

Roberto García Sánchez^{1*} 
Samuel Pérez Bravo¹ 

1. Universidad Europea de Canarias. Santa Cruz de Tenerife, España.

*AUTOR DE CORRESPONDENCIA

Roberto García Sánchez
Correo: roberto.garcia@universidadeuropea.es

*Revisión sistemática sobre apego infantil
y su influencia en distintas áreas vitales*

*Systematic review on child attachment
and its influence on different areas of life*

RESUMEN

Introducción: La teoría del apego, central en la comprensión del desarrollo emocional, social y cognitivo infantil, ha sido ampliada por diversos autores tras su conceptualización inicial por Bowlby. Este trabajo revisa de manera sistemática la literatura reciente, centrándose en la influencia de los diferentes estilos de apego en el desarrollo vital y académico de niños y adolescentes. **Objetivo:** Evaluar la relación entre los estilos de apego y su impacto sobre el desarrollo integral y el rendimiento académico en población infanto-juvenil, identificando las implicaciones educativas y sugerencias para futuras intervenciones. **Material y métodos:** Se realizó una revisión sistemática de artículos empíricos (2015-2025) en PubMed y Google Académico, siguiendo el método PRISMA. Se incluyeron estudios en inglés y español, con texto completo y revisados por pares, centrados en la relación entre apego, desarrollo y rendimiento académico. Se excluyeron revisiones, estudios teóricos y aquellos sin aplicabilidad didáctica o sin enfoque en población infanto-juvenil. **Resultados:** Se identificaron cuatro estilos principales de apego: seguro, inseguro-evitativo, inseguro-ambivalente y desorganizado. Apego seguro: Vinculado a mayor autoestima, habilidades sociales y mejor desempeño académico. Apegos inseguros: Asociados a mayor riesgo de dificultades emocionales, menor rendimiento escolar y afectación en la regulación emocional. **Conclusiones:** El establecimiento de vínculos seguros entre cuidadores, docentes y menores es esencial para promover el desarrollo óptimo y prevenir dificultades emocionales y académicas. Se destaca la necesidad de fomentar estrategias educativas y familiares que potencien el apego seguro y de profundizar la

ABSTRACT

Introduction: Attachment theory, a foundational framework for understanding emotional, social, and cognitive development in childhood, has been extended by various scholars following its initial conceptualization by Bowlby. This study provides a systematic review of recent literature, focusing on the influence of different attachment styles on the lifelong and academic development of children and adolescents. **Objective:** To assess the relationship between attachment styles and their impact on the holistic development and academic performance of child and adolescent populations, identifying educational implications and recommendations for future interventions. **Materials and Methods:** A systematic review of empirical articles published between 2015 and 2025 was conducted using PubMed and Google Scholar, following the PRISMA guidelines. Included studies were published in English or Spanish, peer-reviewed, and provided full-text access, with a primary focus on the relationship between attachment, development, and academic achievement. Excluded were theoretical papers, reviews, studies lacking didactic applicability, or those not focused on child and adolescent populations. **Results:** Four primary attachment styles were identified: secure, insecure-avoidant, insecure-ambivalent, and disorganized. Secure attachment was associated with higher self-esteem, improved social skills, and better academic outcomes. Insecure attachment styles were correlated with increased emotional difficulties, lower academic performance, and impaired emotional regulation. **Conclusions:** The establishment of secure attachment relationships between caregivers, educators, and children is critical for fostering optimal development and preventing emotional and academic

investigación en apego desorganizado, especialmente en contextos de vulnerabilidad.

Palabras clave: apego, desarrollo infantil, rendimiento académico, estilos de apego, educación.

difficulties. The findings underscore the need to promote educational and family-based strategies that strengthen secure attachment and highlight the importance of further research on disorganized attachment, particularly in vulnerable populations.

Keywords: Attachment, child development, academic performance, attachment styles, education.

INTRODUCCIÓN

Para comprender el desarrollo del vínculo entre cuidadores principales y bebés, Bowlby formuló su teoría apoyada en su experiencia personal. Perteneciente a una familia de clase media alta, vivió la muerte de su padre a los cuatro años y una madre ausente por razones profesionales, lo que llevó a que estableciera un fuerte lazo con su niñera. Esta figura fue tan significativa que la comparó con la pérdida materna, que lo marcó profundamente y despertó su interés por el estudio de los vínculos afectivos.

Bowlby afirmó que la tendencia a crear vínculos emocionales estrechos es una constante humana desde la infancia hasta la vejez. Estos primeros vínculos suelen formarse con el progenitor o figura sustituta, quien provee protección y consuelo (1). Sus ideas principales fueron recogidas en la trilogía *Apego y pérdida: Apego* (1969), *Separación* (1973) y *Pérdida, tristeza y melancolía* (1980).

Gracias a la colaboración con Mary Ainsworth, esta teoría cobró fuerza y fue ampliada por autores como Mary Main y Peter Fonagy, quienes demostraron que los apegos se mantienen durante toda la vida. Según esta perspectiva, el apego consigue potenciar la supervivencia porque se expresa a través de respuestas emocionales adaptativas en contextos de peligro, ligadas al sistema nervioso central, y favorece la protección por parte de los cuidadores (2). Así, Bowlby observó el comportamiento infantil —en presencia y ausencia de la madre—, mostrando cómo estas experiencias influyen directamente en el desarrollo de la personalidad (2).

Bowlby identificó cuatro etapas en la formación del apego (3):

- Búsqueda de intimidad: contacto y mantenimiento de la cercanía con el cuidador.

- Protesta por separación: resistencia ante la separación.
- Base segura: el cuidador es punto de partida para explorar el entorno.
- Refugio seguro: el niño busca al cuidador para apoyo y consuelo (Fig. 2).

López (4) propuso que, además de factores conductuales, existen componentes cognitivos y emocionales responsables del apego (5) (Fig. 3). Cantero (6) argumentó que la calidad del apego también está determinada por modelos mentales que influyen en las conductas y emociones asociadas. Si los cuidadores cuentan con modelos mentales receptivos, el apego es seguro y regulado, generando confianza. De lo contrario, un modelo inadecuado produce inseguridad y desconfianza (7) (Fig. 4).

Bowlby realizó dos aportaciones principales: estableció el apego como un sistema motivacional esencial y biológico, y destacó que las diferencias en su funcionamiento dependen de los modelos internos del individuo (8). Así, este modelo se construye en la infancia en función de quién es el cuidador y su respuesta ante las señales del niño (3). Un cuidador sensible y receptivo generará una imagen positiva, mientras que la insensibilidad provoca desconfianza y percepciones negativas (7).

Mary Ainsworth corroboró empíricamente las teorías de Bowlby con el estudio de Baltimore, en el que introdujo la «situación extraña». Se analizaron comportamientos de madres y bebés en dos contextos (Uganda y Baltimore [Estados Unidos]), concluyendo que los niños africanos mostraban apegos más estables. En esos experimentos, los episodios grabados mostraron cómo la mayoría de los niños restablecía la conexión materna tras breves separaciones, aunque

algunos presentaban respuestas diversas como detener la exploración, mostrar enfado o signos de depresión. Ainsworth observó que la calidad del afecto era más relevante que la cantidad, lo que dio lugar a los actuales estilos de apego (9).

Mary Main profundizó en estos patrones, hallando una correlación entre el tipo de apego de los niños y el estado mental de los padres ante el apego, focalizándose en las representaciones mentales internas. Para ello, desarrolló la «Adult Attachment Interview» (AAI), permitiendo a los adultos reflexionar retroactivamente sobre sus vínculos primarios (10). Main demostró que la calidad de apego en la infancia predecía el desarrollo posterior, y Marinus van Ijzendoorn lo confirmó en 1995 con la AAI. Se concluyó que la puntuación AAI de los padres predice el comportamiento de sus hijos en situaciones similares, perpetuando estilos de apego seguros o evitativos.

Según Main (10), el apego se deriva de la flexibilidad mental de los padres, quienes deben ser sensibles a las necesidades infantiles, construyendo confianza. Peter Fonagy extendió estas ideas, estudiando la transmisión intergeneracional del apego: los padres con mayor capacidad reflexiva tienden a criar hijos más seguros. Fonagy agregó el concepto de sistema mentalizador, que engloba la capacidad de comprender y anticipar las propias conductas y las ajenas (11).

Fonagy propuso tres etapas para la mentalización:

- Equivalencia mental: no se distingue entre mundo interno y externo.
- Simulación: ambos mundos se diferencian.
- Mentalización: capacidad reflexiva avanzada.

Cuando la última etapa no se desarrolla, predomina el apego inseguro, aunque puede revertirse a través de psicoterapia (8). Así, incluso los padres con historias de apego inseguro pueden, mediante la regulación afectiva y la mentalización, criar hijos con apego seguro y bienestar.

TRIÁNGULO DEL APRENDIZAJE

El modelo del Triángulo del aprendizaje de Geddes (12) enfatiza la naturaleza relacional de la experiencia

educativa, postulando que el aprendizaje efectivo surge de la interacción dinámica entre tres vértices: alumno, docente y tarea. Desde una perspectiva psicológica, el estilo de apego de cada alumno condiciona no solo su disposición emocional y actitudinal frente a las tareas, sino también la calidad de las relaciones que establece con sus profesores y compañeros. Así, el apego, al originarse de los primeros vínculos afectivos, actúa como un sistema regulador interno que potencia o limita la exploración, la autorregulación y la apertura al aprendizaje.

- Alumno: Un niño con apego seguro presenta una mayor confianza para explorar y enfrentar desafíos académicos, mostrando resiliencia ante la frustración y mayor capacidad para solicitar ayuda cuando la necesita. Por el contrario, estilos inseguros tienden a asociarse con conductas de evitación o ansiedad, dificultades en la autorregulación y menor implicación en las tareas propuestas.
- Docente: Los profesores pueden funcionar como figuras de apego alternativo dentro del contexto escolar. Su sensibilidad y capacidad de contención emocional resultan clave para promover un clima de confianza y seguridad psicológica, especialmente en estudiantes con historias de apego inseguro.
- Tarea: El tipo de vínculo establecido con la tarea refleja tanto la representación interna que el niño tiene de sí mismo como su percepción de apoyo externo. Estudiantes con apego seguro suelen mostrar mayor perseverancia y motivación intrínseca, mientras que aquellos con estilos inseguros pueden experimentar bloqueos, evitación o sobre-dependencia en el acompañamiento docente.

La psicología del aprendizaje atribuye una importancia central a la calidad de estas interacciones: la presencia de apego seguro favorece la flexibilidad cognitiva, la regulación emocional y el afrontamiento adaptativo de retos; mientras, los apegos inseguros pueden limitar la disposición al aprendizaje colaborativo, la tolerancia al error y el sentido de autoeficacia.

18 Cuando alguna de las conexiones del triángulo se ve afectada por patrones de apego inseguros (ansiosos, evitativos o desorganizados), pueden surgir dinámicas disfuncionales, tales como resistencia a la tarea, relaciones conflictivas con la figura docente o retraimiento social, lo que repercute directamente en el proceso académico.

Comprender el Triángulo del aprendizaje desde esta perspectiva permite a los profesionales de la educación identificar prematuramente indicadores de dificultades, adaptar estrategias pedagógicas y favorecer la formación de vínculos seguros en el aula. El objetivo último es propiciar entornos que potencien la autorregulación, el sentido de pertenencia y la autoestima académica de cada estudiante, con una visión integradora del desarrollo psicológico y social.

Objetivos

El presente estudio tiene como objetivo principal explorar y sintetizar la literatura científica sobre la teoría del apego y su impacto en el desarrollo integral del individuo, con especial atención al rendimiento académico. Para ello, se llevó a cabo una revisión sistemática exhaustiva de los últimos 10 años, utilizando de manera sistemática las bases de datos PubMed y Google Académico en todas las fases del proceso de revisión. Esta estrategia permitió identificar y describir los diferentes tipos de apego, así como analizar cómo cada uno de ellos influye en el desempeño escolar y en diversas áreas del desarrollo humano. De forma específica, se pretende esclarecer las consecuencias que los distintos estilos de apego — desde el seguro hasta el desorganizado — ejercen sobre las dimensiones psicológica, social y emocional de los niños. Se destaca la importancia del apego seguro como factor protector y promotor de resultados positivos en todas las esferas del desarrollo, mientras que se examinan las implicaciones negativas del apego inseguro, que puede dificultar la adaptación social y aumentar la vulnerabilidad a problemas psicológicos y de rendimiento académico.

Asimismo, este trabajo se plantea como punto de partida para futuras investigaciones, especialmente

en el ámbito del apego desorganizado, donde se ha detectado una notable escasez de información y producción científica. Se busca fomentar la generación de conocimiento que permita diseñar e implementar estrategias educativas eficaces para abordar las limitaciones asociadas a los estilos de apego inseguro, promoviendo así un entorno de aprendizaje más inclusivo y enriquecedor.

Con todo esto, se subraya la relevancia de crear vínculos seguros y positivos entre maestros y alumnos desde las primeras etapas educativas, considerándolos un factor clave para el desarrollo de adultos autónomos y resilientes. En este sentido, se promueve la reflexión y el debate sobre el papel de la escuela como espacio de seguridad y contención emocional, donde los niños puedan explorar y aprender con confianza.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se ha realizado una búsqueda sistemática siguiendo las directrices del método PRISMA, utilizando las bases de datos académicas Google Académico y PubMed. La búsqueda se ejecutó el 2 de julio de 2025, con el objetivo de identificar estudios relevantes publicados entre los años 2015 y 2025, centrándose en la literatura más reciente y relevante sobre el apego infantil, coincidiendo con la consolidación de nuevas líneas de investigación y la aparición de instrumentos de evaluación actualizados en el ámbito del apego y el desarrollo académico.

En la base de datos se buscó mediante filtros los artículos que cumplieran con el conjunto de criterios de inclusión que permitieran ser utilizados. Se incluyeron artículos de texto completos en inglés y español, artículos empíricos y textos académicos (incluidas tesis doctorales, cuando estuvieron disponibles).

Para ello, se han empleado las siguientes fórmulas booleanas combinando términos clave mediante operadores lógicos:

- En Google Académico: (intitle:“apego” OR intitle:“apego en la escuela” OR intitle:“apego y psicoterapia” OR intitle:“apego infantil”) -revisión -“systematic review” -“literature review”

- En PubMed: (apego[Title] OR “apego en la escuela”[Title] OR “apego y psicoterapia”[Title] OR “apego infantil”[Title] OR attachment[Title] OR “school attachment”[Title] OR “attachment and psychotherapy”[Title] OR “child attachment”[Title])AND(“2015/01/01”[Date-Publication]: “2025/12/31”[Date - Publication]) NOT (review[Publication Type] OR “systematic review”[Title] OR “literature review”[Title])

Se han aplicado los siguientes **criterios de inclusión**:

- Artículos publicados entre 2015 y 2025.
- Foco temático explícito en la interrelación entre apego infantil, psicoterapia y educación.
- Enfocados en etapas educativas infantiles y adolescentes.
- Publicaciones en inglés o español, con texto completo disponible y de acceso restringido y abierto.

Los **criterios de exclusión** han sido:

- Documentos duplicados.
- Estudios de revisión teórica, revisión sistemática o metaanálisis.
- Publicaciones sin revisión por pares.
- Estudios centrados exclusivamente en educación superior.
- Artículos con tratamiento tangencial del tema o sin desarrollo conceptual ni aplicabilidad didáctica.
- Falta de disponibilidad del texto completo al momento de la búsqueda.

La selección de los estudios se llevó a cabo en dos fases sucesivas (cribado por título y resumen, y lectura del texto completo) por los dos autores de manera independiente. En la primera fase, ambos revisores aplicaron de forma autónoma los criterios de inclusión y exclusión sobre el conjunto de registros identificados en la búsqueda. Las discrepancias surgidas entre

ambos revisores se resolvieron mediante discusión consensuada; en caso de no alcanzarse acuerdo, se estableció que la decisión final correspondería al revisor con mayor experiencia en el área. En la segunda fase, los artículos preseleccionados fueron evaluados a texto completo siguiendo el mismo procedimiento, registrándose en todos los casos los motivos de exclusión.

La búsqueda inicial arrojó 3110 resultados en Google Académico y 235 en PubMed. Tras aplicar los filtros y realizar una lectura preliminar, se han seleccionado 23 artículos: 23 provenientes de Google Académico y 0 de PubMed. Este corpus documental constituye la base empírica sobre la que se fundamenta el análisis y las propuestas didácticas del presente trabajo.

En la primera búsqueda se obtuvo un total de 3345 artículos, como se muestra en el diagrama de flujo en la [Figura 1](#) para Google Académico y PubMed. Sin embargo, cuando fueron revisados, se descartaron aquellos sin revisión por pares, con títulos duplicados, eran artículos de revisión, no enfocados en etapas educativas infantiles y adolescentes, con tratamiento tangencial del tema o sin desarrollo conceptual ni aplicabilidad didáctica, con contenido incompleto o que presentaban ausencia de resumen; ante esto, el número de artículos se redujo a 659.

En la segunda y tercera preselección se excluyeron 636 por falta de pertenencia o solidez, por lo que se redujo el número de artículos a 23 atendiendo a los criterios de inclusión, como se puede observar en la [Figura 1](#).

La extracción de datos de los estudios incluidos fue realizada de forma independiente por los dos autores mediante un formulario estandarizado, recogiendo: autores, año, país, muestra, diseño, instrumento de medida del apego, variables de resultado y principales hallazgos. Las discrepancias se resolvieron por consenso.

Dado que el número de estudios incluidos ($n = 23$) es inferior al umbral recomendado ($k \geq 10$) para la construcción de un gráfico de embudo formal, la posibilidad de sesgo de publicación se valoró cualitativamente, considerando la diversidad de fuentes y las bases de datos consultadas.

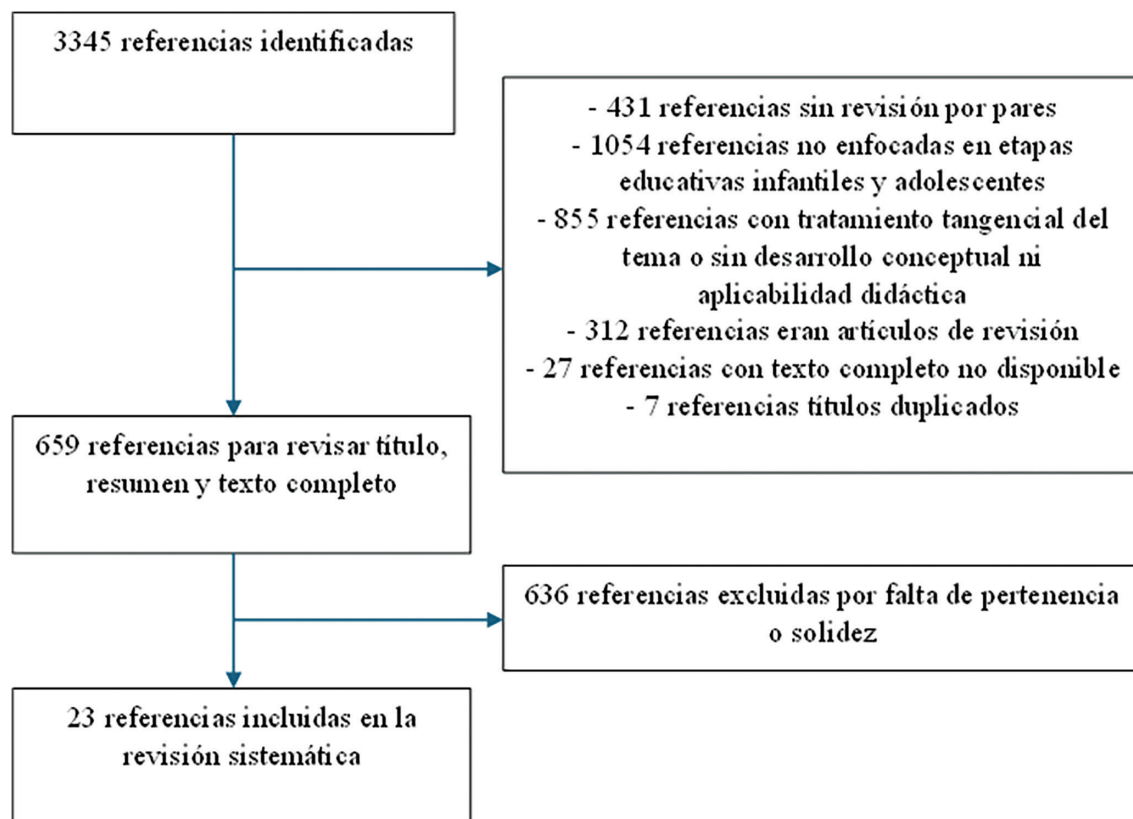


Figura 1. Diagrama de flujo del proceso de búsqueda, cribado, evaluación e inclusión de estudios en Google Académico y PubMed, adaptado al método PRISMA.

Los resultados de este estudio indican que el apego en el entorno escolar ha sido estudiado en relación con la autoestima, los padres, los compañeros, los rasgos de la personalidad, las dificultades de alfabetización y el rendimiento académico. La evaluación de esta última variable es muy complicada ya que no se encontró un alto grado de asociación, es decir, no se observó correlación estadísticamente significativa. Esto puede deberse a la necesidad de evaluar otras variables que pueden interferir con los resultados, como el nivel motivación, metodología de evaluación del rendimiento académico, etc. Los detalles de los 23 artículos utilizados para realizar este análisis se muestran en la [Tabla 1 \(13-35\)](#).

Esta revisión sistemática no fue registrada prospectivamente en PROSPERO debido a su naturaleza académica, si bien se siguieron íntegramente las directrices PRISMA 2020.

La evaluación del riesgo de sesgo de los estudios incluidos se realizó de forma independiente por los dos autores, siguiendo las recomendaciones de la Declaración PRISMA 2020. Para los estudios empíricos cuantitativos se aplicó la herramienta RoB 2 (Revised Cochrane Risk of Bias Tool), valorando cinco dominios: (1) sesgo derivado del proceso de aleatorización, (2) sesgo por desviaciones de las intervenciones previstas, (3) sesgo por datos de resultado perdidos, (4) sesgo en la medición del resultado y (5) sesgo en la selección del resultado comunicado. Para los estudios observacionales se utilizó la escala Newcastle-Ottawa (NOS), que evalúa la selección de los participantes, la comparabilidad de los grupos y la medición de los resultados. Las discrepancias entre revisores se resolvieron mediante discusión consensuada; en caso de persistir el desacuerdo, la decisión fue adoptada por el primer autor.

Tabla 1. Estudios incluidos en la revisión sistemática tras el proceso de cribado ($n = 23$)

Autor	Año	Tipo de estudio	Variables criterios	Resultados principales
Apego seguro				
Acevedo, Guajardo & Monje-Ojeda (13)	2024	Observacional microanalítico	Calidad/patrón de apego (15-20 m)	Errores comunicativos maternos predicen el 71,5% de la varianza en calidad de apego
Álvarez Navarrete et al. (14)	2019	Descriptivo	Tipo de apego (seguro, ansioso, evitativo)	1-3 años: mayor porcentaje de apego seguro asociado a conducta cuidadora sensible
Andrade Zúñiga et al. (15)	2018	Correlacional	Seguridad del apego	Sensibilidad cuidadora predice seguridad del apego en preescolares
Bortolini & Piccinini (16)	2015	Estudio de casos	Seguridad del apego del hijo	Coincidencia entre cuidado afectivo recibido por madres y apego seguro del hijo (transmisión intergeneracional)
Descarpenteries & Tereno (17)	2024	Ensayo clínico-piloto	Mentalización y seguridad del apego	Feedback por vídeo mejora mentalización parental y aumenta tasas de apego seguro
Ferreyros Peña (18)	2017	Cuasiexperimental (grupo intervención-control)	Desarrollo infantil (motor, cognitivo, lenguaje, socioemocional)	Programa materno ↑ apego seguro (92,9% vs 62,5%) y todas las áreas de desarrollo
Machaca Ayala & Sosa Tirado (19)	2022	Correlacional	Habilidades sociales 4 años	Apego seguro correlaciona ($p = 0,60$) con habilidades sociales adecuadas
Mamani Quispe & López Venancio (20)	2024	Correlacional	Adaptación preescolar 3-5 años	Apego seguro moderado-alto favorece adaptación; estilos inseguros la dificultan
Moya Arroyo et al. (21)	2015	Comparativo-correlacional	Problemas interiorizados & exteriorizados	Apego seguro media la relación entre riesgo psicosocial y ajuste infantil
Nóblega, Bárrig & Fourment (22)	2019	Correlacional	Seguridad del apego preescolar	Alta correlación con sensibilidad materna en < y > 4 años
Nóblega et al. (23)	2016	Correlacional	Seguridad del apego (AQS)	Sensibilidad materna predice directamente la seguridad del apego antes del año de vida
Nóblega et al. (24)	2020	Estudio cualitativo	Representaciones de apego materno	Estado mental de apego no resuelto se asocia a menor sensibilidad y seguridad infantil
Rivera Pineda et al. (25)	2016	Descriptivo-programa (Método Sentia)	Apego seguro (0-11 años)	Entrenamiento parental orientado a dominios vinculares fortalece apego seguro
Sauñe & Pineda (26)	2017	Correlacional	Madurez neuropsicológica	Apego seguro (madre $p = ,351$; padre $p = ,240$) correlaciona positivamente con madurez cognitiva (CUMANES)
Viteri Neira (27)	2023	Proyecto cualitativo-intervención	Guía de apego seguro mediante juegos cooperativos	10 actividades mejoran vínculos, emociones y comunicación en niños de 3-4 años

(continuada)

Tabla 1. Estudios incluidos en la revisión sistemática tras el proceso de cribado (*n* = 23) (continuada)

Autor	Año	Tipo de estudio	Variables criterioales	Resultados principales
Apego inseguro ansioso/ambivalente				
Aguilar Ccarita (28)	2021	Correlacional	Ansiedad en confinamiento	Estrategias de afrontamiento y ansiedad elevadas en adolescentes con apego ansioso
Attili et al. (29)	2018	Estudio clínico	Trastornos alimentarios	Apego ansioso alto se transmite intergeneracionalmente y se asocia a TCA
Estévez et al. (30)	2018	Correlacional	Impulsividad	Dependencia emocional media relación entre apego preocupado y conducta impulsiva
Guevara et al. (31)	2019	Correlacional	Dependencia emocional	Sobrepotección parental (apego inseguro) predice prioridad de pareja, miedo a soledad, etc.
Roque Vásquez (32)	2019	Correlacional	Dependencia emocional	Apego ansioso asociado a mayor dependencia en adolescentes
Apego inseguro evitativo				
Grijalba Cañari (33)	2017	Correlacional	Agresividad	Apego evitativo correlaciona con agresividad en adolescentes
Lacasa et al. (34)	2015	Comparativo	Síntomas internalizantes / externalizantes	Apego evitativo ligado a mayor sintomatología en muestra clínica y no clínica
Vásquez Olivares (35)	2023	Predictivo	Problemas comportamentales	Estilos de apego (evitativo) predicen problemas externalizados e internalizados
Apego desorganizado				
No se encontraron artículos que cumplan los criterios de inclusión de la revisión sistemática.				

RESULTADOS

La clasificación de los estilos de apego de una persona ha evolucionado a lo largo del tiempo gracias a las teorías e investigaciones de autores como Bowlby, Ainsworth, Main, Fonagy, entre otros, los cuales han contribuido al desarrollo de diferentes modelos y estilos de apego. En la actualidad, los tipos de apego se pueden clasificar en cuatro: seguro, inseguro-evitativo, inseguro-ambivalente y desorganizado.

La evaluación del riesgo de sesgo de los 23 estudios incluidos, recogida en la Tabla 2, mostró que 16 estudios (69,6%) presentaron un riesgo bajo (NOS ≥ 7), mientras que 7 estudios (30,4%) obtuvieron un riesgo moderado (NOS entre 5 y 6), fundamentalmente por la ausencia de grupo de control o comparación formal y por el carácter no probabilístico de sus muestras. Ningún estudio fue clasificado con riesgo alto de

sesgo. Las principales fuentes de sesgo identificadas fueron el muestreo por conveniencia, la variabilidad en los instrumentos de medida del apego y la falta de cegamiento en la evaluación de los resultados.

A continuación, se describirán los principales resultados obtenidos de la presente revisión sistemática:

Apego seguro

Vargas et al. (36) consideran que las relaciones afectivas que se tejen desde temprana edad basadas en el respeto, la confianza y la seguridad ayudan a regular el sistema emocional, favoreciendo la autoestima y la capacidad de crear vínculos con otras personas, además de desarrollar habilidades para gestionar las dificultades y potenciar las capacidades, entre ellas

Tabla 2. Evaluación del riesgo de sesgo de los estudios incluidos mediante la escala Newcastle-Ottawa (NOS)

Autor(es) (año)	Diseño	Selección (máx. 4★)	Comparabilidad (máx. 2★)	Resultado (máx. 2★)	Total (máx. 9)	Riesgo global
Acevedo, Guajardo & Monje-Ojeda (2024) (13)	Observacional microanalítico	4★	2★	2★	9	Bajo
Álvarez Navarrete et al. (2019) (14)	Descriptivo	3★	1★	2★	6	Moderado
Andrade Zúñiga et al. (2018) (15)	Correlacional	3★	2★	2★	7	Bajo
Bortolini & Piccinini (2015) (16)	Estudio de casos	3★	1★	2★	6	Moderado
Descarpenteries & Tereno (2024) (17)	Ensayo clínico-piloto	3★	2★	2★	7	Bajo
Ferreiros Peña (2017) (18)	Cuasiexperimental	3★	2★	2★	7	Bajo
Machaca Ayala & Sosa Tirado (2022) (19)	Correlacional	3★	2★	2★	7	Bajo
Mamani Quispe & López Venancio (2024) (20)	Correlacional	3★	2★	2★	7	Bajo
Moya Arroyo et al. (2015) (21)	Comparativo-correlacional	3★	2★	2★	9	Bajo
Nóblega, Bárrig & Fourment (2019) (22)	Correlacional	3★	2★	2★	9	Bajo
Nóblega et al. (2016) (23)	Correlacional	3★	2★	2★	7	Bajo
Nóblega et al. (2020) (24)	Cualitativo	3★	1★	2★	6	Moderado
Rivera Pineda et al. (2016) (25)	Descriptivo-programa	3★	1★	2★	6	Moderado
Sauñe & Pineda (2017) (26)	Correlacional	3★	2★	2★	7	Bajo
Viteri Neira (2023) (27)	Intervención cualitativa	3★	1★	2★	6	Moderado
Aguilar Ccarita (2021) (28)	Correlacional	3★	2★	2★	7	Bajo
Attili et al. (2018) (29)	Estudio clínico	3★	2★	2★	7	Bajo
Estévez et al. (2018) (30)	Correlacional	3★	2★	2★	7	Bajo
Guevara et al. (2019) (31)	Correlacional	3★	2★	2★	7	Bajo
Roque Vásquez (2019) (32)	Correlacional	3★	1★	2★	6	Moderado
Grijalba Cañari (2017) (33)	Correlacional	3★	2★	2★	7	Bajo
Lacasa et al. (2015) (34)	Comparativo	3★	2★	2★	9	Bajo
Vásquez Olivares (2023) (35)	Predictivo	3★	2★	2★	7	Bajo

Nota. Selección (máx. 4★): representatividad de la muestra, definición de casos, procedimiento de selección y descripción de la muestra; Comparabilidad (máx. 2★): control de la variable principal (estilo de apego) y de variables confusoras adicionales; Resultado (máx. 3★): adecuación del instrumento de medida, validez de las variables resultado y tasa de respuesta / pérdidas; Riesgo global: Bajo (7-9★) · Moderado (4-6★) · Alto (0-3★)

24 las que competen al desarrollo cognitivo y afectivo. Los vínculos afectivos que construyen los individuos con sus padres o cuidadores forman los primeros sentimientos positivos o negativos, en función de cómo se experimente y perciba la relación filio-parental constituyendo el factor fundamental para fortalecer sentimientos de seguridad, inseguridad o ambivalencia en el ser humano (37).

Según Ainsworth *et al.* (9), los niños con un apego seguro son aquellos que han recibido una atención sensible y adecuada por parte de sus figuras de apego y, por tanto, son aquellos que presentan una relación afectiva positiva con sus cuidadores y en las escuelas un mejor rendimiento académico, los cuales transmiten la seguridad y confianza necesaria para que el niño explore el entorno. Por otra parte, Barrera-Herrera *et al.* (38) indican que esto favorecerá que el niño vaya desarrollando una base segura a la vez que crece, lo cual le dará autonomía para explorar el mundo y le ayudará a tener una autoestima más saludable y habilidades sociales más satisfactorias, y serán capaces de controlar de una forma más correcta sus emociones y tener un mejor rendimiento académico.

Siguiendo a Bowlby, este autor argumentó los efectos inmediatos que tiene el apego seguro y su gran ventaja en el rendimiento académico (37). Miranda *et al.* (39) indican que los niños, cuando son sometidos a un episodio de separación con sus figuras de apego, suelen sentir una gran angustia, lo que podría afectar al rendimiento escolar, pero esta desaparece cuando se produce el reencuentro, siempre y cuando exista un apego seguro.

Por otra parte, Geddes (12) señala que el apego seguro se asocia con una serie de beneficios para el desarrollo emocional, social y cognitivo del niño, así como para las relaciones interpersonales en la edad adulta.

Rudolph (40), haciendo alusión a la teoría del apego (2, 41, 8), mostró que la necesidad de vinculación es primaria y que el apego seguro proporciona una base para la criatura en crecimiento. El modelo adulto de apego seguro es la pareja entre el padre y la madre (42) y la búsqueda de este apego cumple una función motivacional fundamental (43).

Otro estudio de Ainsworth (44) indica que los niños con apego seguro se caracterizan por su eficacia para responder ante situaciones estresantes, utilizando estrategias de afrontamiento adecuadas y regulando las situaciones estresantes de manera adecuada en la mayor parte del tiempo; por el contrario, los niños con apego ambivalente reportan altos niveles de estrés emocional y más conflictos con sus pares.

Durante la adolescencia, los estudiantes con apego seguro presentan en su mayoría un mejor rendimiento académico, mejores actitudes y respuestas frente al estudio, lo que les permite enfrentar de forma adecuada las exigencias que esta presenta, como se evidencia en las calificaciones que obtienen (45). En la adultez, el apego seguro ya consolidado hace que la persona no presente dificultades en desarrollar habilidades sociales. Esto le permite desenvolverse de una mejor forma frente a situaciones laborales y personales ya que muestra seguridad y confianza en sí misma, pudiendo también tener el control de sus propias emociones (6).

Peter Fonagy sostiene que el apego cumple una función evolutiva clave al favorecer la creación de un sistema representacional interno que contribuye a la supervivencia humana. A través de este sistema, las personas desarrollan la capacidad de mentalización, entendida como la habilidad psicológica de interpretar y comprender tanto los propios estados mentales —pensamientos, deseos, emociones y creencias— como los de los demás. Mentalizar no se limita a empatizar, sino que implica reconocer que las conductas están guiadas por motivaciones internas, lo que permite atribuir intenciones y significados a las acciones propias y ajenas.

Esta capacidad resulta fundamental para establecer relaciones sociales saludables, ya que facilita la comprensión de reacciones emocionales y conductuales en uno mismo y en los demás.

El desarrollo de la mentalización requiere habilidades cognitivas y autorreguladoras como la atención sostenida, el control de impulsos y la capacidad para reflexionar sobre las emociones. Así, esta capacidad no solo favorece una mayor adaptación social, sino que también fortalece la autorreflexión y la regulación emocional, aspectos esenciales en la maduración afec-

tiva y el bienestar psicológico (38). La capacidad de mentalizar, en su faceta autorreflexiva, permite al individuo identificar y registrar sus propios sentimientos, deseos y pensamientos, comprendiendo tanto sus orígenes como su relación con otros aspectos de la vida mental. Esta habilidad posibilita distinguir los propios pensamientos y emociones como fenómenos mentales, separándolos de la realidad objetiva y facilitando una perspectiva interna más clara sobre sí mismo (46-47).

El desarrollo de esta función no es innato, sino que surge fundamentalmente a partir de las experiencias interpersonales tempranas, especialmente en el contacto con las figuras primarias de apego. La adquisición de un self mentalizante depende de la calidad de estas interacciones: cuando el entorno relacional es sensible y contiene las necesidades del niño, se fortalece la habilidad mentalizadora. En cambio, si el apego es inseguro o desorganizado, la capacidad de reflexión interna o mentalización puede verse comprometida (48).

Así, los niños que establecen vínculos de apego seguro con cuidadores empáticos y con alta capacidad para mentalizar son quienes desarrollan con mayor solidez estas habilidades reflexivas. Por el contrario, contextos de apego deficiente disminuyen dicha capacidad, manifestándose en una menor aptitud para comprender y gestionar los propios estados mentales y los de los demás (47, 49).

Diversos estudios subrayan la importancia de la sensibilidad materna en el desarrollo de un apego seguro durante el primer año de vida. Nóbrega et al. (22-23) definen esta sensibilidad como la habilidad de la madre para responder de forma constante y adecuada a las señales del lactante, lo cual se ha demostrado ser un predictor robusto de la formación de un apego seguro.

Asimismo, en contextos de alta vulnerabilidad psicosocial, las intervenciones tempranas centradas en la vinculación familiar muestran resultados prometedores. Ferreyros Peña (18) documenta mejoras significativas en la regulación emocional y el desarrollo sociocognitivo de niños expuestos a riesgo, mientras que Moya Arroyo et al. (21) indican que, incluso bajo condiciones adversas, los pequeños con apego seguro presentan un 40% menos de problemas internalizados y externalizados.

El entorno educativo preescolar también desempeña un papel crucial en el refuerzo de la base

segura. Viteri Neira (27) y Andrade Zúñiga et al. (15) señalan que la implementación de juegos cooperativos y actividades de cuidado sensible en niños de 3 a 4 años potencia su exploración del entorno y eleva su competencia social. En concreto, Andrade Zúñiga et al. (15) observaron un incremento estadísticamente significativo en la interacción positiva entre pares tras ocho semanas de estas dinámicas guiadas por docentes formados en sensibilidad.

La dimensión intergeneracional del apego añade otra capa explicativa. Bortolini & Piccinini (16) presentan evidencias de transmisión del apego seguro a través de la coherencia narrativa de los cuidadores. Complementariamente, Acevedo et al. (13) desarrollan un modelo predictivo que, más allá de la sensibilidad materna, incorpora factores de mentalización parental y estrés familiar, que explican el 58% de la variabilidad en la seguridad del apego. De manera práctica, Descarpenteries & Tereno (17) demuestran que la retroalimentación por vídeo eleva la capacidad de mentalización en los padres y mejora las puntuaciones de apego seguro en un 25% tras solo dos sesiones.

En la etapa escolar, el apego seguro se asocia con beneficios en el ámbito neuropsicológico y social de los niños de 9 a 11 años. Sauñe Palomino & Pineda Huarcaya (26) y Machaca Ayala & Sosa Tirado (19) constatan que estos alumnos presentan un mayor control atencional, flexibilidad cognitiva y regulación emocional. Asimismo, Machaca Ayala & Sosa Tirado (19) documentan mejoras en la cooperación y en la resolución de conflictos interpersonales en aquellos grupos con altos niveles de seguridad de apego.

Para trasladar estos hallazgos a la práctica, se destacan tres estrategias de intervención:

- Método Sentia: protocolo psicoeducativo orientado a capacitar a docentes en prácticas sensibles (25).
- Programa de Cooperación Lúdica: secuencia de juegos diseñada para reforzar la base segura en el aula (27).
- Formación en mentalización: talleres para padres fundamentados en el modelo de Fonagy, integrados en consultas pediátricas (17).

26 En conclusión, la seguridad del apego surge de un entramado multidimensional en el que confluyen la sensibilidad materna, la capacidad de mentalización parental, las condiciones psicosociales y las intervenciones estructuradas tanto en el hogar como en el ámbito escolar. Estos hallazgos ofrecen una perspectiva integral y basada en evidencia para fomentar el apego seguro desde la primera infancia hasta la edad escolar.

Apego inseguro ambivalente

Según Moreno *et al.* (7), los niños con un apego inseguro ambivalente son aquellos que presentan síntomas de ansiedad y preocupación constante sobre si sus figuras de apego van a satisfacer correctamente sus necesidades. Esto se debe a que los cuidadores presentan una baja disponibilidad hacia el niño. De esta manera, los niños pueden desarrollar actitudes de cercanía, proximidad y contacto físico con sus cuidadores a la vez que pueden mostrar una insatisfacción por la proximidad y el contacto físico que afecte a su rendimiento académico.

Siguiendo a Amitay & Rahav (50), en este tipo de apego el niño desarrolla confusión en lo que se refiere a sus emociones y esto dificulta su gestión. A su vez, esa escasa disponibilidad genera una falsa dependencia hacia la figura de apego. De acuerdo con los autores Moreno & Martínez (7), estos niños muestran a través de sus conductas que requieren atención (llorar, quejarse, gritar, etc.), al mismo tiempo que tienen la sensación de ser abandonados o ignorados por sus figuras de apego (2, 9). Otro autor como Wallin (8) traduce la teoría y la investigación del apego inseguro en un marco innovador que sirve como marco para la psicoterapia infantil. En los niños que tienen este tipo de apego inseguro se entorpece la educación de calidad y, por ende, del desarrollo del adolescente, presentando conflictos a nivel escolar, cognitivo y emocional, lo cual afecta a su rendimiento académico.

Sassaroli y Lorenzini (51) argumentan que el apego ambivalente no permite asegurar un apego seguro con un cuidador estable y continuo, por ello no puede asegurar un adecuado desarrollo cognitivo y mental del niño

que afectará a su edad adulta. Otro estudio realizado por los mismos autores apunta que lo que caracteriza la relación entre niños ambivalentes y sus padres preocupados es la proximidad insatisfactoria e impredecible, tendiendo a suceder de forma poco frecuente una gran proximidad afectiva entre ellos, pero en el momento en que sucede, el niño se confía y busca consuelo obteniendo un distanciamiento debido a que existe una dificultad por parte de los padres para entender las demandas de ayuda imprevistas o para responder a ellas adecuadamente, o bien porque los padres reaccionan con crisis agresivas momentáneas o actitudes de desprecio.

Beláustegui (52) muestra que en el apego ambivalente el niño presenta bajos niveles de confianza en la consolidación de relaciones afectivas, además, manifiesta un deseo por mantener la cercanía con dichas relaciones, pero a la vez, presenta temor e inseguridad para dar inicio y mantenerlas. Delgado *et al.* (53) enfatiza la postura de las madres en el momento de participar durante la conducta exploratoria de los infantes, teniendo en cuenta que en algunos casos las madres que se manifiestan más atentas y sensibles de lo que se encuentra dentro de los límites de la normalidad podrían afectar posteriormente a la falta de autonomía y desarrollo del niño durante su crecimiento. Para alumnos con un estilo de apego inseguro-ambivalente, el perfil de aprendizaje se muestra reflejado en las siguientes características:

- Actitud en la escuela: muestran elevados niveles de ansiedad.
- Respuesta al profesor: pueden mostrar dos tipos de comportamiento, como una necesidad de aprobación y dependencia constante del profesor para mostrarse partícipes del aprendizaje o, por el contrario, cuando esto no se cumple, manifiestan frustración y rivalidad hacia el profesor (54).
- Respuesta a la tarea: al necesitar de esa constante aprobación, generan dependencia a realizar la tarea con apoyo y, cuando esto no sucede, presentan grandes dificultades para resolverla, ya que se muestran ansiosos e incapaces de concentrarse en la tarea y preocupados por perder la atención del profesor.

- Dificultades y habilidades: presentan un nivel académico inferior y presentan dificultades en realizar las tareas sin apoyo, por lo que suelen ser niños que necesitan de una mayor atención y constancia del profesor para evitar el fracaso escolar.

Además, estudios recientes sobre intervenciones y factores protectores aportan luz sobre cómo mitigar estas dificultades. Programas de juegos cooperativos y actividades de cuidado sensible, dirigidos a niños de 3 a 4 años, mejoran su competencia social y exploración del entorno (15-27). La retroalimentación por vídeo para padres eleva su capacidad de mentalizar y ha mostrado mejorar las puntuaciones de apego seguro en un 25 % tras dos sesiones (17). Asimismo, modelos predictivos que integran sensibilidad materna, mentalización parental y estrés familiar explican hasta el 58% de la variabilidad en la seguridad del apego (13), y la intervención temprana en contextos vulnerables reduce hasta en un 40% los problemas internalizados y externalizados en niños con apego seguro (18-21). Estas evidencias sugieren que, aunque el apego ambivalente conlleva riesgos académicos y emocionales, la implementación de programas de formación en sensibilidad parental, talleres de mentalización y estrategias lúdicas en el aula puede favorecer transiciones hacia patrones de apego más seguros y mejorar el rendimiento y bienestar escolar (véase la Figura 2).

Apego inseguro-evitativo

Estudios realizados por Bowlby y Ainsworth (2, 9) muestran que los niños con apego inseguro-evitativo son aquellos que tienden a evitar a sus figuras de apego,

esto se debe a que sus cuidadores no se han mostrado accesibles ni sensibles a sus necesidades, desarrollando así muchas dificultades en el aprendizaje diario. De esta manera, los niños reprimen sus necesidades y aprenden a gestionarlas por sí mismos desarrollando sus propias estrategias.

Por otra parte, Lyons et al. (55) indican que, cuando los niños son sometidos a la situación extraña y se produce el episodio de separación de su figura de apego, no muestran ninguna emoción tras su marcha, además de que a su regreso no buscan consuelo, ya que han vivido experiencias en las que han sido ignorados o abandonados por sus cuidadores. Además, muestran dificultades en su desarrollo escolar.

Ainsworth (9) argumenta que estos niños, al no haber desarrollado la confianza en sí mismos ni haber extrapolado sus emociones tanto negativas como positivas, van a ser adultos con grandes dificultades para socializar y para transmitir y gestionar sus propias emociones. Pena (56), coincidiendo con el postulado de Bowlby sobre la clasificación de estos tres estilos de apego, desarrolló sus propias investigaciones en las cuales pudo diferenciar un estilo de apego desorganizado, que desarrolló junto con Main.

Siguiendo a Díaz (57), el niño con apego inseguro-evitativo presenta niveles bajos de confianza, con tendencia a alejarse, con patrones inadecuados de comunicación, dificultades emocionales y desapego hacia la madre; se muestra preocupado e inseguro y con bajo rendimiento escolar.

Ainsworth realizó investigaciones sobre apego en Uganda (58) y en Baltimore (9), encontrando que en el apego seguro la madre era sensible a las señales del infante, mientras que las dos formas de organización

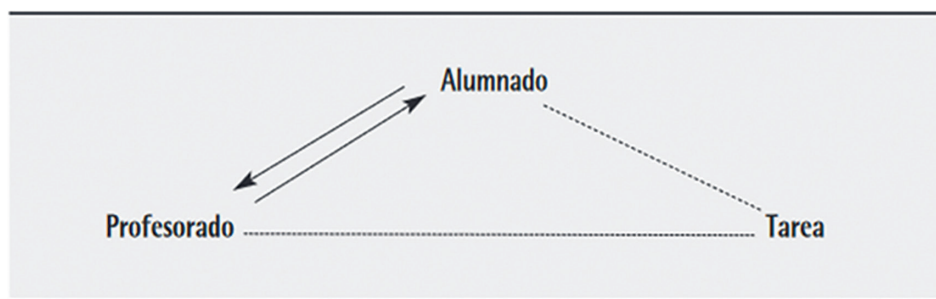


Figura 2. El apego ansioso en el Triángulo del aprendizaje. Tomado de Geddes, 2010 (12).

28 de apego inseguro-evitativo e inseguro-ambivalente estaban relacionadas respectivamente con rechazo materno y falta de predictibilidad (véase la [Figura 3](#)).

Reig ([59](#)) pone de manifiesto que el apego inseguro-evitativo se asocia especialmente con los trastornos depresivos, patrones de relación distante y tendencias de desconexión emocional, crea malestar subjetivo y dificultades tanto en la relación con el entorno como con uno mismo.

Grijalba Cañari examinó a 358 adolescentes de Chíncha Alta (Ica, Perú) y encontró que el apego seguro se asocia con menor agresividad física e ira, mientras que los estilos inseguro-desvalorizador (evitativo) e inseguro-preocupado (ambivalente) presentan correlaciones positivas significativas con agresión física e ira ([33](#)). Lacasa et al. compararon a 248 adolescentes clínicos y no clínicos, hallando que el estilo de apego preocupado predice síntomas externalizantes (agresividad verbal, búsqueda de atención) e internalizantes (quejas somáticas, conducta fóbico-ansiosa, problemas de pensamiento) ([34](#)). Finalmente, Vásquez Olivares observó en 377 estudiantes cajamarquinos de nivel secundario que las representaciones del apego explican el 51% de la varianza en problemas externalizados y el 60%

en problemas internalizados, confirmando el apego como predictor sólido de dificultades emocionales y conductuales ([35](#)).

Los niños con apego inseguro-evitativo, según Geddes ([12](#)), muestran el siguiente perfil de aprendizaje:

- Actitud en la escuela: se muestran con una actitud indiferente hacia nuevas experiencias.
- Respuesta al profesor: manifiestan actitudes negativas en la búsqueda de ayuda o apoyo hacia el profesor ante situaciones difíciles y son más propensos a trabajar en solitario. Además, en algunos casos estos niños pueden mostrar ansiedad o incomodidad ante la presencia del maestro, adoptando así actitudes de frialdad y distancia.
- Respuesta a la tarea: muestran necesidad de autonomía y rechazan la ayuda del adulto, enfocándose en la tarea de manera que genere una protección hacia su seguridad emocional.
- Dificultades y habilidades: manifiestan particularidades en su rendimiento académico, como una limitada creatividad y escaso dominio del lenguaje, lo que incrementa el riesgo de experimentar fracaso escolar ([54](#)) (véase la [Figura 4](#)).

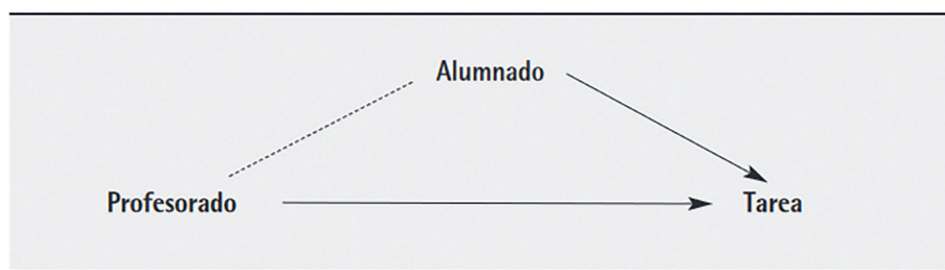


Figura 3. El triángulo del aprendizaje. Tomado de Geddes, 2010 ([12](#)).

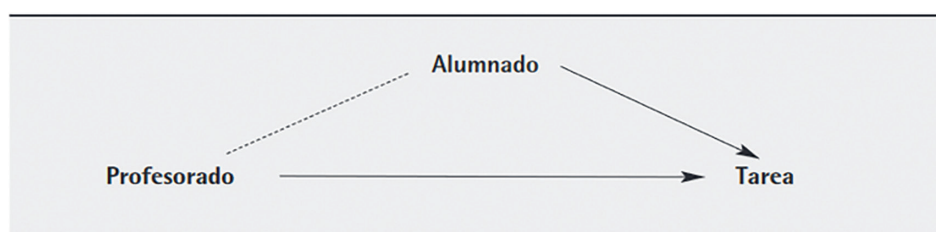


Figura 4. El apego evitativo en el Triángulo del aprendizaje. Tomado de Geddes, 2010 ([12](#)).

Según Wallin (8), al final lo que empezó como una interacción de origen biológico puede registrar representaciones psicológicas y mentales que continúan modelando la conducta y la experiencia subjetiva a lo prolongado de la vida, al borde de que las figuras de apego estén o no presentes.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La revisión sistemática realizada, que abarca literatura publicada entre 2015 y 2025, pone de manifiesto la relevancia crítica de los estilos de apego en el desarrollo integral y el rendimiento académico de niños y adolescentes. En este sentido, el apego seguro se revela como un factor protector que favorece el bienestar emocional y social, potencia la exploración cognitiva y, en última instancia, mejora la adaptación escolar. Contrariamente, los apegos inseguros — ambivalente, evitativo y desorganizado — se asocian con mayores niveles de ansiedad, dificultades en la regulación emocional y patrones de conducta que obstaculizan el aprendizaje. Los estudios consultados coinciden en que, aunque la evidencia empírica señala una correlación positiva entre la seguridad de apego y el rendimiento académico, la heterogeneidad metodológica de las investigaciones y la presencia de variables intervinientes — como la motivación, el estilo de enseñanza y las condiciones sociofamiliares — dificultan la obtención de conclusiones definitivas sobre su magnitud exacta.

La seguridad de apego emerge principalmente de una interacción sensible y coherente entre el cuidador y el niño. Programas de intervención temprana basados en la retroalimentación por vídeo y ejercicios de mentalización parental han demostrado incrementar en un 25 % la puntuación de apego seguro en apenas dos sesiones, así como reducir en un 40 % los problemas internalizados y externalizados en contextos de alta vulnerabilidad. Estas estrategias, sumadas a metodologías didácticas centradas en el juego cooperativo y la inclusión de actividades que refuercen la autonomía y la interacción segura entre pares, generan un entorno escolar más propicio para el aprendizaje y el desarrollo socioemocional. Por

ello, resulta esencial integrar en la formación docente conocimientos sobre detección temprana de estilos de apego y prácticas sensibles que permitan adaptar la intervención educativa a las necesidades afectivas del alumnado.

Los estilos de apego inseguros, por su parte, presentan perfiles de respuesta diferenciados: el apego ambivalente se caracteriza por una dependencia emocional fluctuante que se traduce en altos niveles de ansiedad ante la tarea y necesidad constante de aprobación; el apego evitativo induce actitudes de relevancia autónoma que dificultan la cooperación y la búsqueda de ayuda; mientras que el apego desorganizado, aun escasamente estudiado, se vincula con conductas desreguladas y mayor prevalencia de psicopatologías, sugiriendo la urgencia de profundizar en su investigación para diseñar intervenciones específicas. Aunque la mayoría de los estudios sobre apego desorganizado son de ámbito clínico y presentan muestras reducidas, sus hallazgos preliminares apuntan a la necesidad de protocolos que aborden tanto la estabilización emocional como el acompañamiento pedagógico de estos niños.

Desde el punto de vista metodológico, esta revisión detecta tres limitaciones principales: la multiplicidad de instrumentos de evaluación de apego (Situación Extraña, AAI, cuestionarios de autorreporte) y de medidas de rendimiento académico, que generan resultados poco comparables; la predominancia de diseños transversales sobre los longitudinales, lo que impide comprender la evolución y estabilidad de los efectos del apego; y la escasa representación de contextos culturales y socioeconómicos diversos, especialmente en el caso del apego desorganizado. Superar estas barreras exigirá la implementación de estudios multicéntricos y transnacionales que utilicen criterios uniformes y sigan a las cohortes desde la infancia hasta la adultez, incorporando variables mediadoras como el estrés académico y las estrategias de afrontamiento.

En términos prácticos, las evidencias recopiladas respaldan la creación de marcos educativos que fortalezcan el apego seguro mediante tres ejes: a) la formación de docentes en mentalización y regulación emocional;

30 b) la implementación de programas familiares de apoyo a la sensibilidad parental, accesibles en entornos clínicos y comunitarios; y c) el diseño curricular que articule dinámicas de juego cooperativo, tareas de resolución de conflictos y actividades que promuevan la base segura. Este enfoque integral, apoyado en datos empíricos, puede contribuir a mejorar no solo las calificaciones académicas, sino también la cohesión social y el clima emocional del aula.

Mirando al futuro, la investigación debe centrarse en profundizar el conocimiento sobre el apego desorganizado, clarificar los mecanismos mediadores de la relación apego-rendimiento y evaluar la eficacia de las intervenciones en distintos niveles educativos. Asimismo, será crucial explorar la interacción entre estilos de apego y factores contextuales, como la diversidad cultural y el capital social familiar, para diseñar políticas educativas inclusivas y sensibles a la realidad de cada comunidad. De esta manera, los hallazgos de esta revisión no solo consolidan la teoría del apego como un pilar del desarrollo humano, sino que también ofrecen una hoja de ruta para la construcción de entornos afectivos y pedagógicos que potencien el éxito académico y el bienestar integral de niños y adolescentes.

CONFLICTOS DE INTERÉS

«Los autores declaran no tener conflictos de interés».

CONTRIBUCIONES

Roberto García Sánchez y Samuel Pérez Bravo realizaron el concepto, diseño, análisis, interpretación de datos, escritura y corrección del artículo, la interpretación de datos y la escritura.

REFERENCIAS

1. Bowlby J, Solomon M. Attachment theory. Los Angeles: Lifespan Learning Institute; 1989.
2. Bowlby J. Attachment and loss. Vol. 1, Attachment. New York: Basic Books; 1969.
3. Bowlby J. Attachment and loss. Vol. 2, Separation, anxiety and anger. New York: Basic Books; 1973.
4. Rodríguez-Marín J, Pastor MA, López-Roig S. Afrontamiento, apoyo social, calidad de vida y enfermedad. *Psicothema* [Internet]. 1993 [Consultado 15 jul 2025];5(Supl):349-72. Disponible en: <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/7199>
5. García R, Martínez-Arias R. Adaptación española de la escala de relación profesor-alumno (STRS) de Pianta. *Psicol Educ* [Internet]. 2008 [Consultado 15 jul 2025];14(1):11-27. Disponible en: <https://journals.copmadrid.org/psed/art/f670ef5d2d6bdf8f29450a970494dd64>
6. Cantero-Morales F. La influencia familiar en el rendimiento académico y en sus aspiraciones del alumnado de formación profesional de educación infantil de Pozoblanco [Trabajo de fin de máster]. Logroño: Universidad Internacional de La Rioja; 2015. Disponible en: <https://reunir.unir.net/handle/123456789/3089>
7. Moreno R, Martínez M. Estilos de apego en el profesorado y percepción de sus relaciones con el alumnado. [Tesis Doctoral]. Madrid: Universidad Complutense de Madrid; 2010. Disponible en: <https://docta.ucm.es/handle/20.500.14352/47508>
8. Wallin D. El apego en psicoterapia. Bilbao: Desclée de Brouwer; 2012.
9. Ainsworth MDS. Bowlby-Ainsworth attachment theory. *Behav Brain Sci*. 1978;1(3):436-438. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00075828>
10. Main M. Las categorías organizadas del apego en el infante, en el niño, y en el adulto: atención flexible versus inflexible bajo estrés relacionado con el apego. *Aperturas Psicoanalíticas* [Internet]. 2001 [Consultado 15 jul 2025];8. Disponible en: <https://aperturas.org/articulo.php?articulo=0000156>
11. Allen JG, Fonagy P, Bateman AW. Mentalizing in clinical practice. Washington: American Psychiatric Publishing; 2008.
12. Geddes H. El apego en el aula: relación entre las primeras experiencias infantiles, el bienestar emocional y el rendimiento escolar. Barcelona: Graó; 2010.

13. Lecannelier F, Guajardo H, Monje-Ojeda G. Más allá de la sensibilidad materna: modelo predictivo de la calidad del apego. *Psykhe* (Santiago). 2024;33(1):1-7. <https://doi.org/10.7764/psykhe.2020.22013>
14. Álvarez Navarrete S, Hidalgo Ramírez NU, Morán Álvarez MD, Reyes Soto RA. Factores que inciden en el apego seguro. *PsicoEducativa* [Internet]. 2019 [Consultado 15 jul 2025];5(9):8-12. Disponible en: <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/102>
15. Díaz Mosquera EN, Andrade Zúñiga IP, Espinosa Marroquín E, Nóbrega M, Núñez del Prado J. Cuidado sensible y seguridad del apego en preescolares. *Cienc Psicol*. 2018;12(1):97-107. <https://doi.org/10.22235/cp.v12i1.1600>
16. Bortolini M, Piccinini CA. Transmissão intergeracional do apego seguro: evidências a partir de dois casos. *Psicol Estud*. 2015;20(2):247-259. <https://doi.org/10.4025/psicolestud.v20i2.25246>
17. Descarpenteries C, Tereno S. Le vidéo-feedback dans le développement de la mentalisation et d'un attachement sécure. *Devenir*. 2024;36(4):290-305. <https://doi.org/10.3917/dev.244.0290>
18. Ferreyros Peña M. Apego seguro y desarrollo del infante en poblaciones vulnerables. *Av Psicol*. 2017;25(2):139-52. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2017.v25n2.350>
19. Machaca Ayala PS, Sosa Tirado JEB. El apego y las habilidades sociales en niños de 4 años del colegio Cuna Jardín 083 Mangomarca, 2022 [Tesis de grado]. Lima: Universidad César Vallejo; 2022. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/133955>
20. Mamani Quispe RK, López Venancio RM. Estilo de apego y adaptación preescolar desde la perspectiva de docentes y padres de familia de la región Puno [Tesis de licenciatura]. Juliaca: Universidad Peruana Unión; 2024. Disponible en: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/8115>
21. Moya Arroyo JJ, Sierra García P, del Valle Estévez C, Carrasco MA. Efectos del apego seguro y el riesgo psicosocial en los problemas infantiles interiorizados y exteriorizados. *Tend Pedagóg*. 2015;26:163-178. <https://doi.org/10.15366/tp2015.26.008>
22. Nóbrega M, Bárrig P, Fourment K. Cuidado materno y seguridad del apego del niño preescolar. *Psicol Teor Pesqui*. 2019;35(1):e3534. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e3534>
23. Nóbrega M, Bárrig P, Conde LG, Núñez del Prado J, Carbonell OA, Altmann de Litvan M, et al. Cuidado materno y seguridad del apego antes del primer año de vida. *Univ Psychol*. 2016;15(1):245-260. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-1.cmsa>
24. Nóbrega M, Szteren L, Marinelli F, Bárrig-Jóv P, Núñez del Prado J, Conde G. Estado mental de apego no resuelto, cuidado materno y seguridad del apego infantil en dos diadas madre-hijo. *Cienc Psicol*. 2020;14(2):e2315. <https://doi.org/10.22235/cp.v14i2.2315>
25. Rivera Pineda MR, García Canga Argüelles M, Marroquín Barrera R. Sentia. Método orientado a establecer el apego seguro. *Revista Psicólogos*. 2016;6(18):24-35. <https://doi.org/10.59205/rp.v6i18.86>
26. Sauñe Palomino R, Pineda Huarcaya SY. Apego seguro y madurez neuropsicológica en escolares de 9 a 11 años de edad de una Institución Educativa de Lima Este, 2016 [Tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Peruana Unión; 2017. Disponible en: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/720>
27. Viteri-Neira ME, Vizcaíno-Cárdenas TL. Desarrollo del apego seguro en niños de 3 a 4 años a través de juegos cooperativos. *Educación y Sociedad*. 2024;22(3):239-250. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13855474>
28. Aguilar Ccarita LM. Apego, estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en confinamiento por Covid 19 [Tesis de maestría]. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2021. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12773/14766>
29. Attili G, Di Pentima L, Toni A, Roazzi A. High anxiety attachment in eating disorders: intergenerational transmission by mothers and

- fathers. *Paidéia* (Ribeirão Preto). 2018;28:e2813. <https://doi.org/10.1590/1982-4327e2813>
30. Estévez A, Chávez-Vera MD, Momeñe J, Olave L, Vázquez D, Iruarizaga I. The role of emotional dependence in the relationship between attachment and impulsive behavior. *An Psicol.* 2018;34(3):438-445. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>
 31. Gómez Guevara DG, Sánchez Manayay GX, Calonge De la Piedra DM. Apego parental y dependencia emocional en mujeres del distrito de Túcume-Lambayeque, Perú. *Horiz (El Alto)*. 2019;3(9):57-73. <https://doi.org/10.33996/revis-tahorizontes.v3i9.68>
 32. Roque Vásquez EC. Estilos de apego y dependencia emocional en adolescentes de instituciones educativas públicas de Surquillo, 2019 [Tesis de licenciatura]. Lima: Universidad César Vallejo; 2019. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/37413>
 33. Grijalba Cañari LJ. Estilos de apego y agresividad en adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Chíncha Alta-Ica, 2017 [Tesis de licenciatura]. Lima: Universidad César Vallejo; 2017. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/11297>
 34. Lacasa F, Mitjavila M, Ochoa S, Balluerka N. The relationship between attachment styles and internalizing or externalizing symptoms in clinical and nonclinical adolescents. *Anal Psicol.* 2015;31(2):422-432. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.2.169711>
 35. Vásquez Olivares KM. Estilos de apego como predictor de los problemas externalizados e internalizados en estudiantes cajamarquinos de nivel secundario [Tesis de maestría]. Lima: Universidad de San Martín de Porres; 2023. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12727/12244>
 36. Vargas K, Yana M, Pérez K, Chura W, Alanoca R. Aprendizaje colaborativo: una estrategia que humaniza la educación. *Rev Innova Educ.* 2020;2(2): 363-379. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.02.009>
 37. García Sánchez R, Cuesta Condo LV, Pérez Bravo S. Psicología pediátrica. Influencia del tipo de apego en el niño. *Canar Pediatr* [Internet]. 2024 [Consultado 15 jul 2025];48(1):39-51. Disponible en: <https://sctpte.com/wp-content/uploads/2024/05/Psicologia.pdf>
 38. Barrera-Herrera A, Vinet EV. Adultez emergente y características culturales de la etapa en universitarios chilenos. *Ter Psicol.* 2017;35(1): 47-56. Disponible en: <https://doi.org/10.4067/S0718-48082017000100005>
 39. Miranda Llanos XC. Factores de la relación parental-vincular que generan diferencia en el rendimiento académico y la adaptación escolar en alumnos de familias adoptivas o biológicas dentro del sistema educativo del Colegio La Misión de Calera de Tango [Tesis de licenciatura]. Santiago de Chile: Universidad Academia de Humanismo Cristiano; 2004. Disponible en: <https://biblioteca-digital.academia.cl/handle/123456789/2542>
 40. Monti JD, Rudolph KD. Emotional awareness as a pathway linking adult attachment to subsequent depression. *J Couns Psychol.* 2014;61(3):374-382. <https://doi.org/10.1037/cou0000016>
 41. Stern DN. El mundo interpersonal del infante: una perspectiva desde el psicoanálisis y la psicología evolutiva. Buenos Aires: Paidós; 1991.
 42. Salvador Coderch P, Fernández Crende A. Causalidad y responsabilidad. InDret [Internet]. 2006 [Consultado 15 jul 2025];(1):1-25. Disponible en: <https://indret.com/causalidad-y-responsabilidad-3/>
 43. Bleichmar S. Acerca del malestar sobrante. En: Bleichmar S. La subjetividad en riesgo. Buenos Aires: Topía Editorial; 2005. p. 29-34.
 44. Ainsworth MS. Attachments beyond infancy. *Am Psychol.* 1989;44(4):709-716. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709>
 45. Bernier A, Larose S, Boivin M, Soucy N. Attachment state of mind: implications for adjustment to college. *J Adolesc Res.* 2004;19(6):783-806. <https://doi.org/10.1177/0743558403260096>
 46. Fonagy P. Thinking about thinking: some clinical and theoretical considerations in the treatment of a borderline patient. *Int J Psychoanal* [Internet]. 1991 [Consultado 15 jul 2025];72(Pt 4):639-656.

- Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1797718/>
47. Fonagy P, editor. An open door review of outcome studies in psychoanalysis [Internet]. 2nd rev. ed. London: International Psychoanalytical Association; 2002. Disponible en: https://www.ipa.world/IPA_Docs/Open%20Door%202002.pdf
48. Fonagy P, Target M. The mentalization-focused approach to self pathology. *J Pers Disord.* 2006;20(6):544-576. <https://doi.org/10.1521/pedi.2006.20.6.544>
49. Fonagy P. Persistencias transgeneracionales del apego: una nueva teoría. *Apert Psicoanal* [Internet]. 1999 [Consultado 15 jul 2025];(3). Disponible en: <http://www.aperturas.org/articulos.php?id=0000086&a=Persistencias-transgeneracionales-del-apego-unanueva-teoria>
50. Amitay G, Rahav G. Attachment and pedagogical relevant practices as elements of a successful alternative school through the narratives of its students. *Psychol Sch.* 2018;55(10):1239-1258. <https://doi.org/10.1002/pits.22200>
51. Sassaroli S, Lorenzini R. Apego y exploración en la patogénesis de las fobias. *Rev Psicoter.* 1990;1(2-3):95-111. <https://doi.org/10.33898/rdp.v1i2-3.670>
52. Beláustegui M. El docente como figura de apego y su capacidad de compensar vínculos de apego inseguro [Tesis de licenciatura]. Buenos Aires: Universidad Austral; 2019. Disponible en: <https://riu.austral.edu.ar/handle/123456789/740>
53. Oliva Delgado A. Estado actual de la teoría del apego. *Rev Psiquiatr Psicol Niño Adolesc.* 2004;4(1): 65-81. <https://doi.org/10.65549/pwmm6a64>
54. Sánchez Daniel A. El apego infantil: la influencia en el rendimiento académico [Trabajo de fin de grado]. Salamanca: Universidad de Salamanca; 2023. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10366/152758>
55. Lyons JS, Rogers L. The U.S. child welfare system: a de facto public behavioral health care system. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry.* 2004;43(8):971-973. <https://doi.org/10.1097/01.chi.0000127575.23736.90>
56. Pena González E. Apego desorganizado y disociación en el trauma complejo [Trabajo de fin de grado]. Barcelona: Universitat Abat Oliba CEU; 2022. Disponible en: <https://hdl.handle.net/2072/522680>
57. Corral-Proañó VJ, Díaz-Mosquera E. Entender la conducta suicida desde los vínculos de apego inseguro y el trauma infantil. *CienciAmérica.* 2019;8(1): 48-61. <https://doi.org/10.33210/ca.v8i1.204>
58. Ainsworth MDS. *Infancy in Uganda: infant care and the growth of love.* Baltimore: Johns Hopkins Press; 1967.
59. Baena Reig V. Patrón de apego evitativo y psicopatología: estudio de caso y abordaje desde el modelo de terapia de esquemas de Young [Trabajo de fin de máster]. Barcelona: Universitat Ramon Llull; 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.14342/368>