

## **LA FAMILIA y LA SALUD MENTAL**

El trabajo del médico se desarrolla alrededor de la salud de sus pacientes y de sus familias. Esto requiere de un conocimiento de los fundamentos de la integración familiar, su organización y la influencia que ejerce sobre cada uno de sus miembros.

La familia, en cada una de sus modalidades, es el núcleo fundamental sobre el cual se mueve un país. Su trabajo consiste en fomentar el desarrollo de cada uno de sus miembros, transmitir los valores y cultura del pasado y del presente a los hijos, así como inculcar los valores morales transmitidos de generación en generación.

La construcción moderna de la sociedad ha llevado a las familias a recibir influencias provenientes no solo del medio ambiente cercano, sino de la cultura presente en el ámbito escolar, en la colonia en que se desenvuelven, de los medios de comunicación nacional e internacional, etc. Lo anterior puede favorecer el crecimiento de los miembros de la familia o llevarlos a buscar recursos fuera de la familia para satisfacer sus necesidades.

La fortaleza de la familia no radica necesariamente en una composición clásica de la misma formada por los padres y los hijos, sino en el manejo que tanto los padres y los demás miembros realicen de las situaciones cotidianas.

Esto lleva a buscar un concepto de familia que permita tomar en cuenta todos estos y otros factores y comprender el origen de los problemas que afectan la salud mental de sus miembros.

### **Concepto de familia.**

Aunque en el momento actual no existe una definición única de la familia, se puede observar que la mayoría toman encuentra ciertos componentes como son que:

Es la célula básica de la sociedad.

Es la más universal de las instituciones.

Es el agente de socialización por excelencia al exceder el límite de un hogar e involucrarse en el ámbito sociocultural.

Transmite la cultura que influye en la forma de pensar de sus miembros.

Sus miembros comparten las necesidades afectivas.

Poseen funciones compartidas determinadas por sus miembros.

### **La familia como sistema.**

La incorporación del concepto de sistema por Von Bertalanffy en su Teoría General de los Sistemas, que lo define como “un grupo de partes y objetos que interactúan y forman un todo y que se encuentran bajo la influencia de fuerzas en alguna relación definida” o “conjunto de partes coordinadas y en interacción para alcanzar un conjunto de objetivos”. Con esta visión se puede entender a la familia en una interrelación dinámica que implica estar en constante cambio a la vez adaptándose a las situaciones nuevas.

La familia como sistema abierto funcional permite el crecimiento de todos sus miembros adaptándose a las necesidades de cada uno de ellos y por otro lado también se encuentra en interacción con otros subsistemas cercanos como familiares, amistades y todos ellos dentro de un sistema mayor como es la sociedad en que se desarrollan. De ahí que es entendible que estos subsistemas también influyan sobre el sistema familiar que requiere contar con la flexibilidad suficiente para continuar integrados a pesar de las influencias externas.

El ciclo vital normal de una familia ejerce cambios sobre el grupo. A continuación, como ejemplo del ciclo vital en una familia nuclear tenemos lo que han expresado Arias Montero y Castellanos:

### Ciclo Vital de la familia: Procesos

	EXPECTATIVAS SOCIALES	NECESIDADES INDIVIDUALES	TAREAS EVOLUTIVAS	PELIGROS PARA EL DESARROLLO
FORMACIÓN Formación de pareja NOVIAZGO- MATRIMONIO SIN HIJOS	Anidar, formar y consolidar nuevos roles	No perder la individualidad	Logro de la intimidad respeto por la otra persona, la independencia emocional.	Idealización previa que haya hecho de la pareja confrontada puede llevar a la desilusión
EXPANSIÓN Filiación con lactantes, con pre-escolares	Afianzar nuevos roles, de una diada a una triada. Adaptación al cambio	Reabastecimiento, en cuando a afectos, cariño, protección de la pareja y el hijo.	Convertir la diada conyugal en una relación triangular armónica	Alianzas madre-hijo, padre-madre, con la expulsión de un tercero.
CONSOLIDACIÓN. Familia con escolares, con adolescentes. EDUCACIÓN DE LOS HIJOS.	Compartir funciones al interior de la familia y ampliar relaciones con su entorno. Conformar grupo de padres.	Logro de la libertad e independencia y búsqueda de condiciones para lograr una identidad y satisfacer su sexualidad.	Desarrollo extra familiar. Con compañerismo dentro y fuera de la familia afirmando su identidad.	Protección excesiva al niño, limitando sus relaciones externas. Invasión, bloqueo de la independencia y retención en el seno familiar.
APERTURA Plataforma de lanzamiento. EMANCIPACIÓN.	Aceptación salida de los hijos y continuidad de la especie	Afianzamiento de la independencia por la separación del hogar y logro de la intimidad	Mantener contacto con los hijo y nietos aceptando sus entradas y salidas	Expulsión traumática de los hijos por su familia de origen.
POST PARENTAL. Familia de edad media. Familia que envejece NIDO VACÍO JUBILACIÓN	Aumento de las necesidades propias de la tercera edad. Mayor demanda de servicios	Análisis maduro de cómo se han conducido sus vidas individualmente y como pareja. Reencuentro de la pareja y formación de nuevas relaciones.	Superar la salida de los hijos, compartir intereses comunes con la pareja, reconocer el mutuo apoyo en sus subsistemas y participación activa con los recursos comunitarios.	Abandono de los padres, desesperación ante problemas biopsicosocioculturales de los padres, hijos y a veces de los nietos.
DISOLUCIÓN Viudez MUERTE	Velar por el padre y/o madre sobreviviente.	Revisión de su proceso vital, aceptación y enfrentamiento a la muerte del esposo(a), hermanos y padres y preparar su muerte.	Acopio de la revisión de la vida y la integración con sabiduría de toda la expectativa vivida para las generaciones sucesivas	Abandono.

Arias L, Montero J, Castellanos J. Recursos e instrumentos en medicina familiar. El ciclo vital familiar.

Para que la familia logre un desarrollo armónico dependerá de qué tanto mantenga una actitud abierta, flexible y dinámica en busca de conjuntar acciones y funciones en pro del desarrollo continuo de la misma.

Además de la evolución de una familia nuclear, las características anteriores pueden ser adaptadas para entender otros tipos de familia presentes debido a la evolución histórica de las sociedades.

**Familia extensa.** Se encuentra integrada por dos o más generaciones (abuelos, tíos, primos, etc.), que comparten un terreno o una misma vivienda donde todos participan en el funcionamiento de la misma. Tienen como característica tener ligas genéticas y habitualmente existe una organización jerárquica que determina las actividades a realizar y facilitan la convivencia entre sus miembros.

**Familia funcional o flexible.** Este sistema no solo incluye miembros unidos por consanguinidad, sino puede encontrarse personas ajenas que conviven por afinidad en el grupo. Su característica más importante es que sus miembros conocen los límites que tienen y a la vez todos los miembros coexisten dentro de un marco de flexibilidad de funciones

**Familia nuclear o nuclear-conyugal.** Clásicamente formado por un hombre y una mujer (aunque se acepta más de un integrante como esposo o esposa) más los hijos unidos por consanguinidad que participan en la unidad por lazos de afecto, intimidad e identificación.

**Familia homoparental.** Se refiere a una relación a través del matrimonio o de una unión libre entre dos personas del mismo sexo, que tienen hijos por medio de la adopción o la procreación asistida. Inicialmente estas relaciones no tienen que considerar necesariamente el tener hijos aunque no excluye esa posibilidad para ejercer la paternidad.

**Familias biculturales o multiculturales.** La integración a través del matrimonio de individuos con diversidad étnica o cultural, es decir proceden de diferentes nacionalidades con diferencias culturales bien diferenciadas y que en general uno de ellos acepta la cultura dominante del otro.

**Familia mixta simple.** Se asocia con las familias nucleares que por motivos económicos dejan su lugar de origen alejándose de sus familiares habituales y se incorporan con otros miembros familiares o con conocidos que poseen otra tipología de unión y se encuentran en el proceso de adaptación a un nuevo entorno.

**Familia mixta compleja.** Como en el anterior la familia nuclear por motivos fundamentalmente económicos o situacionales se alejan de su lugar de origen y aceptan incorporarse con otra agrupación en forma más forzada para poder sobrevivir, los cuales poseen una estructura, modo de funcionar y edades muy diferentes y además deben adaptarse a un nuevo ambiente social diferente.

**Familia monoparental.** Esta familia se encuentra conformada por uno o varios hijos con la presencia solo del padre o de la madre como jefes de familia. Esto puede ser debido a abandono, divorcio, viudez, alejamiento por motivos laborales o forzosos

(encarcelamiento, migración, etc.) Con esto el padre o madre queda encargado de ofrecer el afecto, cuidados y a veces manutención sin contar con el apoyo de su pareja. Esta situación da lugar una variedad de organizaciones dentro del hogar en donde puede suceder que el hijo mayor se convierte en la autoridad, o el padre o la madre solo(a) va a vivir con la familia de uno de los hijos casados, dejando de ser la autoridad en la casa.

**Familia simultánea o reconstituida.** Constituida por uno o ambos padres que provienen de otras familias que se han separado por divorcio, viudez, etc., y que traen a la nueva familia sus hijos. Actualmente se considera que pueden presentar tres modelos diferentes: a) cuando un miembro de la pareja tiene hijos de la relación anterior, b) ambos tienen hijos de las relaciones anteriores, c) de los hijos de las relaciones anteriores se agregan los nuevos hijos que la pareja concibe. Esta nueva familia ahora tiene que incluir las redes socio-familiares que cada uno había adquirido con anterioridad y funcionar con ellos al mismo tiempo.

Para que cualquiera de los tipos de familia mencionados funcione y permitan el desarrollo armónico de sus miembros, se requiere contar con principios de organización, tolerancia, y comprensión, entre los cuales se distinguen:

- Asegurar la sobrevivencia de los hijos tanto en los aspectos económicos, emocional, educativa y en la incorporación a la sociedad.
- La capacidad de sus miembros para negociar entre ellos el manejo de los cambios que van presentando a lo largo del tiempo.
- Dado que cada familia es única deberán tomar en cuenta la individualidad de sus miembros, viendo a los niños como personas con derechos y no como objetos que requieren de apoyo para desarrollo.
- La familia debe apoyar a los jóvenes en la transición de la infancia y la adolescencia hacia la vida adulta fomentando su autonomía.
- hay que mantener los "límites claros" (fronteras psicológicas entre las personas que permiten preservar su espacio vital) de manera tal que no se limite la independencia, ni haya una excesiva individualidad para poder promover así el desarrollo de todos los miembros y no se generen sentimientos de insatisfacción o infelicidad.
- Que en el sistema familiar exista flexibilidad de las reglas y roles para la solución de los conflictos: Aquí hay que analizar los vínculos familiares que intervienen en la relación asignación-asunción de roles, o sea, aquellas pautas de interacción que tienen que ver con lo que se debe y no se debe hacer y con las funciones, deberes y derechos de cada miembro del grupo familiar.

Aunque los principios antes mencionados y otros, son situaciones óptimas en una familia, también se debe considerar que existen otros parámetros que dificultan la posibilidad de una armonía completa o constante basado en las características propias de cada miembro que incluye:

- 1) las diferencias entre los miembros basados en el género, edad y personalidad.

- 2) El cambiante estado emocional es un fenómeno normal entre los seres humanos que puede conducir a conflictos entre los miembros de una familia.
- 3) La interacción de la familia con el medio ambiente que puede o no ser adecuada, también afecta a la familia al traer costumbres, problemáticas sociales e intereses que interfieren con las funciones de sus miembros.

### **La familia en México.**

Los cambios en la estructura social en México con la aparición de la problemática económica, laboral, de inseguridad, etc., influye en la familia, interviniendo en la disposición de sus miembros, con la aparición de abandonos, conflictos y otras consecuencias. Para 2014, la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica señaló que el 96.8% de la población del país se encuentra integrada en una familia. Los hogares nucleares tienen un promedio de 3.6 integrantes y las familias extensas se integran con 5.2 individuos. Los datos de población muestra que 73.6% de los hogares tienen como jefe a un varón y 26.4% a una mujer. En relación a la composición de los hogares nacionales, estos tienen como jefe a un varón como principal forma de organización (62.8%), seguido por hogares formados por uno de los padres y sus hijos. (20.8%).

La Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo informó en 2015 que la tasa de participación económica de las jefas de hogar es de 53.4% superior a la tasa de participación económica del total de mujeres que es de 42.4%.

Los hogares nucleares presentan una mayor proporción de hijos menores a 15 años (29.1%) respecto a los hogares extensos (26.9%). Por otro lado los hogares extensos tienen una mayor proporción de adultos de 60 o más años (12.3%) que los nucleares (8.7%). Los hogares nucleares presentan una proporción similar de hombres (49.7%) y mujeres (50.3%); mientras que los extensos tienen mayor presencia de mujeres (53.8%) que de hombres (46.2%).

Los datos estadísticos poblacionales muestran una faceta de la situación actual, sin embargo necesitamos ahondar más en el estudio de la familia, ya que el conocimiento apropiado de la misma constituye uno de los elementos esenciales para el abordaje integral de los pacientes y el adecuado trabajo médico.

### **BIBLIOGRAFÍA**

- Alemán Bracho, C. (2005). "La familia como prestadora de servicios. El Derecho Público de Acción Social" (Separata). Enero-agosto 2005, Madrid, Documentación Administrativa del Instituto Nacional de Administración Pública, pp. 238-239

- López, M.L. (2007) "Cambios Sociales y Familia". Revista Área Social nº 5, Cuenca, Colegio Oficial de Diplomados en Trabajo Social de Castilla-La Mancha, pp. 2-8
- Meil Landwerlin, G. (1999) (1º ED.) *La postmodernización de la familia española*. Madrid, Acento, pp. 13-15. I Congreso Internacional de Mediación y Conflictología. Cambios sociales y perspectivas para el siglo XXI. Sevilla : UNIA, 2011
- Parkinson, L. (2005). *Mediación Familiar. Teoría y Práctica: principios y estrategias operativas*. Barcelona, Gedisa, pp. 55-56
- Herrera Santí PM. 1997. La familia funcional y disfuncional, un indicador de salud. Rev Cubana Med Gen Integr 13(6):
- Tuiran R. Vivir en familia: hogares y estructura familiar en México,1972 <http://revistas.bancomext.gob.mx/rce/magazines/248/8/RCE8.pdf>
- Arias L, Montero J, Castellanos J. Fundamentos y principios de medicina familiar: enfoque sistémico y la medicina familiar. Ministerio de Salud de Colombia 1995.
- Chávez J. Introducción a la medicina familiar. Editorial universitaria Potosina. México. 1992. p.53-54.
- Suarez-Cuba MA. El médico familiar y la atención a la familia. Rev Paceaña Med Fam 2006; 3(4): 95-100