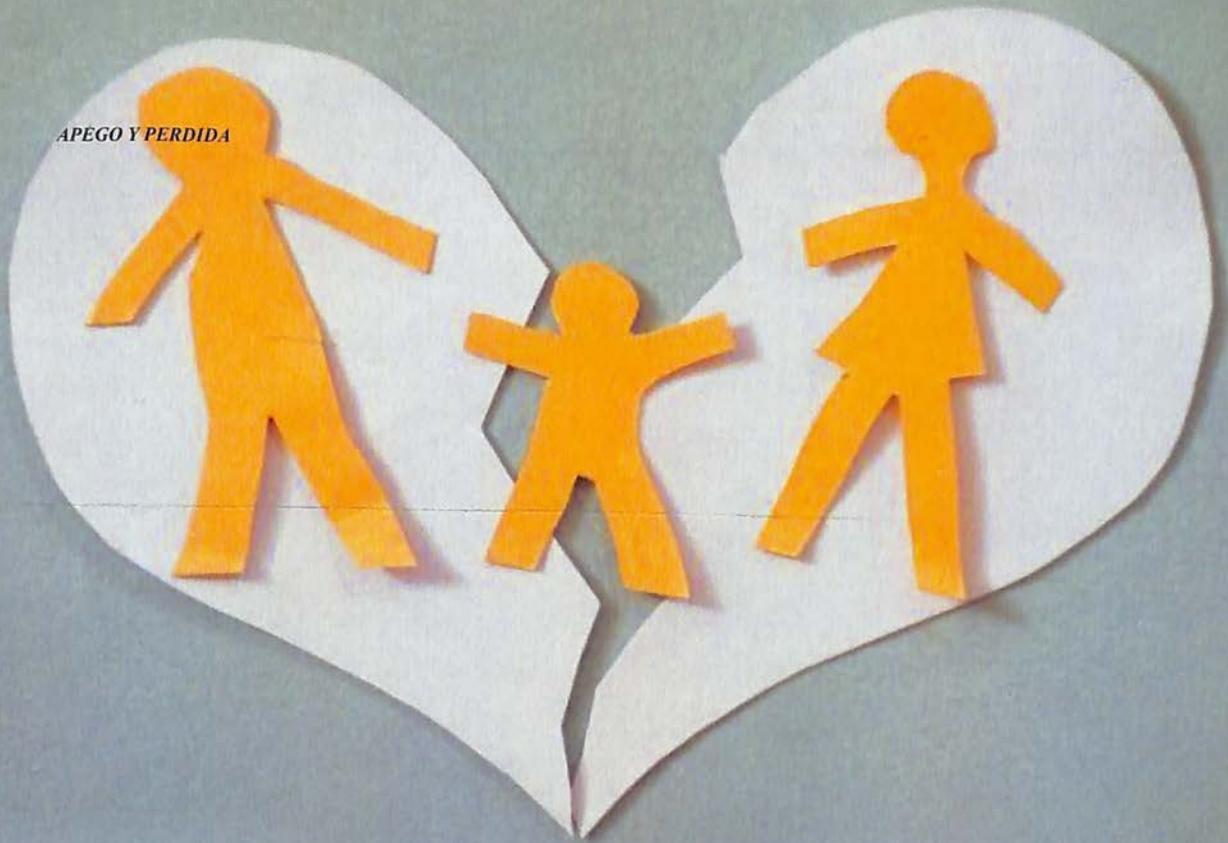


APEGO Y PERDIDA



Apego y Perdida

Apego y Perdida

Nota del autor

Nemesis Mercedes, Genesis Rosario, Marcos Henríquez, Kimberly Gautreaux, Facultad de Humanidades y Educación, Escuela de Psicología, Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña (UNPHU).

Kn17-1071@unphu.edo.do

Santo Domingo, D.N.
República Dominicana

Apego y Perdida

Resumen

Este documento contiene información sobre el apego y como la perdida influye en este. Explica la teoría del apego la cual da una base científica sobre este, los tipos de apego y como se muestra en el desarrollo de la vida, cuales circuitos cerebrales forman parte de la conducta de apego e intervienen en este y como la perdida interrumpe el proceso de apego en un individuo. Relacionando la perdida con el apego y sus posibles consecuencias en el transcurso del ciclo vital y la conducta de la persona.

Palabras claves: Apego, afecto, cuidador, Bowlby, tipos de apego, bases neurobiológicas, perdida, separación, desarrollo, emoción, conducta, cognición, proximidad.

Abstract

This document contains information about the attachment and how the loss influences this. Explains the theory of attachment which has a scientific basis on this, the types of attachment and as shown in the development of life, any brain circuits are part of the behavior of attachment and intervene in this and as the loss interrupts the process of attachment in an individual. Relate the loss with the attachment and its possible consequences in the course of the life cycle and the behavior of the person.

Keywords: attachment, affection, caregiver, Bowlby, attachment types, neurobiological bases, loss, separation, development, emotion, behavior, cognition, proximity.

Cuando se habla de Apego en el campo de la Psicología o la Psicoterapia, hablamos de algo más profundo, de una importancia esencial en nuestra existencia como seres humanos.

El Apego es un conjunto de elementos psicológicos, biológicos y emocionales, que a grandes rasgos nos otorgan la capacidad de vincularnos y que influyen en la formación, evolución y pérdida de dichos lazos emocionales. No se puede definir el amor como concepto sin ser subjetivo, pero en cierta forma se podría afirmar que se refiere a nuestra capacidad de amar y de poder ser amados.

Teoría del apego

El primero en desarrollar una teoría de apego a partir de los conceptos que aportara la psicología del desarrollo, con el objeto de describir y explicar por qué los niños se convierten en personas emocionalmente apegadas a sus primeros cuidadores, así como los efectos emocionales que resultan de la separación, fue John Bowlby, quien intentó mezclar los conceptos provenientes de la etología, del psicoanálisis y de la teoría general de los sistemas para explicar el lazo emocional del hijo con la madre (Fonagy, 2004; Oliva, 2004; Girón, Rodríguez y Sánchez, 2003).

Definió la conducta de apego como "cualquier forma de comportamiento que hace que una persona alcance o conserve proximidad con respecto a otro individuo diferenciado y preferido. En tanto que la figura de apego permanezca accesible y responda, la conducta puede consistir en una mera verificación visual o auditiva del lugar en que se halla y en el intercambio ocasional de miradas y saludos (Bowlby, 1993)

Pero, en ciertas circunstancias se observan también seguimiento o aferramiento a la figura de apego, así como tendencia a llamarla o a llorar, conductas que en general mueven a esa figura a brindar sus cuidados" (Bowlby 1993).

El modelo propuesto por Bowlby se basa en la existencia de cuatro sistemas de conducta relacionados entre sí: el sistema de conductas de apego, el sistema de exploración, el sistema de miedo a los extraños y el sistema afiliativo (Oliva, 2004; Girón, Rodríguez y Sánchez, 2003).



Ilustración 1. Niño explorando su entorno.

De acuerdo con el Dr. Luís Alberto Chamorro Noceda, el niño desde su nacimiento, posee un sistema exploratorio por medio de sus sentidos del ambiente físico y social que le rodea: sin ningún temor

toca, chupa y examina todo lo que está a su alcance, o sea es un verdadero explorador del mundo, pero aún no establece una relación directa con una persona y es por esa razón que el lactante en los primeros seis meses, se relaciona fácilmente con personas que no son de su entorno inmediato por medio del sistema afiliativo que le permite interesarse y establecer una relación amigable con las personas. El vínculo del apego es el que regula la función de los demás sistemas conductuales (Dr. Luís Alberto Chamorro Noceda, 2012),

En su teoría Bowlby defiende tres postulados básicos:

1. Cuando un individuo confía en contar con la presencia o apoyo de la figura de apego siempre que la necesite, será mucho menos propenso a experimentar miedos intensos o crónicos que otra persona que no albergue tal grado de confianza.
2. La confianza se va adquiriendo gradualmente con los años de inmadurez y tiende a subsistir por el resto de la vida.
3. Las diferentes expectativas referentes a la accesibilidad y capacidad de respuesta de la figura de apego forjados por diferentes individuos durante sus años inmaduros constituyen un reflejo relativamente fiel de sus experiencias reales (Bowlby, 1993)

Tipos de apego

En la literatura sobre la crianza de los niños se encuentra gran cantidad de estudios que analizan el apego y la influencia que tiene en la edad adulta. Según el tipo de apego, el impacto emocional y el comportamiento del adulto serán distintos (Mauder y Hunter, 2001).

Por el impacto que el apego tiene en la formación de los esquemas emocionales durante todo el desarrollo, suele conocerse como "apego emocional". No obstante, abarca muchas otras áreas aparte de las emociones relacionadas con la forma de vincularse y de enfrentar conflictos (Bowlby, 1969).

A continuación, veremos en qué consiste cada uno de los tipos de apego propuestos por Bowlby, así como algunos ejemplos de su manifestación en niños y adultos (Bourbeau y cols., 1998).

Apego seguro

El individuo tiene confianza en la disponibilidad, comprensión y ayuda que la figura parental le dará en situaciones adversas. Se siente animado a explorar el mundo. Este esquema se lo proporciona una figura parental (generalmente la madre) que sea fácilmente disponible, atenta a las señales del niño y preparada a responder. Manifiesta una búsqueda activa de contacto con la madre y ofrece respuestas adecuadas ante ella. Expresa una amplia gama de sentimientos positivos y negativos. Este tipo de apego evoca sentimientos de pertenencia, de aceptación de sí mismo y de confianza de base (Schore, 2001).



Ilustración 2. Apego seguro

Las personas que han tenido un apego seguro en la infancia suelen interactuar con sus iguales de forma saludable en la edad adulta (Schore, 2001).

Apego inseguro indeciso-evitativo

El niño tiende a ignorar o esquivar a su madre (por ejemplo, evitando el contacto o la mirada). A su vez, la evitación del hijo puede amplificar la conducta parental que ha generado esta percepción en el hijo. Muestra mayor ansiedad o al menos igual comportamiento ante padres que ante figuras extrañas. Manifiestan una impresión general de indiferentes o fríos con el adulto (Fonagy, 2004; Oliva, 2004).

Parece intentar vivir la propia vida emocional sin el apoyo y el amor de los otros, desde una tendencia a la autosuficiencia, y con una ausencia casi total de expresiones de miedo, malestar o rabia (Fonagy, 2004; Oliva, 2004).



Ilustración 3. Apego Evitativo

En el apego evitativo en la edad adulta, tal y como ocurre en la infancia, se producen sentimientos de rechazo de la intimidad con otros y de dificultades de relación. Por ejemplo, las parejas de estas personas echan en falta más intimidad en la interacción (Fonagy, 2004; Oliva, 2004).

Apego inseguro ansioso-ambivalente

El individuo no tiene la certeza de que la figura parental esté disponible o preparada a responder. La presencia de la madre no le calma después de una ausencia corta. Manifiesta ambivalencia: puede reaccionar hacia su madre con cólera, rechazando el contacto o la interacción, y enseguida buscar ansiosamente el contacto (Mikullincer, 1997).

Se da una oscilación entre búsqueda y rechazo de la madre. Propenso a la angustia de separación. Por ello, tienden a aferrarse a la madre. La exploración del mundo les genera ansiedad, que genera a su vez una ausencia de conductas exploratorias (Mikullincer, 1997).



Ilustración 4. Apego Ambivalente

Esta modalidad de apego se crea en torno a una figura parental que unas veces está disponible y otras no. También la potencian las separaciones y las amenazas de abandono como medio de control. Se dan de forma prolongada y exagerada

estaciones de rabia, miedo y malestar (Mikullincer, 1997).

En los adultos, el apego ansioso-ambivalente provoca, por ejemplo, una sensación de temor a que su pareja no los ame o no les desee realmente. Les resulta difícil interaccionar de la manera que les gustaría con las personas, ya que esperan recibir más intimidad o vinculación de la que proporcionan (Mikullincer, 1997).

Apego inseguro desorganizado-indiscriminado

En el contexto de un modelo relacional de carácter caótico, cambiante e indiscriminado (se apegan, se desapegan para apegarse a otro, pero siempre de manera superficial), se produce un modelo de vinculación "utilitario" ante rupturas previas, para protegerse de la frustración y vulnerabilidad. Se produce por tanto una relación desorganizada y cambiante con adultos, mediante comportamientos aparentemente "casuales", confusos y desorganizados. Hay una oscilación desorganizada entre búsqueda y evitación (Main y Hesse, 1990).



Ilustración 5. Apego desorganizado

Los adultos que han tenido este tipo de apego de pequeños suelen ser personas con alta carga de frustración e ira, no se sienten queridas y parece que rechazan las relaciones, si bien en el fondo son su mayor anhelo. En otros casos, este tipo de apego en adultos puede encontrarse en el fondo de las relaciones conflictivas constantes (Main y Hesse, 1990)

El apego y la pérdida

El ser humano necesita de los vínculos para crecer y desarrollarse como bien explica la teoría del apego. Cuando algunos de esos vínculos se rompen, surge un periodo de gran intensidad emocional donde todas las dimensiones de la persona se ven afectadas (dimensión física, emocional, cognitiva, conductual, social y espiritual). (Bowlby, 1980)

Se entiende por pérdida según la RAE es la carencia o privación de aquello que se poseía (Real Academia Española).

En términos de apego la pérdida sería la separación de alguna figura afectiva para la persona. La influencia de la separación afectiva en niños y como afectan en su desarrollo ha sido fuente de estudio de investigadores y psiquiatras infantiles por muchos años (Bowlby, 1980)

Se ha observado que las separaciones que ocurren en años tempranos tienen mayor influencia que aquellas que ocurren en años posteriores. La experiencia de separación es innumerable, estamos en un mundo en que las pérdidas ocurren frecuentemente; las familias se separan, hay divorcios y alguno de los progenitores muere o se aleja, o no tiene una frecuencia de visitas adecuada, los padres trabajadores deben dejar a sus hijos de meses en otras manos (Bowlby, 1980)



Ilustración 6. Bebe llorando por su cuidador.

Por otra parte, los permisos maternales no satisfacen a todos, prefiriéndose en algunos casos, la vida laboral a la maternidad. En muchos casos estas son experiencias traumáticas para los niños y con gran influencia en la vida adulta, aunque por otro lado algunas experiencias de pérdida facilitan el desarrollo psicológico y personalidad del niño, movilizándolo a nuevas formas de aprender y adaptarse (Bowlby, 1980)

Bowlby emplea una perspectiva evolutiva que incluye aspectos de la conducta animal, los combina con aspectos de la teoría psicoanalítica y del desarrollo para entender la formación de la afectividad humana y como la pérdida interfiere en esta (Bowlby, 1980)

Bowlby toma como punto de partida para su estudio una gran cantidad de observaciones

empíricas, investigaciones, datos de duelos tanto en niños, como en adultos, derivadas de su propio trabajo como psicoterapeuta y del de otros, como los de Parkes y sus tres famosas investigaciones de Londres, Harvard y Bethlem, (Parkes, 1970, 2001, 2006).

Bowlby realizó un estudio en colaboración de James y Joyce Robertson sobre el efecto de las separaciones tempranas en niños sanos de entre 15 y 30 meses donde describieron que cuando la separación afectiva de la figura materna o cuidador primario se intensifica cuando el niño pequeño este largo tiempo en un ambiente extraño, siendo cuidado por personas extrañas, entonces el niño presenta tres fases (James y Joyce Robertson, 1967-1973):

- **Protesta:** Donde se presenta una conducta ansiosa y de enfado en la que el niño busca a la figura rechazando otras que se le acerquen; se tiene expectativa de que la madre vuelva pronto y con su protesta intenta por todos los medios recuperarla.
- **Desesperación:** Se presenta un comportamiento distante e inactivo, se siente un dolor agudo donde se disminuye la esperanza que la figura vuelva.
- **Separación:** Se empieza a aceptar ayuda de otros cuidadores, se vuelve a interactuar con el medio que le rodea y finalmente cuando la figura vuelve este presenta una conducta de rechazo y alejamiento a esta como función defensiva.

En un estudio longitudinal en niños con un seguimiento del primero año a la pubertad se informó de que hay relación entre las conductas de afectividad tempranas con separación y el grado de sociabilidad más tarde (Ainsworth, 1978).

También otros estudios muestran como la separación de la madre ha tenido influencia sobre los niños y los mecanismos psicológicos defensivos que se movilizan para sobreponerse a la pérdida (Garelli, 1998).

En un estudio realizado llamado: "La vida emocional de 44 ladrones juveniles", se correlaciono las dificultades emocionales de estos ladrones adolescentes con la pérdida y el abandono materno. Comparando un

grupo de adolescentes que robaban con otros con trastornos de conducta encontró que un alto porcentaje de los que robaban habían sufrido una falta básica de cuidados maternos (Bowlby, 1944).

Perspectiva de la teoría psicoanalítica del apego y la separación.

En el desarrollo de la teoría psicoanalítica el concepto de separación incluye dos perspectivas distintas, aunque tienen relación, que son: La separación como un proceso a través del cual el niño desarrolla una conciencia de lo físico y mental respecto a los demás y la separación como experiencia al ser separado de las figuras parentales (Parkes 1995 citado en Marrone 2001).

En esta teoría, la ansiedad es la respuesta al peligro real o imaginado, de pérdida del objeto amado, pero esta vista en términos más complejos que la teoría de la afectividad (Fonagy, 2001).

En los primeros años de vida se experimenta la ansiedad de separación. El miedo a la pérdida del objeto amado, miedo a la pérdida del amor y aprobación de esta persona. El miedo a la pérdida del amor es universal o general en nuestra cultura en niños psicológicamente sanos, aunque en diferente intensidad (Fonagy, 2001).

En la teoría del desarrollo psicoanalítica también tiene importancia la estabilidad y la durabilidad al igual que es de especial relevancia la estructura de constancia del objeto (Osofsky, 1995).

Este es ese estado de relaciones del objeto en que el niño tiene la capacidad para retener en la memoria los lazos emocionales de los padres y para sentir su apoyo, guiando la presencia aun cuando ellos son una fuente de frustración o desilusión o cuando ellos están ausentes (Osofsky, 1995).

La constancia del objeto es un término empleado en la teoría psicoanalítica que requiere los aspectos cognoscitivos y distingue entre la formación de lazos el primer año y el logro de constancia de objeto que requiere el desarrollo de estructuras cognoscitivas cruciales (Osofsky, 1995).

Consecuencias de la pérdida en el desarrollo afectivo y cognoscitivo.

Debido a que la relación del niño con el adulto es de gran importancia en su crecimiento y desarrollo físico, cognoscitivo y emocional, una pérdida o separación de la figura afectiva puede provocar una desorganización en los procesos psicológicos tempranos, la influencia del exterior y las sensaciones internas como sentimientos y pensamientos. También puede desarrollar problemas en la autoestima ya que no hay una percepción de seguridad y protección, que según Bowlby es la principal función biológica del apego (Bowlby, 1951).

Una pérdida puede ser causa de una dificultad en la formación de la afectividad segura, el desarrollo de aspectos particulares del desarrollo, como el lenguaje o discurso y déficit en el establecimiento de las estrategias de desarrollo para una personalidad saludable (Bowlby, 1951).



Ilustración 7. Niña vinculándose afectiva y cognitivamente con su madre.

La carencia afectiva pone en peligro el desarrollo de las relaciones saludables con otros y la formación de lazos sociales. Si el niño tiene una seguridad, confianza en su cuidador, unas rupturas frecuentes y largas con esta persona pueden identificarse como amenazas. El discurso de la madre también es portador de emociones y una influencia de la organización en la vida psicológica del niño, por lo tanto, si hay una pérdida o separación esta se verá afectada (Bowlby, 1951).

La pérdida por causa de muerte de uno de los padres.

La pérdida de un padre en los primeros 5 años tiene un efecto tan devastador que es imposible decir cuánto hay de duelo y cuánto hay de trauma en el estado psicológico del niño. La pérdida produce un

duelo prolongado y representa un factor de riesgo para el desarrollo del niño. Cuando la



Ilustración 8. Perdida de padres.

figura de apego muere el niño pierde la persona a la cual recurre para consuelo, apoyo y seguridad pierde esa relación íntima necesaria para la construcción del self (Bowlby, 1990)

Los niños pasan por procesos de duelo de manera similar a los adultos, pero debido a su mayor necesidad de la presencia de las figuras de apego están particularmente expuestos a vivenciar los duelos en forma patológica y son más sensibles a los factores ambientales que influyen en el curso del duelo (Bowlby, 1990).

Las pérdidas en la infancia son un factor predisponente de riesgo de cuadros depresivos, trastornos de ansiedad o duelos patológicos en la adultez. Si las condiciones ambientales son favorables el niño puede transitar un proceso de duelo normal, parecido al de los adultos (Bowlby, 1990).

De acuerdo con las características de sus relaciones de apego actuales y a la calidad de la relación de apego con la persona perdida variará la propensión del niño igual que en el caso del adulto a tramitar su duelo en forma normal o patológica (Bowlby, 1990).

Es muy frecuente en el caso de los niños que no tengan información adecuada de los acontecimientos relacionados con la muerte, dado que para el adulto a cargo a su vez en situación de duelo es muy difícil acompañar al niño. Los niños necesitan hablar y compartir sus sentimientos y para el padre o madre puede resultar muy difícil contenerlo, cuando a muy duras penas logran hacerlo con su propio torbellino emocional (Bowlby, 1990).

Lo mismo ocurre con los abuelos u otros familiares cercanos que también suelen estar afectados. Ocurre muchas veces que los niños son más capaces de enfrentar la

realidad y la verdad de lo ocurrido que los familiares que los rodean (Bowlby, 1990).

Bases Neurobiológicas del Apego

A la hora de definir unas bases neurobiológicas del proceso de apego, se encuentra necesario mencionar o explicar estructuras referentes a lo que respecta nuestro sistema límbico o "cerebro emocional" además de explicar el propósito del apego como conducta mental, fisiológica, y evolutiva (Marci, Glick, Dougherty & Rauch, 2005)

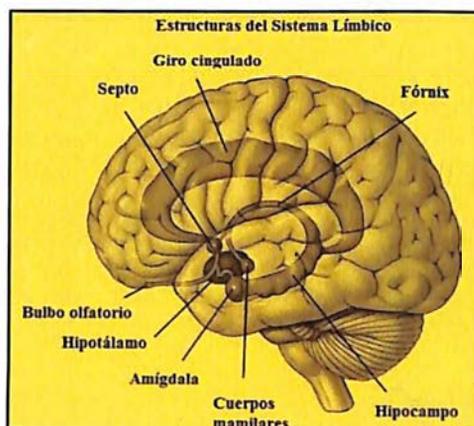


Ilustración 9. Sistema Límbico

Cuando se habla del apego una de las estructuras cerebrales más importantes a tener en cuenta es el Giro Cingulado:

El giro cingulado o circunvolución del cíngulo es una estructura cerebral muy involucrada en el cerebro emocional y el propio manejo de las emociones, este realiza un papel de conexión esencial entre el sistema límbico y el neocórtex (Marci, Glick, Dougherty & Rauch, 2005).

Al realizar esta conexión nos brinda la capacidad de mantener una flexibilidad cognitiva apegada a las emociones, este realiza un papel de enlace entre los aspectos volitivos, motores cognitivos, emocionales y amnésicos. Este se encarga del aprendizaje de la vocalización emocional, lo que facilita la formación de apegos a largo plazo, sobre todo el apego entre madre e hijo (Marci, Glick, Dougherty & Rauch, 2005).

Una de las características más destacables del giro cingulado es el cuidado materno, se ha visto que las personas que sufren una lesión en el área del cíngulo desarrollan dificultades para poder cuidar a sus hijos,

por esta razón esta estructura se considera muy importante. Se puede apreciar que en otras especies como los anfibios y reptiles que carecen de cíngulo, estos pueden incluso llegar a comerse a sus crías (Marci, Glick, Dougherty & Rauch, 2005).

Otra estructura importante a la hora de la formación del apego es el Tálamo, este permite la aparición y regulación de ciertos estados emocionales, permite darle un sentido de percepción de aquello que sentimos, por ejemplo, a través de estímulos que llegan a nuestro sistema visual, observar la sonrisa de un bebé y sentir compasión o empatía hacia este. Claro que esto no sería posible sin la integración del lóbulo frontal y la corteza prefrontal donde se les da un significado o sentido lógico a las emociones (Carey, Ariniello, & McComb, 2002)

Neurotransmisores que influyen en el apego.

En cuanto a lo que neurotransmisores y hormonas respecta, durante el proceso de apego se presenta un aumento de la dopamina que nos hace ver que el individuo con quien se realizara el apego es una persona única y valiosa, aumenta la noradrenalina, aumenta la prolactina y también aumenta la oxitocina (hormona relacionada directamente con la conducta maternal, los procesos del parto como las contracciones uterinas y la subida de la leche materna), y se presenta una disminución de la serotonina (neurotransmisor asociado al estrés y la depresión) (Harlow, 1958).

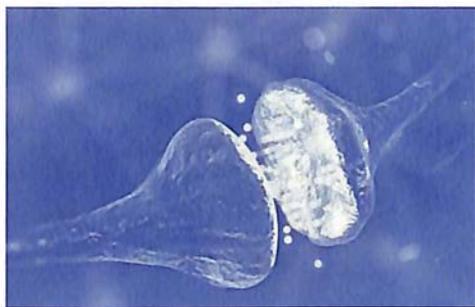


Ilustración 10. Sinapsis

De estos neurotransmisores u hormonas la oxitocina y la prolactina tienen un papel determinante. La oxitocina es una hormona liberada en el sistema nervioso central por la neurohipófisis, esta ha sido evaluada recientemente en parejas humanas (Harlow, 1958).

En un estudio longitudinal de seis meses de seguimiento con 160 madres y padres que vivían con sus bebés recién nacidos, Gordon, Zagoory, Leckman & Feldman mostraron que los niveles de oxitocina aumentaron durante el período. Además, filmaron y caracterizaron las conductas de cuidado de los progenitores encontrando una correlación entre el aumento de oxitocina y los comportamientos de contacto, vocalizaciones afectuosas, estimulación táctil y presentación de objetos. Con la prolactina sucede algo similar. Los circuitos neurales que funcionan en base a estas sustancias estarían integrados por estructuras denominadas Sistema de Cuidado (Paanksepp, 1998)

Sentido biológico & evolutivo del apego.

El ser humano se encuentra entre las especies altriciales. Las crías de estas especies nacen con los mecanismos perceptivos escasamente desarrollados y con poca movilidad. Para adquirir las características del adulto deben pasar por un largo proceso de aprendizaje. Este aprendizaje es de carácter muy lento especialmente en los seres humanos y para que el desarrollo sea posible debe darse un proceso de apego (Spitz, 1945).

“El apego contribuye a la supervivencia física y psíquica del sujeto generando seguridad y facilitando el conocimiento del mundo, en la medida en que el niño va conformando modelos de representación internos que estructuran su vínculo con el mundo y con los otros significativos (Bowlby, 1979)”.

Para Bowlby el apego se formaría a partir de la necesidad del infante humano de mantener proximidad con ciertas figuras que le provean de lo necesario para su supervivencia. Esta necesidad daría lugar a un sistema conductual de control, que se apoya en cinco respuestas instintivas humanas: chupar, llorar, aferrarse, aproximarse y sonreír (Bowlby, 1958)

El elemento que tienen en común todos estos tipos de conductas es que buscan el objetivo de obtener la proximidad deseada. Estas conductas comienzan generalmente a los cuatro meses de edad, por ejemplo, él bebe empieza a sonreírle a la madre creando cierto lazo de apego entre estos y al lograr esta proximidad puede asegurar su

protección en contra de los peligros del ambiente (Spitz, 1945).

Él bebe durante los primeros dos meses posteriores a su nacimiento refleja una serie de conductas reflejo que vienen incluidas en su bagaje genético, que le permite interactuar con el medio, y que se activan mediante la presencia humana, una de estas conductas puede ser el aferrar la mirada hacia otra persona sonreírle y llorar, o el reflejo innato de los bebés de sujetarse (Spitz, 1945).

Durante una segunda fase que se presenta a partir de los dos meses de nacimiento a los seis meses, él bebe presenta la habilidad o capacidad de diferenciar a las personas conocidas de las no habituales, y en consecuencia de esto las conductas descritas anteriormente ahora se centran o enfocan en el cuidador o los cuidadores (Alberch, Gould, Oster, & Wake, 1979).

Luego a partir de los seis meses a hasta los tres años el niño desarrolla además del sistema de apego otros sistemas un poco más complejos como por ejemplo un sistema de miedo o cautela en reflejo de los desconocidos, un sistema afiliativo donde se busca una mejor proximidad e interacción con personas conocidas, además de un sistema de exploración que se da gracias a las nuevas habilidades motoras adquiridas por el infante donde este busca conocer el ambiente (Alberch, Gould, Oster, & Wake, 1979).

Luego finalizando estas fases a partir de los tres años en adelante el niño busca una relación recíproca donde toma más en cuenta las necesidades de los demás (para esto tuvo que haber superado el egocentrismo que se presenta en la niñez) (Alberch, Gould, Oster, & Wake, 1979).

Tanto Bowlby y Ainsworth resaltan que las conductas de apego no son privativas de la infancia, sino que se desarrollan a lo largo de toda la vida y se ven potenciadas en las situaciones de inseguridad. (Bowlby & Ainsworth, 1978).

En pocas palabras el apego es vital y de suma importancia en la vida del niño y que depende de qué tipo de apego este cree más adelante veremos consecuencias de este cuando llegue a la vida adulta.

No se nos puede olvidar lo importante que es saber cuáles son las bases neurobiológicas del apego y el papel que juegan todos los transmisores ya antes mencionados en el apego a sí mismo como la relación existente entre el apego y la pérdida y lo importante que es la presencia de los padres en los dos primeros años de vida del niño. Este tema nos ayuda a nosotros como psicólogos a servir de guía a la madre para que esta pueda desarrollar un apego seguro con su bebé, que eso es lo correcto, además nos ayuda a identificar si hay algún tipo de apego inseguro en un bebé y como tratar el caso.

Referencia Bibliografica

- Ainsworth, M. (1978). *Patterns of Attachment*. New York : Lawrence Erlbaum Associate.
- Beltrame, G. B. (2011). *Bases Neurobiológicas del apego*. Uruguay: Universidad Católica del Uruguay.
- Bowlby, J. (1944). *Forty four juveniles thieves: their characters and home lifes*. International Journal of Psychoanalysis.
- Bowlby, J. (1951). *Maternal care and mental health*. New York : Columbia University Press.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss, Vol.III: Loss*. London: The Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1990). *Charles Darwin: A new biography Hutchinson*. London : International Journal of Psychoanalysis.

- Bowlby, J. (1998). *El apego*. Tomo 1 de la trilogía "El apego y la pérdida". Barcelona, Paidós.
- David Iñaki López Mejía, A. V.-D.-F. (2009). *El Sistema Límbico y las Emociones: Empatía en Humanos y Primates*. Ciudad de México : Departamento de Psicología, Universidad Iberoamericana.
- Garelli, J. &. (1988). *El vínculo afectivo materno-filial y la teoría del apego*. Argentina : Archivos argentinos de pediatría.
- Garrido-Rojas, L. (2006). *Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud*. Revista Latinoamericana de Psicología.
- Monet, E. (2014). *Apego y pérdida: redescubriendo a John Bowlby*. Chile : Revista chilena de pediatría.
- Montuori, D. E. (2008). *El duelo visto desde la Teoría del Apego*. Apra.
- Parkes, C. M. (1970). "The first year of bereavement: a longitudinal study of the reaction of London widows to the death of their husbands". *Psychiatry: Journal for the Study of Interpersonal Processes*.
- Torres, J. S. (2015). *Correlación funcional del sistema límbico con la emoción, el aprendizaje y la memoria*. Popayan : Universidad del Cauca.
- Vilaltella, J. T. (2008). *Bowlby: vínculo, apego y pérdida*. Barcelona: Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya.