

# Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia

Volumen VIII  
Número 1  
Marzo 2018

## El Apego Cómo nuestros vínculos nos hacen quienes somos

**Yolanda Zorita Ibares**

Experto en Medicina Psicosomática y Psicología de la Salud  
por la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y  
Psicoterapia

### Recensión

#### FICHA TÉCNICA

AUTORES: Ines Di Bártolo  
EDITORIAL: Lugar Editorial  
PÁGINAS: 237

*“La teoría del apego, centrada en la comprensión de los vínculos humanos más profundos, y en cómo estos vínculos estructuran la mente, constituye hoy la teoría más validada sobre el desarrollo emocional y social de que la ciencia dispone actualmente.”*

*Ines Di Bártolo, p. 13, “El apego. Cómo nuestros vínculos nos hacen quienes somos”.*

A lo largo de siete capítulos la autora hace un recorrido completo por todos los aspectos más relevantes sobre un tema tan actual en psicoterapia. Apego, modelos de procesamiento interno, modelos mentales, representación mental, representación de apego; una explicación de la prueba de situación extraña y los patrones de apego derivados de ella son algunos de los temas que vamos a poder conocer en el primer capítulo. Al igual que los resultados de un seguimiento longitudinal realizado durante el desarrollo de cada uno de los tipos de patrón de apego.

Cómo evaluar la representación de apego en los niños por medio de diferentes instrumentos es el tema analizado en el capítulo dos. Di Bártolo nos explica cómo en cada uno de estos instrumentos se presenta al niño un estímulo estresante que le permite expresar una historia representada en forma de juegos o de ilustraciones. Incluye a efectos didácticos transcripciones de casos prácticos que reflejan cada uno de los modelos de apego y cómo se ponen de manifiesto en el tipo de juego del niño.

Apego, riesgo y psicopatología es el título del tercer capítulo, donde nos ofrece la comprensión de la dinámica existente entre los factores de riesgo y la psicopatología en la niñez a través de tres conceptos básicos: multicausalidad, equifinalidad y multifinalidad. En base a la definición de estos términos concluye que no hay una relación lineal entre riesgo y resultados, sino múltiples caminos desde y hacia el trastorno. Explica los factores de riesgo, que la autora entiende como probabilísticos, no determinantes puesto que el niño puede disponer de factores protectores que le permiten ser más resiliente. El capítulo finaliza con la descripción de cada uno de los trastornos de apego: trastorno reactivo del apego, trastorno relacional del apego y trastorno por la disrupción del apego.

Di Bártolo dedica el capítulo cuarto a la exposición de la evaluación del apego en la edad adulta a través de la Entrevista de Apego para Adultos. Incide a lo largo del capítulo en la importancia de no valorar la cualidad positiva o negativa de las experiencias de apego, sino la cualidad del relato: cómo la persona piensa y cuenta su historia vincular. Nos ofrece una explicación de las dificultades que podemos observar en cada persona al desarrollar el relato de su historia vincular y la relación de estas

narraciones con cada uno de los modelos de apego adulto. La propuesta de utilizar la Entrevista de Apego para Adultos para evaluar la historia vincular da pie a la autora a introducir los conceptos de mentalización y función reflexiva de Fonagy, desarrollando una explicación conceptual exhaustiva de los mismos así como su aplicación en la psicoterapia.

Encontramos su modelo de intervención clínica a lo largo de las siguientes páginas, donde desarrolla y explicita la importancia que concede a intervenir tanto con el niño como con los padres y su propuesta de lo que denomina “sesiones vinculares”. En dichas sesiones el papel del terapeuta es ayudar a los padres a entender emocionalmente a su hijo a través de acciones lúdicas y señalamientos verbales. El capítulo concluye con la importancia de las filmaciones en video de las sesiones, con el objeto de dar visibilidad a lo que en la vida cotidiana no se está percibiendo.

Di Bártolo nos propone una exploración clínica en niños a través de tres áreas: el mundo representacional de los padres, el mundo representacional del niño y la interacción entre padres/niño. El abordaje de estas áreas lo lleva a cabo a través de la entrevista con los padres sobre el niño, su crecimiento y sobre la familia; la observación de la conducta, del juego espontáneo del niño, pruebas gráficas y verbales; la entrevista de familia ampliada; y por último las entrevistas vinculares y la entrevista familiar.

El último capítulo está dedicado a la relación entre apego e intersubjetividad. Para la autora la psicoterapia ha de suponer una reestructuración del sí mismo del paciente hacia estados de conciencia diádica puesto que “el paciente al sentirse comprendido y explicado en sus propios estados emocionales puede sentir que hay un estado mental compartido con el terapeuta”. En opinión de Di Bártolo, la experiencia de esos momentos de encuentro con el terapeuta es la que produce el cambio.

Es un libro que aborda todos los conceptos y aplicaciones prácticas de la teoría del apego de forma clara y sistemática.