



ISEO[®]
JOURNAL

**APEGO Y RELACIONES INTERPERSONALES
EN LOS ADOLESCENTES.**

**ATTACHMENT AND INTERPERSONAL
RELATIONSHIPS IN TEENAGERS.**

Denise Lizette de la Cruz Jiménez
Estudiante de la Maestría en
Ciencias de la Enfermería.
Instituto Superior de Estudios
de Occidente. Nayarit, México.

e-mail: jimenez_dns@hotmail.com

Recibido: 1 de mayo del 2022

Aprobado: 6 de junio del 2022

Publicado: 1 de septiembre del 2022

Este es un artículo de acceso abierto bajo la
licencia Creative Commons 4.0 Atribución-No
Comercial (CC BY-NC 4.0 International)

This is an Open Access article distributed under
the terms of the CC BY-NC license
(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

Volumen 1, Número 1

Enero-Junio 2022

Pp. 32-40

www.journal.iseo.edu.mx

Apego y relaciones interpersonales en los adolescentes. Attachment and interpersonal relationships in teenagers.

Denise Lizette de la Cruz Jiménez*

*Estudiante de la Maestría en Ciencias de la Enfermería. Instituto Superior de Estudios de Occidente. Nayarit, México.

e-mail: jimenez_dns@hotmail.com

RESUMEN: La adolescencia es un período de transición entre la pubertad y la etapa adulta que transcurre entre los 11 y 19 años, los seres humanos desarrollan diferentes tipos de vínculos afectivos a lo largo de la vida, que les proporciona seguridad emocional indispensable para un adecuado desarrollo de la personalidad desde la infancia hasta la adultez. Los apegos de buena calidad, continuos y seguros en el tiempo, son los que permiten el desarrollo de una confianza base, además necesitan interactuar con otros para reafirmar su autoestima, sus valores y construir su propia identidad. Las relaciones interpersonales favorecen al desarrollo de habilidades y destrezas socioemocionales vitales para una comunicación efectiva entre los individuos.

PALABRAS CLAVE: adolescentes, apego, cambios, relaciones interpersonales.

ABSTRACT: *Adolescence in a transition period between puberty and adulthood that takes place between 11 and 19 years, human beings develop different types of affective bonds throughout life, which provides them with emotional security essential for an adequate development of personality from infancy to adulthood. Good quality attachments, continuous and secure over time, are what allow the development of a basic trust, they also need to interact with others to reaffirm their self-esteem, their values and build their own identity. Interpersonal relationships favor the development of vital socio-emotional abilities and skills for effective communication between individuals.*

KEYWORDS: adolescents, attachment, changes, interpersonal relationships.

INTRODUCCIÓN.

La adolescencia es un periodo de transición entre la pubertad y la etapa adulta que transcurre entre los 11 y 19 años, dividida en dos fases: adolescencia temprana (12-14 años) y adolescencia tardía (15-19 años). En esta etapa se suscitan cambios a nivel biológico (aparición de las características sexuales, derivadas del funcionamiento eje hipotálamo hipófisis), psicológico (búsqueda de identidad personal, independencia, formas de pensar y actuar) y social (aceptación de grupo de iguales) (OMS, 2015).

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2015) indica que la adolescencia configura una de las etapas de la vida más fascinante y tal vez la más compleja en los seres humanos, un período en el cual los jóvenes asumen nuevos compromisos y la

experimentación de nuevas sensaciones. Es aquí donde se busca la identidad personal, se hace uso de los valores adquiridos en el ambiente familiar durante la primera infancia y que se fortalecen en la vida adulta.

Cada adolescente experimenta de diversa manera este período de la vida, lo cual le permite obtener madurez física, emocional y cognitiva; es decir los adolescentes asumen la responsabilidad de adquirir o modificar las conductas negativas o positivas que se transmiten de generación en generación (UNICEF, 2011). En la actualidad se observa a adolescentes con problemas emocionales originados por distintos factores individuales, familiares, ambientales y sociales que pudieran ocasionar conductas de «salida» como el consumo de alcohol, tabaco u otra droga (Hernández-Cervantes y Alejandro-García, 2015).

Se ha identificado que los seres humanos desarrollan diferentes tipos de vínculos afectivos a lo largo de la vida, que les proporciona seguridad emocional indispensable para un adecuado desarrollo de la personalidad desde la infancia hasta la adultez (Pinto-Cortez, Beyzaga, Cantero, Oviedo y Vergara, 2018). Es necesario precisar que el apego no solo es familiar (padre-madre-hijo), si no que incorpora aspectos sociales, cognitivos y conductuales. Por consiguiente, es un componente fundamental en las relaciones interpersonales donde un individuo más endeble y menos preparado confía en la protección que le brinda otro individuo más capacitado y poderoso (Celedón, Cogollo, Barón, Miranda y Martínez, 2016).

En este sentido, y precisamente en los adolescentes, los apegos de buena calidad, continuos y seguros en el tiempo, son los que permiten el desarrollo de una confianza base (Balabanian, Lemos y Rubilar, 2015) y por lo tanto resulta un elemento fundamental para enfrentar los desafíos y dificultades de la vida y serán capaces de relacionarse de manera adecuada con sus iguales (Mendoza, Cogollo y Daza, 2017). Dado que, durante la adolescencia la relación con los iguales y las primeras relaciones de pareja adquieren mayor importancia y por lo tanto el apego pasa de familiar a social (Romera, Cano, García-Fernández y Ortega-Ruiz, 2016).

Por consiguiente, los adolescentes necesitan interactuar con otros para reafirmar su autoestima, sus valores y construir su propia identidad (López, 2015) y es aquí donde frente a su familia y pares, pone a prueba su autonomía, ideas, valores, actitudes creencias que ha ido logrando o decidiendo sobre sí mismos (Ramírez, Álvarez, Cadena, Mendoza, Alarcón y García, 2016). Las relaciones interpersonales favorecen al desarrollo de habilidades y destrezas socioemocionales que le permiten la solución de conflictos (López y Gutiérrez, 2015), la toma de decisiones, la

capacidad de escucha, la negociación; herramientas vitales para una comunicación efectiva entre los individuos (Garaigordobil y Peña, 2014; Barros, Rodríguez, Vanegas, Cedillo, Alvarado y Cabrera, 2018).

Sin embargo, el apego y las relaciones interpersonales también pueden ser un detonante para la presencia del problemas socio afectivos como asilamiento social, síntomas depresivos (Pereira y Landeros, 2019), baja autoestima, ideación suicida, bajo rendimiento escolar, relación disfuncional con los padres (Suárez-Relinque, Arroyo, Ferrer y Ochoa, 2017), así como la ingesta de alcohol, tabaco y otras drogas que repercuten en el ámbito individual y social de los adolescentes (Barbarias, Gutiérrez y Bilbao, 2019). En función de lo anteriormente descrito se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la importancia del concepto de apego y las relaciones interpersonales en los adolescentes?

APEGO.

Teoría del Apego. John Bowlby médico psiquiatra y psicoanalista del Departamento Infantil de la Clínica Tavistock en Londres, en 1948 fue designado por la Organización Mundial de la Salud para investigar las necesidades de los niños sin hogar, huérfanos y separados de sus familias durante la II Guerra Mundial, así como aspectos relacionados con su salud mental. Al término de esta investigación pudo constatar que la formación de una relación cálida entre niño y su madre es crucial para la supervivencia y desarrollo saludable del menor (Repetur y Quezada, 2005). Puntualiza que los efectos inmediatos y a largo plazo que median la salud mental del niño, son la resultante de una experiencia de relación cálida, íntima y continua entre la madre y su hijo por la cual ambos encuentran satisfacción (Moneta, 2014).

González-Ospina y Paredes-Núñez (2017) señalan que el apego es 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. Por lo tanto, permite el desarrollo de capacidades, así como la confianza en sí mismo, el otro y su modelo relacional futuro.

Chamorro (2012) menciona que el apego se sustenta en los siguientes postulados básicos:

1. Las personas, al igual que otras especies animales, cuentan con conductas instintivas, con fuerte base biológica, que favorecen su supervivencia.
2. Las conductas instintivas son el futuro del aprendizaje filogenético, pero se puede modificar adaptativamente a nivel ontogenético en interacción con nuestro entorno.
3. En nuestra especie, la modificación de las conductas instintivas se realiza en función de las metas perseguidas, por medio de sistemas homeostáticos, en los que la retroalimentación nos va dando pistas para ajustar cada vez con mayor precisión el comportamiento al objetivo perseguido.
4. Cuanto más cercano está el entorno en el cual el sujeto crece en un entorno de adaptación evolutivo, menos probable será que se desarrollen anomalías comportamentales que conduzcan a una mala adaptación social.
5. Los seres humanos están motivados para mantener un equilibrio dinámico entre la conservación de la familiaridad y las conductas reductoras de estrés y antitéticas de exploración y búsqueda de información.
6. Los niños pequeños necesitan desarrollar una dependencia segura respecto a sus padres (figuras de apego), antes de

enfrentarse por sí mismos a situaciones desconocidas.

7. La mayoría de las emociones intensas surgen en torno a la formación, mantenimiento o pérdida de un vínculo, por lo que la psicología y la psicopatología de las emociones son, en gran parte, la psicología y psicopatología de los vínculos afectivos.

Componentes del apego. Moneta (2014) menciona que el apego es el vínculo afectivo que se infiere de una tendencia estable a buscar la proximidad y el contacto y se manifiesta de una forma relacionada con otros sistemas de conducta y circunstancias ambientales, es así como los vínculos que genera el apego se establecen en base a tres elementos:

1. *Conductas de apego* (componente conductual), son aquellas conductas que pretenden mantener la proximidad, el contacto y la comunicación con las figuras de apego.
2. *Representación mental de la relación* (componente cognitivo), hace referencia al concepto que se tiene de sí mismo y de la figura de apego, los recuerdos de la relación y las expectativas sobre la propia relación. Si el vínculo del apego se forma de manera adecuada, el contenido esencial de estas representaciones será la incondicionalidad, la seguridad en que la figura de apego no va a fallar ni a abandonar a la persona apegada, y la eficacia, la creencia en que el otro tiene la capacidad de proteger, cuidar y ayudar.
3. *Sentimientos* (componente emocional) referidos a sí mismo y a la figura de apego; aunque estos sentimientos pueden ser muchos y muy variados, los más significativos serían los de seguridad frente al miedo y/o angustia. Cuando se está seguro de la incondicionalidad de la figura de apego y de la competencia del otro para

ayudar, el vínculo conlleva sentimientos de seguridad, estabilidad y autoestima, facilitando la empatía, la ternura, el consuelo y la comunicación emocional (Campayo, Navarro, Modrego, Morillo y Correa, 2016).

Sistemas del apego. El organismo se organiza por medio de sistemas conductuales que sirven a una función biológica particular, un sistema puede definirse como un conjunto de respuestas o repertorio de conductas cuyo objetivo es satisfacer un tipo específico de necesidad (o varias asociadas), y que siempre se acompañan de elementos emocionales estrictamente relacionados con ella, se señalan la existencia de cuatro sistemas conductuales:

1. El *sistema de conductas* de apego se refiere a todas aquellas conductas que están al servicio del mantenimiento de la proximidad y el contacto con las figuras de apego. Se trata de conductas que se activan cuando aumenta la distancia con la figura de apego o cuando se perciben señales de amenazas, poniéndose en marcha para restablecer la proximidad.
2. El *sistema de exploración* está estrechamente relacionado con el anterior, ya que muestra una cierta incompatibilidad con él: cuando se activan las conductas de apego disminuye la exploración del entorno.
3. El *sistema de miedo a los extraños* muestra también su relación con los anteriores, ya que su aparición supone la disminución de las conductas exploratorias y el aumento de las conductas de apego.
4. El *sistema afiliativo* se refiere al interés que muestran los individuos, no sólo de la especie humana, por mantener proximidad e interactuar con otros sujetos, incluso con aquellos con quienes no se han establecido vínculos afectivos (Palacios y Álvarez, 2006; Delgado y Oliva, 2004).

Fases en construcción del apego en el ciclo vital. Barg (2011) puntualiza que, en la construcción del sistema de apego, se pueden identificar una serie de fases:

1. *Fase de preapego:* (primeros dos meses), caracterizada por la orientación y señales sin discriminación de figura. Son aquellos comportamientos de las primeras semanas de vida del bebé, que forman parte de su bagaje genético y que se activan frente a la presencia humana. Se caracteriza por la aparición de un amplio repertorio de señales en el bebé que son, en su mayoría, de carácter reflejo, aunque también posee otras capacidades sensoriales y perceptivas que le permiten comunicarse y conocer a las personas que le rodean.
2. *La fase de formación del apego* (2 a 6 meses), durante estos meses, el bebé empieza a dar muestras de poder diferenciar a las personas familiares de las desconocidas, por lo que tiene una mayor tendencia a iniciar interacciones sociales con el cuidador o cuidadores principales. Por lo tanto, los comportamientos reseñados en la fase anterior se orientan ahora hacia el cuidador.
3. *La fase clara de apego* (seis meses a tres años) en esta nueva etapa se producen una gran cantidad de cambios que dan lugar a la consolidación de la vinculación afectiva. No sólo el sistema de apego (como conjunto de conductas que se encuentra organizado en torno a una meta, a saber, la proximidad y el contacto físico con la figura de apego) se consolida en esta fase.
4. Y por último la *formación de una relación recíproca* (tres años en adelante; este tipo de interacción madre-hijo dura toda la vida en los seres humanos), para lograr una relación recíproca el niño debe haber podido superar el egocentrismo y debe de ser capaz de interpretar los objetivos de la

madre para poder interactuar con sus propios objetivos.

Tipos de apego. Se ha identificado que las interacciones tempranas que tiene el niño con los cuidadores primarios aprenden un modelo de relación que va a repercutir en el contacto con los demás y por ende en la adultez (Orbe, 2015). Es preciso mencionar que los modelos adquiridos son representaciones mentales que incluyen expectativas sobre sí mismo y sobre los otros dentro del contexto de las relaciones afectivas (Penagos, Rodríguez, Carrillo y Castro, 2006). En este sentido se destacan los siguientes tipos de apego, en función de las relaciones cercanas.

- El *apego seguro*, se caracteriza por acercarse emocionalmente a los otros de manera sencilla y mostrar la capacidad de establecer una experiencia de dependencia mutua segura y confortable. Sus relaciones son más estables, íntimas y satisfactorias y su perspectiva de sí misma es más integrada y coherente (Brando, Valera y Zarate, 2008).
- El *apego inseguro* está caracterizado por baja confianza, patrones inadecuados de comunicación y bajos deseos de cercanía y proximidad. Es característica en este tipo de sujetos la inhibición de sentimientos negativos o agresivos, con la finalidad de mantener la aprobación social (Tapia-Valladares, Rojas-Campos, Picado-Arce y Conejo-Bolaños, 2015). En relación con el tipo de apego inseguro Goicoechea (2014) señala que, dentro de este, de incluyen también los siguientes tipos de apego:
 - El *apego ambivalente*, en el que se mezclan las conductas de rechazo con las de dependencia. Son personas que vivieron emociones desbordantes de las figuras parentales que no pudieron comprender ni integrar y que además a menudo eran ambivalentes.

- El *apego evitativo*, en el que no ha habido una atención continuada a las necesidades o ésta se ha dado sin ajuste emocional a sus necesidades, sin conexión emocional. Esta experiencia de apego evitativo será interiorizada en forma de modelo vincular separado o autosuficiente, donde las personas aparentarán no necesitar a nadie, porque habrán aprendido a anticipar el fracaso en la satisfacción de esa necesidad.
- El *apego desorganizado* es la tipología donde se siente miedo hacia la figura de apego, su necesidad de acercarse a él o ella es tan fuerte como la de defenderse, y ello le lleva a dividirse por dentro, a fragmentarse. Esto conlleva a un modelo vincular desorientado o fragmentado con experiencias de disociación y las personas tendrán dificultades a la hora de establecer afectividad e intimidad con otras personas.

RELACIONES INTERPERSONALES.

Beltrán (2013) define las relaciones interpersonales como asociaciones a largo plazo entre dos o más personas, basadas en emociones, sentimientos, intereses y actividades sociales. Estas relaciones tienen lugar en la familia, en los amigos, el matrimonio, las amistades, los entornos laborales, los clubes sociales y deportivos, los entornos barriales, las comunidades religiosas, entre otros. Además, las relaciones interpersonales pueden ser reguladas por ley, por costumbre o por acuerdo mutuo, y son una base o un entramado fundamental de los grupos sociales y de la sociedad en su conjunto (Jiménez, Aguirre, Rodríguez, Paredes y Perales, 2016).

Elementos de las relaciones interpersonales. Pacheco (2019) ha identificado que para el establecimiento de las relaciones interpersonales puedan ser fructíferas, deben

de influir una serie de elementos, las cuales son:

- *Atracción:* la atracción que una persona siente hacia otra es la causa más frecuente de sus intentos voluntarios por iniciar una interacción con ella. Es este sentido se destaca que la atracción interpersonal se puede entender, de una forma amplia, como una actitud o predisposición a responder hacia otra persona de manera positiva. Este juicio no se suele quedar en la dimensión cognitivo-evaluativa, sino que es frecuente que vaya asociado a conductas y a otras cogniciones, entre las que se puede citar la de inferir que una persona muy atractiva tendrá otras características positivas.
- *Familiaridad:* las personas con quienes se tiene más contacto se suelen ver cómo menos peligrosas y las relaciones con ellas se consideran más seguras, de ahí que sea probable que surja la atracción. La familiaridad puede ser una de las razones del hecho, sólidamente establecido, de que es más probable que se inicie una relación con quienes están cerca físicamente que con quienes están lejos. Conviene reseñar que, si bien la familiaridad está positivamente relacionada con el inicio de las relaciones, cuando se trata de relaciones más duraderas su papel es menos clara (Beltrán, 2013).
- Así también conforme aumenta la *semejanza* entre las personas también aumenta la atracción, especialmente cuando la semejanza tiene lugar en una dimensión que es importante para el perceptor. No obstante, esta relación depende de la dimensión sobre la que se base la semejanza. En el caso de características relacionadas con la pertenencia étnica, nacional o religiosa, el nivel cultural o educativo, la profesión u ocupación, la clase social, el género, la edad, y otras características

sociodemográficas, la semejanza ha aparecido relacionada con la atracción.

Tipo de relaciones interpersonales. En función del vínculo que tenga el individuo con los demás Castillo y Portillo (2015) señalan que las relaciones interpersonales pueden ser:

- *Relaciones Primarias:* son de carácter íntimo y se incluye la mayor parte de la personalidad del individuo, este tipo requiere más tiempo y contacto con las personas, lo que propicia lazos más estrechos de afiliación, por lo tanto, las tareas a desarrollar se harán de manera efectiva. En este tipo de relación se toma en cuenta los sentimientos que se experimentan, y surge un interés en la persona como compañero, amigo o en su defecto como novio.
- *Relaciones Secundarias:* son superficiales y no implica amistad íntima entre las personas, se establecen por las funciones que se desempeñan, por lo cual, son las que surgen con mayor frecuencia. Cabe destacar que una relación que empezó como secundaria, puede convertirse con el paso del tiempo en primaria.

CONCLUSIONES.

Los resultados de este análisis permiten señalar que uno de los aspectos que caracteriza a la adolescencia es la búsqueda e incremento de las relaciones interpersonales que pueden ser una fuente de disfrute, pero también de sufrimiento y malestar durante esta etapa. Los seres humanos nacen, crecen y mueren con las relaciones sociales, incorporadas a lo denominado como tejido social. Por lo tanto, el apego y las relaciones interpersonales forman parte esencial en los adolescentes al otorgar sentido a la propia existencia; lo que lleva a crear una percepción del mundo y del propio individuo en su interacción con los demás, utilizando una comunicación asertiva, adecuada e inteligente.

BIBLIOGRAFÍA.

- Balabanian, C., Lemos, V. y Rubilar, J. V. (2015). Apego percibido y conducta prosocial en adolescentes. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 6(2), 278-294.
- Barbarias, O., Gutiérrez, A. E. y Bilbao, P. J. (2019). La dependencia emocional como factor mediador en la relación entre apego y el abuso de drogas y alcohol en jóvenes. *Revista española de drogodependencias*. (44), 44-58.
- Barg, B. (2011). Bases neurobiológicas del Apego. Revisión Temática. *Ciencias Psicológicas* 5(1): 69-81.
- Barros, B. S. M., Rodríguez, H., De La Caridad, Y., Vanegas, Q. O. S., Cedillo, A. M. D. L., Alvarado, M. H. y Cabrera, G. J. A. (2018). Adolescentes de básica superior con adicción a internet y redes sociales y relaciones interpersonales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 20(3), 42-68.
- Beltrán, J.A. (2013). Las relaciones interpersonales y su influencia en el aprendizaje cognitivo en los y las estudiantes del octavo grado de educación básica del Colegio Nacional "Cardenal Carlos María de la Torre", ubicado en la Parroquia el Quinche, Cantón Quito, Provincia de Pichincha. Tesis, Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
- Brando, M., Valera, J. y Zarate, Y. (2008). Estilos de apego y agresividad en adolescentes. *Rev. psicol.-Esc. Psicol. Univ. Cent. Venez*, 27(1), 16-42.
- Campayo, J. G., Navarro, M., Modrego, M., Morillo, H. y Correa, M. (2016). Terapia de Compasión Basada en los Estilos de Apego. *Revista de Psicoterapia*, 27(103), 57-69.
- Castillo, D.I.T. y Portillo, T.L. (2015). Las Relaciones Humanas. *XIKUA Boletín Científico de la Escuela Superior de Tlahuelilpan*, 3(6).
- Celedón, R. J. C., Cogollo, M. E., Barón. G. B., Miranda. Y. M. y Martínez, B. P. (2016). Estilos de apego en un grupo de jóvenes con rasgos antisociales y psicopáticos. *Encuentros*. 14(1), 151-165.
- Chamorro, L. (2012). El apego. Su importancia para el pediatra. *Pediatría (Asunción)*, 39(3), 199-206.
- Delgado, A. O. y Oliva Delgado, A. (2004). Estado actual de la teoría del apego. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 4(1), 65-81.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2011). Estado mundial de la infancia 2011. Disponible en http://www.unicef.org/honduras/Estado_mundial_infancia_2011.pdf
- Goicoechea, P. H. (2014). Apego y adolescencia: Narrándose en el espejo de los otros. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, 2(3).
- González-Ospina, L. M. y Paredes-Núñez, L. S. (2017). Apego y Resiliencia. *CienciaAmérica*, 6(3), 102-105.
- Hernández-Cervantes, Q. y Alejandro-García, J. (2015). Relación entre riesgo suicida y uso de tabaco o alcohol en una muestra de universitarios. *Acta Universitaria*. 25 (2):47-51. <http://doi.org/10.15174/au.2015.899>
- Jiménez, C. S., Aguirre, A. Á., Rodríguez, V. M. H., Paredes, J. M. H. y Perales, M. S. (2016). Dificultades interpersonales y sustancias psicoactivas en adolescentes/Interpersonal difficulties and psychoactive substances in adolescents. *RICS Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud*, 5(9), 51-67.
- López, F. (2015). Adolescencia. Necesidades y problemas. Implicaciones para la intervención. *Adolescere*. 3(2), 9-17.
- López, J. E. y Gutiérrez, M. (2015). Autoconcepto, dificultades interpersonales, habilidades sociales y conductas asertivas en adolescentes.

- Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*. 26, 42-58.
- Mendoza, O. O., Cogollo, S. Z. y Daza, M. F. (2017). Estilos de apego, comunicación y confianza entre padres y jóvenes universitarios de la Guajira-Colombia. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales*. (24), 119-138.
- Moneta C, M. E. (2014). Apego y pérdida: redescubriendo a John Bowlby. *Revista chilena de pediatría*, 85, 265-268.
- Orbe, N. C. E. (2015). La teoría del apego desde la visión de mente-cerebro-educación.
- Organización Mundial de la Salud. (2015). Estrategia Mundial para la Salud de la Mujer, el Niño y el Adolescente (2016-2030). Sobrevivir, prosperar, transformar. Disponible en: https://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/estrategia-mundial-mujer-nino-adolescente-2016-2030.pdf?ua=1
- Pacheco, R. A. R. (2019). *Dificultades interpersonales en la adolescencia en alumnado ecuatoriano* (Doctoral dissertation, Universitat d'Alacant-Universidad de Alicante).
- Palacios, J. R. P. y Álvarez, M. P. S. (2006). Apego adulto: los modelos operantes internos y la teoría de la mente. *Terapia psicológica*, 24(2), 201-209.
- Penagos, A., Rodríguez, M., Carrillo, S. y Castro, J. (2006). Apego, relaciones románticas y autoconcepto en adolescentes bogotanos. *Universitas Psychologica*, 5(1), 21-36.
- Pinto-Cortez, C., Beyzaga, M., Cantero, M. F., Oviedo, X. y Vergara, V. (2018). Apego y psicopatología en adolescentes del Norte de Chile. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. 5(3), 23-29. doi: 10.21134/rpcna.2018.05.3.3
- Ramírez, D.G., Álvarez, A., Cadena, F., Mendoza, M.A., Alarcón, N.S., y García, M.C. (2016). Asertividad en el consumo de alcohol y tabaco en adolescentes. *Ciencia UANL*. 19(77), 56-60.
- Repetur, K. y Quezada, A. (2005). Vínculos y desarrollo psicológico: la importancia de las relaciones tempranas. *Revista Digital Universitaria*, 6 (11), 1-15.
- Romera, E.M., Cano, J.J., García-Fernandez, M.C. y Ortega-Ruiz, R. (2016). Cyberbullying: competencia social, motivación y relaciones entre iguales. *Revista Científica de Educomunicación*. 48(24), 71-79.
- Suárez-Relinque, C., Arroyo, G. D. M., Ferrer, B. M. y Ochoa, G. M. (2017). Baja percepción de riesgo en el consumo de alcohol en adolescentes españoles. *Cadernos de Saúde Pública*. 33, e00129716.
- Tapia-Valladares, J., Rojas-Campos, A., Picado-Arce, K. y Conejo-Bolaños, L. D. (2015). Identidad personal y apego en adolescentes costarricenses: exploración, compromiso e inocuo nivel educativo de progenitores. *Interamerican Journal of Psychology*, 49(1), 3-14.
- UNICEF (2015). Una aproximación a la situación de adolescentes y jóvenes en América Latina y el Caribe a partir de evidencia cuantitativa reciente. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/media/1316/file/Publicación%20Una%20aproximación%20a%20la%20situación%20de%20adolescentes%20y%20jóvenes%20en%20América%20Latina%20y%20el%20Caribe%20.pdf>