

## Revisión Sistemática

# Revisión Sistemática sobre el Apego Adulto y la Repercusión en la Satisfacción de las Relaciones de Pareja

Noralí Marilisa Vizcay , Sofía Di Giuseppe  y Silvana Milozzi 

Universidad Salesiana, localidad de Bahía Blanca, provincia de Buenos Aires, Argentina

## INFORMACIÓN

Recibido: noviembre 13, 2024

Aceptado: enero 7, 2025

### Palabras clave:

Apego adulto  
Relación de pareja,  
Satisfacción  
Estilos de apego  
Dinámicas de pareja

## RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo relevar las investigaciones científicas sobre la relación existente entre el apego adulto y la satisfacción en las relaciones de pareja.

Por esta razón, se realizó una Revisión Sistemática utilizando la declaración PRISMA sobre las bases científicas Google académico, Redalyc y Scielo. Se utilizaron como términos de búsqueda Apego y Satisfacción en la Relación de parejas, encontrándose un total de 519087 artículos. Se incluyeron sólo los artículos de acceso abierto publicados en inglés durante los últimos 5 años. Luego de filtraje, el cribado y el cribado definitivo, los cuales se encuentran desarrollados en el diagrama de flujo, se excluyeron 519072 artículos, seleccionando 20 que tomaban como muestra la relación de pareja adulta.

Los datos hallados confirman la existencia de una relación entre los vínculos de apego y la satisfacción en las relaciones de pareja. Asimismo, se observa que las estrategias de apego evitativo y ansioso tienen menor nivel de satisfacción en su relación romántica.

## Systematic Review on Adult Attachment and the Impact on Relationship Satisfaction

## ABSTRACT

The present study aims to survey scientific research on the relationship between adult attachment and satisfaction in couple relationships.

For this reason, a Systematic Review was conducted using the PRISMA statement on the scientific bases of Google Scholar, Redalyc and Scielo. The search terms used were Attachment and Satisfaction in Couple Relationships, and a total of 519,087 articles were found. Only open access articles published in English during the last 5 years were included. After filtering, screening and final screening, which are developed in the flow chart, 519,072 articles were excluded, selecting 20 that took the adult couple relationship as a sample.

The data found confirm the existence of a relationship between attachment bonds and satisfaction in couple relationships. Likewise, it is observed that avoidant and anxious attachment strategies have a lower level of satisfaction in their romantic relationship.

### keywords:

Adult attachment  
Couple relationship  
Satisfaction  
Attachment styles  
Couple dynamics

## Apego y Satisfacción en la Pareja

Aquellos organismos que maduran extrauterinamente requieren de cuidadores que garanticen que esa maduración sea lograda con éxito para satisfacer sus necesidades psíquicas y biológicas. Bowlby (1993) ha denominado como *figura de apego* a aquellos cuidadores que realizan en nuestra especie la inversión parental que se sostiene a lo largo del desarrollo de los infantes. La persona por naturaleza tiende a formar vínculos significativos con su figura de apego, y es ella quien define los límites de accesibilidad, en base a su historia personal y su contexto. La creación de este lazo es fundamental para la supervivencia del individuo y permite la formación de estructuras de significado que posibiliten la interpretación de la realidad.

En definitiva, la conducta de apego hace referencia a las distintas formas que adopta la persona para construir vínculos a lo largo de su ciclo vital, buscando mantener la proximidad con la persona deseada (Bowlby, 1993, p. 41).

Las conductas de apego se manifiestan a través de distintas estrategias de acuerdo al vínculo que se establezca con la figura de apego durante la infancia. Estas estrategias se clasifican en: seguro (B), inseguro-evitativo (A), o inseguro-ambivalente (C), y cada una de ellas puede influir en la satisfacción de la relación de pareja a futuro.

Estos modelos de apego son inconscientemente incorporados como modelos vinculares para las relaciones adultas de pareja. Con relación a lo que entendemos por *pareja*, y haciendo referencia a las palabras de Neuburger (1998), se la define como “dos personas que se encuentran y eligen por diferentes cualidades; físicas, intelectuales y morales, pero también por razones inconscientes, relacionadas con el pasado de cada uno”. Esta historia personal es importante para el vínculo que se genera entre ambos, ya que juega un papel clave en la configuración de la estrategia de apego y como consecuencia de ello, afecta la satisfacción y estabilidad de la relación de pareja. Entendemos a la *satisfacción* en las relaciones románticas como la evaluación interna que hace una persona de los sentimientos positivos de su pareja y del atractivo de su relación (Rusbult, 1983). Dependiendo de la evaluación que pueda realizar la persona va a determinar el comportamiento hacia su pareja y cuán gratificante será ese vínculo a lo largo tiempo.

El objetivo principal de este trabajo es explorar y comprobar la existencia de una asociación entre las estrategias de apego y la satisfacción en la relación de pareja.

## Método

El presente estudio se realizó siguiendo los estándares de la declaración PRISMA (Urrutia y Bonfill, 2010; Munive-Rojas y

Gutiérrez-Garibay, 2015), de acuerdo pasos de calidad para la revisión sistemática exceptuando los ítems 3, 4, 5, 6, 12, 13, 15, 16, 19, 20, 22, 23, 24, y 25 específicos para estudios de revisión meta analíticos.

## Procedimiento

En relación al objetivo del estudio y considerando el método elegido, se decidió incluir los siguientes ítems de la declaración PRISMA: 1 (título), 2 (resumen estructurado), 7 (fuentes de información), 8 (búsqueda), 9 (selección de los estudios), 10 (proceso de extracción de datos), 11 (lista de datos), 14 (síntesis de resultados), 17 (selección de estudios), 18 (características de los estudios), 21 (síntesis de los resultados), 26 (conclusiones), 27 (financiación).

La búsqueda exhaustiva realizada en los repositorios mencionados en el apartado de método permitió seleccionar un total de 20 artículos: 0 de la red SCIELO, 17 de GOOGLE ACADÉMICO y 3 de REDALYC.

## Estrategia de Búsqueda

Se llevó a cabo el día 29 de agosto del 2024 una búsqueda exhaustiva de los artículos científicos sobre cómo se asocian los estilos de apego con la satisfacción y estabilidad de las relaciones, publicados en las bases Scielo, Redalyc y Google Académico de acuerdo a dos categorías de palabras clave: (a) Apego, (b) Satisfacción en la relación de pareja (*attachment and couple relationships satisfaction*). Dentro de los artículos científicos abordados, se tomaron en cuenta otras revisiones sistemáticas.

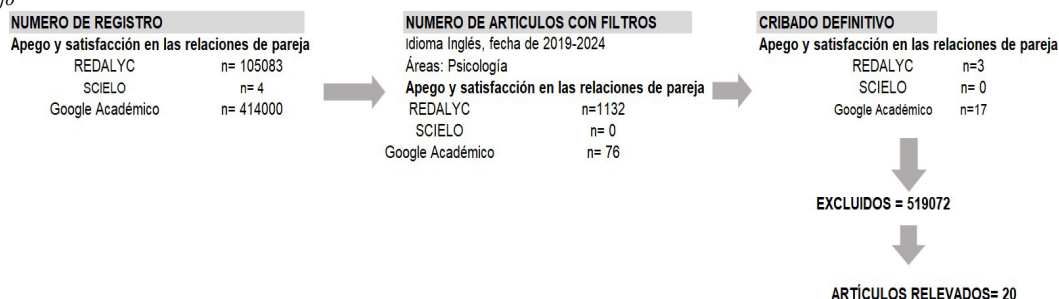
Originalmente se encontraron 519087 artículos. Los criterios de Inclusión/Exclusión utilizados fueron: (a) Artículos publicados en inglés, (b) Artículos publicados durante los últimos 5 años. Se obtuvieron un total de 1208 artículos. Se realizó un cribado definitivo en el que se excluyeron los artículos que no se circunscribían a la temática seleccionada. Siguiendo los criterios mencionados, se incluyeron finalmente 20 artículos (ver Figura 1).

## Resultados

En los artículos considerados, se reporta: el/los autor/es y año de publicación, el título del artículo, el instrumento de medición que se utilizó, la muestra y los resultados relevantes. La información mencionada se reporta en la Tabla 1.

Figura 1

Diagrama de Flujo



**Tabla 1***Revisión Sistemática de la Relación entre Apego y Satisfacción en las Relaciones de Pareja*

Autor/año	Artículo	Instrumento	Muestra	Resultados relevantes
Barros, R. de S. N., Soares, A. B. y Hernandez, J. A. E. (2019).	Social skills, empathy, love, and satisfaction in the family life cycle	Inventario de Habilidades Sociales (SSI) de A. Del Prette y Del Prette (2001) con 42 ítems	446 adultos casados, residentes del Área metropolitana de Rio de Janeiro. Brasil	Para los hombres la satisfacción está dada por la pasión, autocontrol proactivo, decisión/ compromiso. En las mujeres se da por el compromiso, la sensibilidad afectiva, decisión/ compromiso y pasión.
Breña, I., Alonso-Arbiol, I., Lavy, S. y Zhang, F. (2019).	Apego, Resolución de Conflictos, Satisfacción Marital, y Cultura en Mujeres	Cuestionarios de auto-registro que evaluaban las dimensiones de apego, estrategias de resolución de conflicto (percibidos en uno mismo y en la pareja) y la satisfacción marital. Para analizar las diferencias culturales entre las variables se llevó a cabo una comparación de medias con análisis de varianza (ANOVA).	343 mujeres con edades que oscilan entre 18 y 68 años.	Se demostraron variaciones en cuanto al apego inseguro (ansioso-evitativo) y la resolución de conflictos a nivel individual y en la pareja. Sin embargo, no hay diferencias en lo que respecta a la satisfacción marital entre mujeres de distintos países. Por otro lado, mujeres de culturas colectivistas tienden a obtener puntuaciones altas en una estrategia de apego evitativo. En la resolución de conflictos, los países más individualistas tienen una tendencia mayor a evitar los conflictos mientras que las mujeres de países colectivistas se auto perciben como exigentes. Las mujeres españolas consideran que sus parejas resuelvan los conflictos de manera positiva, seguidas por las de Israel, Turquía y EE.UU. En términos de satisfacción marital, las mujeres de culturas femeninas (España y Turquía) obtienen puntuaciones más altas en comparación con las de culturas masculinas (Estados Unidos e Israel).
Candel, O. S. y Turliuc, M. N. (2019).	Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. Personality and Individual Differences, 147, 190-199.	Revisión sistemática		Se obtuvo como resultado la confirmación de que existe una relación negativa entre el apego inseguro y la satisfacción en la relación de pareja, y que el efecto del protagonista es más fuerte en comparación con el nivel de la pareja. A su vez, la relación entre la inseguridad en el apego y la satisfacción en la relación de pareja varía según el tipo de publicación, la edad, el estado de la relación, la duración y la región.
Da Costa, C. B. y Pereira Mosmann, C. (2020).	Aspects of the marital relationship that characterize secure and insecure attachment in men and women	Experiencia en Relación Próxima, Escala de Conflicto Conyugal, Cuestionario de Comportamiento de Resolución de Conflictos, Cuestionario de Comunicación y Escala Revisada de Ajuste Diádico.	485 participantes del sur de Brasil.	Se obtuvo como resultado que las variables testeadas caracterizan el apego seguro o inseguro. Es así como se llega a la conclusión de que el tipo de apego resulta relevante en la evaluación del funcionamiento individual y conyugal.
Elvedi, L. (2023)	Rana privrženost i privrženost u partnerskim odnosima			Busca describir las diferencias entre los estilos de apego en los aspectos de las relaciones de pareja como por ejemplo creencias, satisfacción, resolución de conflictos.
Gauvin, S. E., Maxwell, J. A., Impett, E. A. y MacDonald, G. (2024).	Love Lost in Translation: Avoidant Individuals Inaccurately Perceive Their Partners' Positive Emotions During Love Conversations. Personality and Social Psychology Bulletin, 01461672241258391	Modelo de Juicio de Verdad y Sesgo	303 parejas	Personas con apego evitativo pueden ser menos sensibles o receptivas a cuestiones positivas de la relación y las emociones de su pareja.
Grey, C. (2024).	Are you Satisfied? A Look at How Adult Attachment Style and Perfectionism Influence Romantic Relationship Satisfaction.	Se utilizó un análisis de ruta para probar el modelo.	214 adultos en relación romántica.	Se comprobó una relación directa entre niveles altos de evitación del apego y menor satisfacción en la relación. No se probó relación significativa entre apego ansioso y la satisfacción en la relación. Se demostró una relación directa entre el apego evitativo y el ansioso con el perfeccionismo desadaptativo. Pero no entre el perfeccionismo desadaptativo y satisfacción en la relación

Autor/año	Artículo	Instrumento	Muestra	Resultados relevantes
Guzmán-González, M., Barrientos, J., Gómez, F., Meyer, IH, Bahamondes, J. y Cárdenas, M. (2019).	Apego romántico y satisfacción en las relaciones de pareja en hombres gay y lesbianas en Chile. <i>The Journal of Sex Research</i> , 57 (8), 1026–1035.	Entrevista a los participantes.	259 individuos en una relación de pareja del mismo sexo. El rango de edad para los hombres es entre los 18 y 66 años, mientras que para las mujeres es de 18 a 57 años.	Se obtuvo como resultado una asociación negativa entre la evitación del apego y la satisfacción en la relación, pero no entre la ansiedad por el apego y la satisfacción en la relación. Por otro lado, no se observaron efectos moderadores en relación al género.
Huang, C. Y., Sirikantraporn, S., Pichayayothin, N. B. y Turner-Cobb, J. M. (2020).	Parental attachment, adult-child romantic attachment, and marital satisfaction: An examination of cultural context in Taiwanese and Thai heterosexual couples. <i>International journal of environmental research and public health</i> , 17(3), 692.	Medida de apego adulto ECR-R.	100 parejas tailandesas (edad M = 45,59 años, SD = 10,86) y 73 parejas taiwanesas (edad M = 39,55 años, SD = 9,13).	Los resultados arrojados mostraron que la ansiedad por apego romántico se relaciona negativamente con la satisfacción en parejas casadas taiwanesas. En cambio en las parejas tailandesas, ni la ansiedad ni la evitación del apego se asociaron con la satisfacción en el matrimonio.
Kanaganayagam, S. (2024)	Attachment (Avoidance and Anxiety) in Relation to Marital Satisfaction in Couples Born between 1980 and 2000.	Se utilizó un cuestionario demográfico y tres instrumentos para recopilar datos: la escala de experiencia en relaciones cercanas, versión corta, la escala de satisfacción conyugal de enriquecimiento y la escala de integración del uso de las redes sociales. Se aplicaron las técnicas de análisis de datos de Hayes, regresión y correlación para determinar la asociación entre la satisfacción conyugal y los tipos de apego (ansiedad, evitación). El análisis de datos se realizó utilizando la macro Hayes PROCESS para encontrar la moderación de las variables.	en parejas heterosexuales que viven en los EE. UU., nacidas entre 1980 y 2000.	Se reveló que existe una correlación entre el estilo de apego (ansiedad y evitación) y la satisfacción conyugal, y que los niveles más altos de uso de las redes sociales tuvieron un resultado moderador estadísticamente significativo sobre la fuerza o dirección de la relación entre el apego (ansiedad, evitación) y la satisfacción conyugal.
Kaur, J., y Soni, S. (2024).	Investigación de la relación entre rasgos de personalidad, estilos de apego y satisfacción relacional en relaciones románticas de pareja. <i>Revista Internacional de Enfoques Interdisciplinarios en Psicología</i> , 2 (4), 731-764.	Escala de apego para adultos, la Escala de evaluación de relaciones y la NEO-FFI. Los análisis principales se basaron en la correlación de rangos de Spearman y la prueba U de Mann-Whitney.	Estudio transversal e incluyó a 77 parejas heterogéneas con edades comprendidas entre 25 y 45 años.	Se concluyó que la ansiedad y la evitación del apego tuvieron una correlación negativa con la satisfacción en las relaciones. En las medidas de neuroticismo de la personalidad las mujeres obtuvieron puntuaciones más elevadas que los varones. Por otro lado, en cuanto a la extroversión, los hombres obtuvieron valores más altos que las mujeres.
Krapić, N. y Daraboš, D. (2024).	Attachment Styles and Satisfaction With Different Aspects of Romantic Relationships: Dyadic Analysis. <i>Psihologijske teme</i> , 33(2), 459-481.	Se utilizó el Cuestionario de Relaciones Interpersonales, que mide cuatro estilos de apego: seguro, despectivo, preocupado y temeroso	se evaluaron 215 parejas heterosexuales	Se arrojaron resultados positivos sobre la calidad y estabilidad de las relaciones de los hombres con apego seguro, en cambio, con el apego inseguro (evitativo y ansioso) se obtuvieron resultados negativos sobre la calidad de la relación, la satisfacción con la pareja y la evaluación general de la relación en los hombres. También indica que las mujeres que tienen parejas con apego inseguro, están menos satisfechas.
Mohd Hasim, M. J., Hashim, N. H. y Mustafa, H. (2023).	Married life: Measuring adult romantic attachment and satisfaction. <i>Couple and Family Psychology: Research and Practice</i> , 12(3), 119.	Entrevista a los participantes.	400 (n = 400) personas casadas en Penang, Malasia, participaron en este estudio.	Se obtuvo como resultado que los participantes con estilo de apego seguro son los que presentan mayor nivel de satisfacción en el matrimonio en comparación con los de estilo de apego preocupado, despectivo y temeroso.

Autor/año	Artículo	Instrumento	Muestra	Resultados relevantes
Moradi Janati, A., Salehi, S. y Shaygan Majd, F. (2024).	El papel mediador de la regulación emocional en la relación entre los estilos de apego y el bienestar psicológico. <i>Caspian Journal of Health Research</i> , 9 (2), 85-94.	Escala de bienestar psicológico, los estilos de apego de adultos y el cuestionario de regulación emocional.	Muestreo por conveniencia. Participaron 250 parejas (125 hombres y 125 mujeres)	Los resultados de este estudio revelaron que la regulación emocional juega un papel mediador en la relación entre los estilos de apego y el bienestar psicológico.
Peters, S. D., Meltzer, A. L. y McNulty, J. K. (2024).	La inseguridad en el apego propio y de pareja interactúa para predecir la satisfacción y la disolución matrimonial. <i>Ciencias de la personalidad y psicología social</i> .		539 parejas de Recién casado	Tres de las cuatro estrategias de apego (a excepción de la evitación del apego propio y la evitación del apego de la pareja) dieron como resultado la disolución matrimonial en serie a través de la satisfacción marital inicial y los cambios en la satisfacción. Los resultados arrojaron evidencia de los efectos interactivos del apego y destacan la importancia de las características de ambos miembros de la pareja para mantener relaciones de pareja satisfactorias.
Sommantico, M., Parrello, S. y De Rosa, B. (2020).	Satisfacción en las relaciones lésbicas y gays entre italianos: apego adulto, apoyo social y estigma internalizado. <i>Archives of Sexual Behavior</i> , 49, 1811-1822.	Experiences in Close Relationships Revised (ECR-R), cuestionario autoadministrable que evalúa las estrategias actuales de apego en las relaciones románticas Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), cuestionario que evalúa la percepción de apoyo social. Measure of Internalized Sexual Stigma for Lesbians and Gay Men (MISS-LG) es un cuestionario autoadministrable que mide el estigma sexual internalizado La Gay and Lesbian Relationship Satisfaction Scale (GLRSS) es un cuestionario de 24 ítems que mide la satisfacción en las relaciones de parejas lesbianas y gays.	305 lesbianas y hombres gay de 19 a 72 años y en una relación del mismo sexo durante al menos 6 meses.	Los resultados indicaron que los estilos de apego, el apoyo percibido y el estigma internalizado se correlacionaron negativamente y predijeron la satisfacción en las relaciones. Los resultados indicaron que los estilos de apego, el apoyo percibido y el estigma internalizado se correlacionaron negativamente y predijeron la satisfacción en las relaciones.
Shinde, S., Sanghvi, N. y Hinduja, D. (2023).	Estilos de apego y satisfacción marital: un estudio para asociar patrones de apego y satisfacción en los matrimonios, 132 (1), 15-15.	Escala de apego adulto de 18 ítems de Collins y Reed con una escala Likert de 5 puntos y el Índice de satisfacción de parejas de 16 ítems (CSI-16) de Funk y Rogge.	65 participantes casados pertenecientes a diferentes partes de la India	Arrojó que las personas con un estrategia de apego cercano tienden a experimentar satisfacción en sus relaciones más que aquellos con apego de ansiedad. Las personas con estrategia de apego dependiente muestran mayor satisfacción en las relaciones que aquellos con apego ansioso.
Udani, M., Shah, Y., Hardinge, B. y Carvalho, M. J. (2019)	Satisfacción en las relaciones y su vínculo con el apego y el perdón de los adultos. <i>JIGYAASA</i> , 152. (2019)	Se utilizó la versión revisada de Apego Adulto (Collins 1996) Índice de Satisfacción de Pareja (CSI) escala de motivación interpersonal relacionada con la transgresión, formulario de 12 ítems (TRIM-12)	Grupo de 89, participantes en el grupo de edad de 18 a 25 años.	Los resultados revelaron una correlación negativa entre la satisfacción en la relación y el apego ansioso. Estos hallazgos tienen implicaciones importantes para permitir una mejor comprensión de las relaciones y los factores que influyen en la satisfacción.
Uluyol, F. M. y Özen-Çıplak, A. (2024).	Dyadic relationship of adult attachment patterns and interpersonal schemas in marital adjustment: Actor-partner effect model. <i>Family Relations</i> .	Completaron medidas de esquemas interpersonales, apego adulto y ajuste marital.	230 parejas casadas turcas	La ansiedad por el apego está relacionada indirectamente con el ajuste marital en las parejas a través de los esquemas interpersonales. Sin embargo, la evitación del apego está relacionada tanto directa como indirectamente con el ajuste marital a través de los esquemas interpersonales.

Autor/año	Artículo	Instrumento	Muestra	Resultados relevantes
Vollmann, M., Sprang, S. y van den Brink, F. (2019)	Apego adulto y satisfacción en la relación: el papel mediador de la gratitud hacia la pareja. <i>Journal of Social and Personal Relationships</i> , 36 (11-12), 3875-3886.	Se utilizó un cuestionario en línea que evaluaba la evitación del apego y la ansiedad, la gratitud hacia la pareja y la satisfacción en la relación	362 participantes, en su mayoría mujeres entre 18 a 70 años de edad	El análisis de regresión reveló efectos directos y negativos tanto de la evitación como de la ansiedad en la satisfacción en la relación. En contraposición, el análisis bootstrap reveló un efecto indirecto negativo de la evitación, pero no de la ansiedad, en la satisfacción en la relación a través de la gratitud hacia la pareja. Los niveles más altos de apego evitativo se vinculan con una menor gratitud hacia la pareja, lo que se asocia con un grado de menor satisfacción.

*Nota:* los resultados relevados están ordenados por orden alfabético según el autor.

Los artículos arrojan datos homogéneos. De acuerdo con la investigación realizada por [Udani et al. \(2019\)](#) sobre las estrategias de apego y la satisfacción en las relaciones románticas, se observa una mejora negativa entre el apego ansioso y la satisfacción en la relación romántica, lo cual refuerza la idea de que este estilo de apego puede deteriorar la calidad de las relaciones. Por el contrario, los resultados obtenidos por [Guzmán-González et al. \(2019\)](#) indican una asociación negativa entre la evitación del apego y la satisfacción en la relación, pero no entre la ansiedad por el apego y la satisfacción en la relación. Por otro lado, los investigadores no observaron efectos moderadores en relación al género de las personas que conformaban las parejas estudiadas.

Al mismo tiempo, [Vollmann et al. \(2019\)](#) realizaron un análisis de regresión y un análisis bootstrap en relación a las variables mencionadas. En el primer tipo de análisis se identificaron efectos directos y negativos entre la satisfacción de la relación y la evitación o ansiedad. Sin embargo, el segundo tipo de análisis realizado y sus resultados coinciden con los hallazgos de [Guzmán-González et al. \(2019\)](#) ya que se identificó un efecto indirecto y negativo de la evitación, pero no de la ansiedad, en la satisfacción de la pareja a través de la gratitud que se tiene hacia ella. De esta manera, los hallazgos sugieren que los niveles más altos de apego evitativo se asocian a una menor gratitud hacia la pareja, lo que contribuye a la disminución de la satisfacción en su relación.

En línea con estos hallazgos, [Gray et al. \(2024\)](#) amplió el enfoque de investigaciones previas al considerar la posible conexión entre el perfeccionismo desadaptativo y el apego. Su investigación reveló una relación directa entre altos niveles de evitación del apego y menor satisfacción en las relaciones románticas. Sin embargo, a diferencia de [Udani et al. \(2019\)](#), Gray no encontró evidencia significativa sobre el impacto del apego ansioso en la satisfacción relacional.

Al igual que los resultados obtenidos por [Gray et al. \(2024\)](#) revelaron que las personas con apego evitativo pueden ser menos sensibles o receptivas a cuestiones positivas de la relación y las emociones de su pareja.

Por otro lado, [Kanagayagam \(2024\)](#) examinó la relación entre los estilos de apego y la satisfacción marital en parejas estadounidenses, evaluando también el papel moderador de las redes sociales en estas dinámicas. A pesar de incluir esta variable adicional, sus resultados estadísticos demostraron una correlación clara entre las estrategias de apego y la satisfacción conyugal, reforzando la idea de que la forma en que las personas se vinculan afecta significativamente la calidad del vínculo.

Para concluir, una investigación reciente de [Peters et al. \(2024\)](#) ofrece una perspectiva innovadora que contrasta con los datos

anteriores. Al examinar la relación entre la inseguridad en el apego propio y el de la pareja, y su impacto en la satisfacción y posible disolución del matrimonio, los autores sostienen que los datos empíricos no permiten establecer una conexión clara entre la interacción del apego inseguro y la ruptura de la relación. Sin embargo, subrayan que las características personales de cada individuo desempeñan un papel crucial en la satisfacción del vínculo, más allá del apego. Estos hallazgos sugieren que, si bien la forma en que las personas se relacionan con sus parejas influye en la satisfacción de la relación, no existe una relación directa entre un nivel bajo de satisfacción y la resolución de la relación. Esto destaca la importancia de considerar factores adicionales, como las características personales y contextuales, en la comprensión de la dinámica relacional.

## Discusión

En el presente trabajo, se realizó una revisión sistemática con el objetivo de investigar la relación existente entre apego adulto y satisfacción en las relaciones de pareja. Se incluyeron los artículos en inglés publicados en los últimos cinco años utilizando como términos de búsqueda Apego adulto y Satisfacción en las relaciones de pareja en los repositorios REDALYC, SCIELO y GOOGLE ACADÉMICO. Se descartaron los artículos duplicados o que no tenían relación con la temática, obteniendo un total de 20 artículos relevantes.

Los hallazgos obtenidos confirman la relación positiva entre vínculos de apego seguro y la satisfacción en la relación de pareja. Por el contrario, las estrategias de apego evitativo y ansioso se asocian con un menor nivel de satisfacción en su relación romántica. Además, se encontraron correlaciones entre los distintos tipos de apego y diferentes variables personales o contextuales, como por ejemplo el perfeccionismo desadaptativo de alguno de los miembros y el uso de redes sociales.

A partir de los datos obtenidos, es de gran importancia trabajar en la prevención y detección temprana de estrategias de apego desadaptativo por medio de talleres tanto para los padres como para los hijos. De igual manera, resulta fundamental brindar espacios de intercambio y psicoeducación para las parejas adultas con profesionales especializados en la temática.

## Financiación

El presente trabajo no recibió financiación específica de agencias del sector público, comercial o de organismos no gubernamentales.



## Declaración

Los autores no recibieron apoyo económico o financiación para apoyar la investigación ni la autoría y/o publicación de este artículo. No hay interés económico o beneficio de la aplicación directa de esta investigación.

## Declaración de Autoría

Noralí Marilisa Vizcay: Conceptualización, análisis formal, visualización y redacción -borrador original-

Sofía Nazarena Di Giuseppe: Conceptualización, análisis formal y visualización y redacción -borrador original-

Silvana Milozzi: Administración del proyecto, supervisión y validación

## Conflicto de Intereses

Los autores de este manuscrito declaran que no existe ningún conflicto de interés financiero, personal, académico o institucional que pudiera haber influido en la realización de este estudio, el análisis de los datos o la interpretación de los resultados.

## Referencias

Las referencias marcadas con un asterisco indican los trabajos incluidos en la revisión.

- \*Barros, R. de S. N., Soares, A. B. y Hernandez, J. A. E. (2019). Social skills, empathy, love, and satisfaction in the family life cycle [Habilidades sociales, empatía, amor y satisfacción en el ciclo vital familiar]. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 36, e180032. <https://doi.org/10.1590/1982-0275201936e180032>
- \*Bretaña, I., Alonso-Arbiol, I., Lavy, S. y Zhang, F. (2019). Attachment, conflict resolution, marital satisfaction, and culture in women [Apego, resolución de conflictos, satisfacción marital y cultura en mujeres]. *Acta de Investigación Psicológica*, 9(3), 67-78. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2019.3.323>
- Bowlby, J. (1993). *El apego y la pérdida*. Paidós Ibérica.
- Candel, O. S., y Turliuc, M. N. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. *Personality and Individual Differences*, 147, 190-199. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.037>
- \*Elvedi, L. (2023). *Rana privrženost i privrženost u partners kim odnosima* [Apego y compromiso tempranos en las relaciones de pareja] (Tesis doctoral, Universidad del Zagreb). <https://repozitorij.pravo.unizg.hr/islandora/object/pravo:5670/datastream/PDF/download>
- \*Da Costa, C. B. y Pereira Mosmann, C. (2020). Aspects of the marital relationship that characterize secure and insecure attachment in men and women [Aspectos de la relación marital que caracterizan el apego seguro e inseguro en hombres y mujeres]. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e190045. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e190045>
- \*Gauvin, S. E., Maxwell, J. A., Impett, E. A. y MacDonald, G. (2024). Love lost in translation: avoidant individuals inaccurately perceive their partners' positive emotions during love conversations [El amor perdido en la traducción: las personas evasivas perciben de forma errónea las emociones positivas de sus parejas durante las conversaciones amorosas]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 01461672241258391. <https://doi.org/10.1177/01461672241258391>

- \*Grey, C. (2024). *Are you satisfied? A look at how adult attachment style and perfectionism influence romantic relationship satisfaction* [¿Está satisfecho? Veamos cómo el estilo de apego y el perfeccionismo de los adultos influyen en la satisfacción en las relaciones románticas] (Tesis doctoral, Universidad de Auburn). <https://etd.auburn.edu/bitstream/handle/10415/9473/Grey%20Dissertation%20FINAL.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- \*Guzmán-González, M., Barrientos, J., Gómez, F., Meyer, I. H., Bahamondes, J. y Cárdenas, M. (2019). Romantic attachment and relationship satisfaction in gay men and lesbians in Chile [Apego romántico y satisfacción en las relaciones de pareja en hombres gay y lesbianas en Chile]. *The Journal of Sex Research*, 57(8), 1026-1035. <https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1671949>
- \*Huang, C. Y., Sirikantraporn, S., Pichayayothin, N. B. y Turner-Cobb, J. M. (2020). Parental attachment, adult-child romantic attachment, and marital satisfaction: An examination of cultural context in Taiwanese and Thai heterosexual couples [Apego parental, apego romántico entre adultos e hijos y satisfacción marital: un análisis del contexto cultural en parejas heterosexuales taiwanesas y tailandesas]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3), 692. <https://doi.org/10.3390/ijerph17030692>
- \*Kaur, J. y Soni, S. (2024). Investigación de la relación entre rasgos de personalidad, estilos de apego y satisfacción relacional en relaciones románticas de pareja. *Revista Internacional de Enfoques Interdisciplinarios en Psicología*, 2(4), 731-764
- \*Kanaganayagam, S. (2024). *Attachment (avoidance and anxiety) in relation to marital satisfaction in couples born between 1980 and 2000* [Apego (evitación y ansiedad) en relación con la satisfacción marital en parejas nacidas entre 1980 y 2000] (Tesis doctoral, Universidad Liberty). <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=6518&context=doctoral>
- \*Kračić, N. y Daraboš, D. (2024). Attachment styles and satisfaction with different aspects of romantic relationships: dyadic analysis [Estilos de apego y satisfacción con diferentes aspectos de las relaciones románticas: análisis diádico]. *Psihologijske Teme*, 33(2), 459-481. <https://doi.org/10.31820/pt.33.2.11>
- \*Mohd Hasim, M. J., Hashim, N. H. y Mustafa, H. (2023). Married life: Measuring adult romantic attachment and satisfaction [Vida matrimonial: medición del apego y la satisfacción romántica en adultos]. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 12(3), 119-131. <https://doi.org/10.1037/cfp0000188>
- \*Moradi Janati, A., Salehi, S. y Shaygan Majd, F. (2024). The mediating role of emotional regulation in the relationship between attachment styles and psychological well-being [El papel mediador de la regulación emocional en la relación entre los estilos de apego y el bienestar psicológico]. *Caspian Journal of Health Research*, 9(2), 85-94. <http://dx.doi.org/10.32598/CJHR.9.2.463.2>
- Munive-Rojas, S. y Gutiérrez-Garibay, M. (2015). Cómo realizar una revisión sistemática y meta-análisis. *Revista de cardiología del Cuerpo Médico del Instituto Nacional Cardiovascular*, 2, 32-37.
- Neuburger, R. (1998). *Nuevas parejas*. Paidós.
- \*Peters, S. D., Meltzer, A. L. y McNulty, J. K. (2024). Own and partner attachment insecurity interact to predict marital satisfaction and dissolution [La inseguridad en el apego propio y de pareja interactúan para predecir la satisfacción y la disolución marital]. *Social Psychological and Personality Science*, 19485506241237294. <https://doi.org/10.1177/19485506241237294>
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment

- in heterosexual involvements [Una prueba longitudinal del modelo de inversión: el desarrollo (y deterioro) de la satisfacción y el compromiso en las relaciones heterosexuales]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101–117. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.45.1.101>
- \*Sommantico, M., Parrello, S. y De Rosa, B. (2020). Lesbian and gay relationship satisfaction among Italians: Adult attachment, social support, and internalized stigma [Satisfacción en las relaciones lésbicas y gays entre italianos: apego adulto, apoyo social y estigma internalizado]. *Archives of Sexual Behavior*, 49, 1811–1822. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01736-5>
- \*Shinde, S., Sanghvi, N. y Hinduja, D. (2023). Attachment styles and marital satisfaction: a study to associate attachment patterns and satisfaction in marriages [Estilos de apego y satisfacción marital: un estudio para asociar patrones de apego y satisfacción en los matrimonios]. *International Journal of Research Publication*, 132(1), 91–105. <https://doi.org/10.47119/IJRP1001321920235455>
- \*Udani, M., Shah, Y., Hardinge, B., y Carvalho, M. J. (2019). Relationship satisfaction and its link to adult attachment and forgiveness [Satisfacción en las relaciones y su vínculo con el apego y el perdón de los adultos]. *JIGYAASA*, 152–169. <https://kccollege.edu.in/wp-content/uploads/2024/05/JIGYAASA-VOL-II.pdf#page=155>
- Urrútia, G. y Bonfill, X. (2010). Declaración Prisma: una propuesta para mejorar la publicación de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Medicina Clínica*, 135(11), 507–511. [https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/suppl/2013/06/10/bmjopen-2012-002330.DC1/bmjopen-2012-002330supp\\_PRISMA-2010.pdf](https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/suppl/2013/06/10/bmjopen-2012-002330.DC1/bmjopen-2012-002330supp_PRISMA-2010.pdf)
- \*Uluyol, F. M. y Özen-Çıplak, A. (2024). Dyadic relationship of adult attachment patterns and interpersonal schemas in marital adjustment: Actor–partner effect model [Relación diádica entre los patrones de apego de los adultos y los esquemas interpersonales en el ajuste marital: modelo del efecto actor-pareja]. *Family Relations*, 73(3), 2152–2169. <https://doi.org/10.1111/fare.13002>
- \*Vollmann, M., Sprang, S. y van den Brink, F. (2019). Adult attachment and relationship satisfaction: The mediating role of gratitude toward the partner [Apego adulto y satisfacción en la relación: el papel mediador de la gratitud hacia la pareja]. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(11–12), 3875–3886. <https://doi.org/10.1177/0265407519841712>