seguro son capaces de confiar con los otros y durante toda la vida tienen un nivel más alto de optimismo.	ALTA

9.4 ANEXO 4: Ripoll-Núñez, 2011

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Ripoll-Núñez, 2011	**Diseño:** Ensayo clínico **Objetivos:** ¿Tienen las atribuciones de causalidad y responsabilidad de cada miembro de la pareja un papel mediador en el efecto de sus características de apego sobre su satisfacción con la relación, aun cuando se controlan los efectos de las características individuales de la otra persona? **Localización y periodo de realización:** El estudio se realizó en Colombia.	**Población:** La muestra estuvo conformada por 183 parejas heterosexuales. la edad de los hombres oscilaba entre 19 y 69 años y la edad de las mujeres entre 18 y 62 años. **Intervención:** Se utilizó un cuestionario de información personal, un cuestionario de apego adulto, un cuestionario de atribuciones y un cuestionario de ajuste marital. **Resultados analizados:** Se quiere estudiar si las características de apego del hombre tienen un efecto sobre la satisfacción de la mujer con la relación de pareja que está mediado por las atribuciones del hombre sobre el comportamiento negativo de su pareja y	**Nº participantes/grupo:** Participaron 183 parejas heterosexuales. **Intervención grupo experimental:** Se utilizaron cuatro tipos de cuestionarios: Cuestionario de información personal, un cuestionario de apego adulto, cuestionario de atribuciones y un cuestionario de ajuste marital. **Método enmascaramiento:** Se utilizó el método ciego simple, ya que los participantes no son sabedores del grupo en el que están incluido.	**Efectos clínicos beneficiosos:** Los resultados obtenidos coinciden en que el apego en la pareja está relacionado con la satisfacción de estos y por lo tanto, el apego inseguro y ansioso influye de forma negativa tanto en la satisfacción de uno mismo en la relación y en la de su pareja	Los resultados nos mostraron la importancia de tener en cuenta tanto las características del individuo sobre él mismo y sobre su pareja, ya que tanto su forma de apego como sus rasgos, ya que estos van a influir de forma positiva o negativa en la satisfacción de la relación.	MEDIA

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
		viceversa.				

9.5 ANEXO 5: Gómez-Zapiain, 2011

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Gómez-Zapiain, 2011	**Diseño:** Ensayo clínico. **Objetivos:** 1. Analizar la relación existente entre los perfiles de apego y algunos aspectos del comportamiento sexual. 2.Analizar las relaciones entre los perfiles de apego y el tipo de cuidados ejercidos en la pareja. 3. Analizar las posibles interacciones entre las variables procedentes de los tres sistemas. 4.nExplorar las posibles diferencias de género en las variables estudiadas. **Localización y periodo de realización:** El estudio se realizó en el País Vasco.	**Población:** En el presente estudio participaron 211 personas, 116 fueron mujeres y 95 varones. Las edades comprendidas van de los 20 a los 65 año. Del conjunto de la muestra el 89.5% tenían una pareja estable en el momento de participar en la investigación. El tiempo medio de relación de pareja se situó en 13.52 años. **Intervención:** Se enviaron una serie de cuestionarios que los participantes debían rellenar: un cuestionario general de recogida de datos, una valoración del estilo de apego, escala de valoración del conflicto del deseo sexual, la satisfacción marital y una escala de cuidados.	**Nº participantes/grupo:** Participaron 213 parejas. **Intervención grupo experimental:** Un cuestionario general de recogida de datos personal, para la valoración del apego, se utilizó la escala Experiences in close relationships, para medir la satisfacción sexual se utilizó la escala MSI (Marital Satisfaction Inventory) y, por último, la escala de cuidados, midiendo los cuidados sensibles, cuidados compulsivos y cuidados de control. **Método enmascaramiento:** Se utilizó el ciego simple, ya que los participantes no conocen en que grupo del estudio están asigandos. **Pérdidas post aleatorización:** No	**Efectos clínicos beneficiosos:** Aquellas personas con apego seguro tienen efectos positivos en su relación y una mejor satisfacción marital. Además, estos también ofrecen cuidados sensibles. **Efectos adversos:** El estilo de apego evitativo está relacionado con el conflicto personal y con la satisfacción sexual. En relación con los tipos de cuidados, las personas con apego evitativo se asocian negativamente con los cuidados sensibles hacia la pareja, tanto en hombres como en mujeres y en los hombres también con el tipo de cuidados control.	El apego seguro es el más óptimo para las parejas ya que estos, dan cuidados sensibles, se asocian con una mayor satisfacción sexual y con una reducción de problemas en cuanto al deseo sexual.	ALTA

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
		Resultados analizados: Se quiere estudiar los efectos de los estilos de apego y la calidad en las parejas.				

9.6 ANEXO 6: Reza 2016

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Reza 2016	**Diseño:** Ensayo controlado aleatorizado. **Objetivos:** El objetivo de este estudio es estudiar cómo influyen los estilos de apego y la inteligencia emocional en la satisfacción matrimonial. **Localización y periodo de realización:** Este estudio incluyó a todas las personas casadas en Mashhad, Irán, que se habían casado por primera vez el año anterior a la investigación en 2011.	**Población:** El tamaño de la muestra fue de 384 personas. Primero, seis de los trece distritos de Mashhad fueron seleccionados por un método de muestreo aleatorio. Luego, se seleccionaron casas al azar y las preguntas se distribuyeron entre familias. **Intervención:** A los participantes, se les envió un cuestionario de información personal, un cuestionario de apego de Simpson, un cuestionario de inventario de cociente emocional (EQ-i) y el cuestionario de satisfacción matrimonial enriquecida (EM).	**Nº participantes/grupo:** Participaron 382 personas. **Intervención grupo experimental:** A los participantes, se les envió un cuestionario de información personal, un cuestionario de apego de Simpson, un cuestionario de inventario de cociente emocional (EQ-i) y el cuestionario de satisfacción matrimonial enriquecida (EM). **Método enmascaramiento:** Se utilizó el método de enmascaramiento ciego simple, ya que los participantes no sabían en qué grupo del estudio estaban incluidos. **Pérdidas post aleatorización:** No	**Efectos clínicos beneficiosos:** Los resultados obtenidos fueron que la satisfacción marital tenía una relación positiva y significativa con un estilo de apego seguro (0.609ª) y con la inteligencia emocional (0.108). **Efectos adversos:** La satisfacción marital tenía una relación negativa significativa con un apego evitativo y apego ansioso (-0.446ª y -0.564ª, respectivamente) (ª=P)	El estilo de apego seguro es el más óptimo para tener una buena inteligencia emocional y una satisfacción marital adecuada.	ALTA

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
		Resultados analizados: Se quiere estudiar cual es la satisfacción marital que reciben las parejas según el estilo de apego y la inteligencia emocional. **Tiempo de seguimiento:** Durante 2011.				

9.7 ANEXO 7: Pedro 2015

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Pedro 2015	**Diseño:** Ensayo clínico **Objetivos:** El objetivo de este estudio es medir la satisfacción matrimonial de hombres y mujeres, en relación entre las dimensiones de apego romántico y la cohesión familiar. **Localización y periodo de realización:** El estudio se realizó entre familias que vivían en Portugal.	**Población:** La muestra estaba comprendida por 519 parejas casadas o no, con al menos un hijo entre 9 y 13 años. La edad promedio de mujeres y hombres fue de 40.53 años y 43.12, respectivamente. **Intervención:** Para realizar la intervención se enviaron unos cuestionarios a cada cónyuge y se les pidió que los completaran de forma independiente. **Resultados analizados:** Se pretende estudiar la relación entre la satisfacción marital y los estilos de apego y el funcionamiento familiar. **Tiempo de seguimiento:** No	**Nº participantes/grupo:** Participaron 519 parejas. **Intervención grupo experimental:** Se utilizaron una serie de cuestionarios que contenían medidas relacionadas con la demografía familiar, la satisfacción marital, el apego romántico y el funcionamiento familiar. **Método enmascaramiento:** Se utilizó el ciego simple. **Pérdidas post aleatorización:** No	**Efectos clínicos beneficiosos:** Se mostró que los bajos niveles de ansiedad de los cónyuges por el abandono y la evitación de la intimidad se asocian con mayores niveles de satisfacción conyugal y una mejor adaptabilidad familiar. **Efectos adversos:** La ansiedad y la evitación del apego se asociaron negativamente con la satisfacción conyugal.	Los matrimonios con un apego seguro están asociados con un mejor funcionamiento familiar.	MEDIA

9.8 ANEXO 8: Molero 2011

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Molero 2011	**Diseño:** Ensayo controlado aleatorizado. **Objetivos:** El objetivo de este estudio fue estudiar la relación entre los estilos de apego y la calidad en las parejas. **Localización y periodo de realización:** El estudio se realizó en España.	**Población:** Participaron un total de 295 parejas, cuyas edades oscilaban entre los 17 y 77 años. Además, la duración de la relación varió de 6 meses a 60 años. **Intervención:** Se utilizan distintos cuestionarios para establecer el apego y la relación de pareja. **Resultados analizados:** Se prentende estudiar la satisfacción de las parejas con el tipo de apego que tienen. **Tiempo de seguimiento:** Sin información	**Nº participantes/grupo:** 295 parejas. **Intervención grupo experimental:** Los participantes respondieron una versión en español de la ECR que mide la ansiedad y la evitación relacionadas con el apego. Además, respondieron a la pregunta: "¿Hasta qué punto está satisfecho con su relación actual?" Utilizando una escala de 5 puntos. **Intervención grupo control:** Sin información **Método enmascaramiento:** Sin información **Pérdidas post aleatorización:** No	**Efectos clínicos beneficiosos:** Los hombres y las mujeres con apego ansioso y evitativo se encontraban menos satisfechos con su pareja **Efectos adversos:** No	El apego ansioso y evitativo está intrínsecamente relacionado con una menor satisfacción marital.	BAJA

9.9 ANEXO 9: Scheeren 2014

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Scheeren 2014	**Diseño:** Ensayo clínico. **Objetivos:** El objetivo de este estudio fue comprobar si los estilos de resolución de conflictos actúan como mediadores de relación entre los estilos de apego y la calidad marital. **Localización y periodo de realización:** Este estudio se realizó en personas de 28 municipios de Rio Grande do Sul (Brasil).	**Población:** Participaron 214 parejas heterosexuales con edades entre 18 y 75 años que vivían en distintos municipios de Brasil. La muestra consistió en un 68% de parejas casadas y un 32% de parejas que vivían juntas, pero no estaban casadas La duración media de la relación con la pareja actual fue de 14.91 años. **Intervención:** Se utilizaron distintas escalas que nos darán la información necesaria para establecer los resultados que necesitamos.	**Nº participantes/grupo:** Participaron 214 parejas. **Intervención grupo experimental:** Se utilizaron los métodos de Baron y Kenny para investigar en qué medida las estrategias de resolución de conflictos median la relación entre el apego adulto y la calidad marital. Además, también se utilizó el test de Sobel para medir el efecto indirecto de la variable independiente sobre la variable dependiente. **Intervención grupo control:** Sin información **Método enmascaramiento:** Se utilizó el modelo ciego simple, ya que los participantes no saben en qué grupo están incluidos. **Pérdidas post aleatorización:** No	**Efectos clínicos beneficiosos:** El apego seguro asociado con la resolución positiva del conflicto también tuvo un efecto en la calidad marital, disminuyendo los puntajes en la escala GRIMS, lo que indica un aumento en la calidad marital. **Efectos adversos:** Los estilos de apego "ansioso", "dificultad para confiar" e "incomodidad con la cercanía" obtuvieron puntos más altos en la escala de GRIMS, lo que indica una disminución de la calidad marital.	Estos resultados son importantes, ya que constituyen factores de protección contra el impacto del apego inseguro en la calidad conyugal.	ALTA

9.10 ANEXO 10: Sandberg 2017

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Sandberg 2017	**Diseño:** Ensayo clínico. **Objetivos:** El objetivo este estudio fue comparar los diferentes estilos de y los comportamientos de apego en la calidad de la relación para las parejas casadas. **Localización y periodo de realización:** Este estudio se realizó en América entre 2011 y 2013.	**Población:** En este estudio participaron 1.360 individuos (680 parejas). La edad de los esposos varió de 19 a 68 años mientras que la de las esposas varió de 18 a 70 años. **Intervención:** Para llevar a cabo el estudio, se utilizan una serie de escalas que valoran los aspectos más importantes para obtener los resultados de este estudio. **Resultados analizados:** Se pretende estudiar la calidad de las parejas en función del estilo de apego. **Tiempo de seguimiento:** Personas que respondieron los cuestionarios entre 2011 y 2013.	**Nº participantes/grupo:** Participaron 680 parejas. **Intervención grupo experimental:** Se utilizó la escala de satisfacción de la relación, la escala de estabilidad de la relación y la escala de áreas problemáticas. Además, también se utilizó el cuestionario de apego adulto. **Método enmascaramiento:** Se utilizó el modelo ciego simple, ya que los participantes no saben en que grupo están incluidos en el estudio. **Pérdidas post aleatorización:** No	**Efectos clínicos beneficiosos:** Para la calidad de la relación de los hombres, el estilo de apego más seguro y los comportamientos seguros se relacionaron positivamente con la calidad de la relación (B = 0.30, SE = 0.10, p = 0.002) (B = 0.57, SE = 0.08) **Efectos adversos:** No	Este estudio demuestra que los niveles más altos de calidad en la pareja están relacionados con el apego y comportamientos seguros.	MEDIA