



# La familia frente a dificultades de salud en COVID 19

## The family facing health difficulties in COVID 19

**Mtro. Pedro Vargas Ávalos**  
Profesor Carrera de Psicología.  
Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM  
systacad@gmail.com

<https://doi.org/10.22201/fesz.20075502e.2021.11.44.84418>

### Resumen

La enfermedad por COVID 19 en el mundo ha impactado en todos los ámbitos de la vida humana. Particularmente el confinamiento a los grupos sociales como la familia y las relaciones interpersonales. La presente revisión documental hace hincapié a estudios referentes a la conformación de las familias, sus interacciones, las dinámicas y las estrategias que realizan frente a situaciones que les influyen al interior como a sus relaciones con otras personas o grupos. El acercamiento al grupo familiar permite identificar su estructura y funcionalidad, aspectos que destacan en la dinámica frente a situaciones adversas que ponen en riesgo su integridad. También incluyen los factores de riesgo previo a la pandemia, las actitudes al cuidado de los niños, adolescentes y ancianos y procesos psicológicos adyacentes.

**Palabras clave:** dinámica familiar, COVID 19, vulnerabilidad social, estilo de vida.

### Abstract

COVID 19 disease in the world has impacted all areas of human life. Particularly the confinement to social groups such as the family and interpersonal relationships. This documentary review emphasizes studies on the conformation of families, their interactions, dynamics and strategies that they carry out in the face of situations that influence them internally as well as their relationships with other people or groups. The approach to the family group makes it possible to identify its structure and functionality, aspects that stand out in the dynamics in the face of adverse situations that put its integrity at risk. They also include risk factors prior to the pandemic, attitudes towards the care of children, adolescents and the elderly, and adjacent psychological processes.

**Keywords:** family dynamics, COVID 19, social vulnerability, lifestyle.

Recibido el 7 de abril de 2021.

Aceptado el 3 de septiembre de 2021.



Psic-Obesidad está distribuido bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

La interacción de los integrantes de la familia conforma una dinámica particular que en tiempos de pandemia se ha intensificado por las condiciones de confinamiento y aislamiento social. Su estudio, bajo la psicología se aborda por el modelo sistémico donde los miembros son elementos de un sistema familiar que interactúan en convergencias y divergencias. Al considerar la familia como un sistema, se constatará que funciona como una unidad, a través de las interacciones que se generan entre sus miembros y la dependencia mutua que existe entre ellos. Las condiciones de salud pública provocadas por la enfermedad de COVID 19, activa estrategias de protección entre sus miembros, como señalan Esandi y Canga (2016):

*“...a la familia se le plantean desafíos a los que hacer frente como:*

- a) *la aceptación y el compromiso de asumir nuevos roles y tareas que, a su vez, implican una reorganización de la vida familiar cotidiana,*
- b) *la responsabilidad de afrontar nuevas exigencias económicas y*
- c) *la necesidad de un ajuste emocional de todos y cada uno de sus miembros que les ayude a comprender, aceptar y dar sentido a la enfermedad y sus cuidados (página 25).*

En 2015, Demarchi Sánchez y colaboradores, realizan una revisión sistemática de los contenidos de la dinámica familiar. En cinco categorías principales: 1) Sobre la familia y la dinámica familiar; 2) Las relaciones afectivas como proximidad; 3) Roles y distribución desigual de tareas; 4) Sobre la íntima relación entre autoridad, límites, normas y reglas; y 5) Comunicación y uso del tiempo libre en la familia. Para estos autores la *Dinámica Familiar* es sinónimo de Clima Relacional, que se da desarrolla al interior del hogar y es influido por dimensiones como: relaciones afectivas, roles, autoridad, límites, reglas, normas, uso del tiempo libre y comunicación. De aquí concluyen que cada familia es única y se encuentra expuesta a dificultades culturales, económicos y religiosos que la inducen estilos singulares y distintivos de relacionarse y construir sus vínculos.

Plasencia Vilchis et al (2016) destacan en su estudio con atletas de alto rendimiento, la funcionalidad familiar, la cual muestra relaciones positivas entre las áreas de solución de problemas, involucramiento afectivo funcional

y disfuncional del funcionamiento familiar, así como 7 fortalezas: perseverancia, amor por el conocimiento, optimismo/esperanza, valor, creatividad, autorregulación y mentalidad abierta. Concluyen que el funcionamiento familiar posibilita el surgimiento de ciertas fortalezas en deportistas de alto rendimiento que practican un arte marcial y que en las áreas de dificultad se posibilitan opciones de crecimiento.

En 2018, Ortiz-Ruiz y Díaz-Grajales, estudian la vulnerabilidad social desde las familias, como las condiciones de desventaja y rezago social, económico, político y cultural que experimentan grupos sociales como resultado del “orden” social establecido. Bajo dos tendencias de análisis:

- 1) *La que se centra en los atributos de individuos, hogares o comunidades vinculados con procesos estructurales que configuran situaciones de fragilidad, precariedad, indefensión o incertidumbre. Y*
- 2) *Aquella cuyo foco es el efecto conjunto de factores de riesgo que aquejan a diversas unidades sociales (página 613).*

La vulnerabilidad social, es un efecto originado por dinámicas históricas excluyentes y vulneradoras de los derechos de diferentes grupos sociales que restringe capacidades y libertades. Sus resultados muestran en las relaciones, redes y vínculos sociales de las familias participantes, se evidencia un debilitamiento de los vínculos vecinales y las relaciones se circunscriben al ámbito privado (familia próxima o a relaciones interpersonales), sin ningún tipo de trascendencia colectiva. La segregación espacial lleva a las personas a situarse en sectores con déficit habitacionales, en cuanto a la calidad de las viviendas, el equipamiento urbano, el acceso a servicios, la conectividad, la movilidad y la seguridad. A su vez se produce un rezago de las condiciones de bienestar respecto a niveles bajos de salud, vivienda, educación y nivel de desarrollo cultural. Hay una marginación económica y productiva, toda vez que las personas tienen ingresos de subsistencia y empleos inestables y precarios. Hay una pérdida en la capacidad de autogestión ya que no pueden superar su condición por sí mismos.

Orte Socías et al (2020), hicieron una revisión de las principales medidas de prevención familiar aplicadas en

el ámbito nacional (España). Destacan a nivel nacional las medidas de prevención como primario: educativo; secundario: socio-educativo; y terciario: psicológico. Las medidas nacionales fueron de tipo terciario llevado a cabo por el apoyo psicológico telefónico o a distancia. Proponen la necesidad de facilitar recursos de prevención primaria de riesgos, orientados a mejorar la comunicación familiar y las competencias parentales con tal de reducir las tasas de violencia familiar y el uso inadecuado de las TIC por parte de niños/as y adolescentes.

Rocha Valero et al (2021) estudiaron el impacto de la pandemia por el Covid-19 en familias de adolescentes universitarios de México. Identificaron categorías de la dinámica familiar: impacto económico en el ingreso familiar, la pérdida de empleo, temor al contagio por algún integrante de la familia, discusiones entre los miembros por confinamiento. Con relación a las tareas del hogar las mujeres llevan la mayor sobrecarga que los hombres. Weeland et al (2021) presentan el número especial acerca del impacto de la pandemia de COVID-19 en las familias y niños, su dinámica familiar:

- (a) cambios en las rutinas y reglas familiares (Bülow et al., 2021; Eales et al., 2021) y mayor caos (Cassinat et al., 2021) en el nivel familiar
- (b) tanto positivo (Donker et al., 2021) como negativo (McRae et al. al., 2021) cambios en las cualidades de la relación cuidador-niño en el nivel diádico; y
- (c) cambios en el bienestar de los miembros de la familia, como lo demuestra el aumento de la preocupación, la tristeza y el estrés en los cuidadores (Eales et al., 2021) y mayores niveles de internalización (Gadassi Polack et al., 2021) y problemas de externalización (Skinner et al., 2021) en niños y adolescentes.

Los comportamientos de los cuidadores en protección se observan como estrategias de crianza adaptativas a la situación (Patterson, 1988), que a largo plazo pueden afectar negativamente el desarrollo infantil (Pinquart y Kauser, 2018).

Resalta el estudio de Browne et al (2021) donde muestran que la angustia relacionada con la pandemia del cuidador tiene efectos indirectos sobre la disfunción familiar y el estado mental de los niños. El estrés relacionado con la salud se relacionó con conflicto coparental, que, a su vez,

se asoció con disminución en la cohesión familiar (Peltz et al., 2021). Algunos factores que predicen el ajuste familiar durante la pandemia con frecuencia estaban presentes antes de la pandemia. Como el socioeconómico, problemas de salud mental, interacciones negativas como positivas. Resultados que sugieren que la pandemia afecta de manera desproporcional a niños, cuidadores y familias que ya están en riesgo, ya sea a través de recursos limitados a nivel de relación o a través de otros factores de riesgo.

Xu et al (2021) identificaron a través de encuestas los valores y el reconocimiento; lo que saben, sienten y piensan los miembros de la familia sobre la enfermedad, los cuidados, con el objetivo de comprender las actitudes y respuestas que cada familia desarrolla frente al COVID 19. Las aportaciones son importantes sobre las interacciones: la información, apoyo social y apoyo emocional. Este último fue el más eficaz que el informativo para amortiguar el malestar emocional. Mientras que quienes se centraron en la información fue más un comportamiento de escape que de resolución al estrés o la frustración -quedarse en casa, evitar las reuniones sociales, entre otros-.

Fons-Renaudon y Campo-Aráuz (2021) estudiaron cinco dimensiones de percepción de la realidad: social, económica, psicoafectiva, sensorial y política, de las familias y las relaciones interpersonales en el contexto del confinamiento. Encontraron la alteración de los sentidos y de las sensaciones en la población de estudio. Los resultados estadísticos en porcentajes se describen en la Tabla 1.

Los resultados muestran, de acuerdo con los mayores porcentajes que las familias dan prioridad a las estrategias para evitar el contagio de la enfermedad, seguido del miedo al contagio y después la presencia de los síntomas psicofísicos relacionados con el confinamiento. Sobre los sentidos, es mayor el porcentaje de la disminución de sensaciones por los sentidos del tacto mientras que se presenta el aumento de la percepción auditiva.

Por ultimo señalan que el confinamiento de 2020 se expresa en una interacción interactiva y constante entre el giro sensorial, la relacional del cuerpo y el giro afectivo. Una interconexión que tiene un recorrido circular de retroalimentación permanente.

**TABLA 1.** Resultados presentados en el estudio de Fons-Renaudon y Campo-Aráuz (2021). Traducción y arreglo del autor.

Categorías	Porcentajes
<b>1. Disminución de los sentidos</b>	
1.1. Disminución del tacto	32
1.2. Disminución del gusto, vista y tacto	5 -7
<b>2. Aumento de los sentidos</b>	
2.1. Aumento de la percepción auditiva	27
2.2. Aumento de la percepción olfatoria, gustativa, visual y táctil	6 - 7
<b>3. Percepciones relacionadas con el miedo al contagio</b>	
3.1. Contagiar a los seres queridos como principal temor	65
<b>4. Principales normas para evitar el contagio y miedo a contagiar</b>	
4.1. Lavado frecuente de las manos	93
4.2. Uso de la mascarilla	92
4.3. Distancia social	88
4.4. Evitación de aglomeraciones	76
<b>5. Síntomas psicofísicos relacionados con el confinamiento</b>	
5.1. Manifiesta desaliento	49
5.2. Dificultades de concentración	41
5.3. Sensación de cansancio	40
5.4. Disminución de las horas de descanso	40
5.5. Dolor de cabeza	35

## Contextos finales

A través de los diversos estudios, se muestran la dinámica familiar y las relaciones entre sus miembros y los grupos sociales con quienes interactúan. La presencia de la pandemia por SARS-Cov2 paralizó a la población mundial e incidiendo directamente en las familias y a sus miembros. Los cuidados a la salud se destacan en la prevención, sin embargo, los factores de riesgo pre-pandemia continúan y se exacerban al paso del tiempo, desde los ambientales y sociales como los de adaptación forzada frente a la falta de recursos económicos, de trabajo y de oportunidades. Los procesos de adaptación psicobiológicos se ponen en marcha en las condiciones que cada familia sostiene a lo largo de su formación. Para los cuidados de salud se enfocan a la prevención de los contagios de COVID 19 de acuerdo con sus estrategias en estilo de vida y de afrontamiento.

## Referencias

- Browne, D. T., Wade, M., May, S. S., Jenkins, J. M., & Prime, H. (2021). COVID-19 disruption gets inside the family: A two-month multilevel study of family stress during the pandemic. *Developmental Psychology, 57*(10), 1681–1692. <https://doi.org/10.1037/dev0001237>
- Bülow, A., Keijsers, L., Boele, S., Van Roekel, E., & Denissen, J. J. A. (2021). Parenting adolescents in times of a pandemic: Changes in relationship quality, autonomy support, and parental control. *Developmental Psychology, 57*(10), 1582–1596. <https://doi.org/10.1037/dev0001208>
- Cassinat, J. R., Whiteman, S. D., Serang, S., Dotterer, A. M., Mustillo, S. A., Maggs, J. L., & Kelly, B. C. (2021). Changes in family chaos and family relationships during the COVID-19 pandemic: Evidence from a longitudinal study. *Developmental Psychology, 57*(10), 1597–1610.

- <https://doi.org/10.1037/dev0001217>
- Demarchi- Sánchez, G.D., Aguirre- Londoño, M., Solano, N.Y. & Viveros- Chavarria, E. (2015). Sobre la dinámica familiar. Revisión documental *Cultura Educación y Sociedad*, 6(2), 117-138. <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/3107>
- Donker, M. H., Mastrotheodoros, S., & Branje, S. (2021). Development of parent-adolescent relationships during the COVID-19 pandemic: The role of stress and coping. *Developmental Psychology*, 57(10), 1611–1622. <https://doi.org/10.1037/dev0001212>
- Eales, L., Ferguson, G. M., Gillespie, S., Smoyer, S., & Carlson, S. M. (2021). Family resilience and psychological distress in the COVID-19 pandemic: A mixed-methods study. *Developmental Psychology*, 57(10), 1563–1581. <https://doi.org/10.1037/dev0001221>
- Fons-Renaudon, V., & Campo-Aráuz, A. L. (2021). «Once upon a time a Catalunya» L'antropologia d'allò sensible en temps de pandèmia. *Revista d'Etnologia de Catalunya*, 46, 206-211. [https://cultura.gencat.cat/web/.content/cultura\\_popular/07\\_publicacions/rec/SD\\_REC46-ACC.pdf](https://cultura.gencat.cat/web/.content/cultura_popular/07_publicacions/rec/SD_REC46-ACC.pdf)
- Gadassi Polack, R., Sened, H., Aubé, S., Zhang, A., Joormann, J., & Kober, H. (2021). Connections during crisis: Adolescents' social dynamics and mental health during COVID-19. *Developmental Psychology*, 57(10), 1633–1647. <https://doi.org/10.1037/dev0001211>
- McRae, C. S., Overall, N. C., Henderson, A. M. E., Low, R. S. T., & Chang, V. T. (2021). Parents' distress and poor parenting during a COVID-19 lockdown: The buffering effects of partner support and cooperative coparenting. *Developmental Psychology*, 57(10), 1623–1632. <https://doi.org/10.1037/dev0001207>
- Orte-Socías, M.C., Ballester- Brage, L., & Nevot-Caldentey, L. (2020). Factores de riesgo infanto-juveniles durante el confinamiento por COVID-19: revisión de medidas de prevención familiar en España. *RLCS, Revista Latina de Comunicación Social*, 78, 205-236. DOI: 10.4185/RLCS-2020-1475.
- Ortiz-Ruiz, N. & Díaz-Grajales, C. (2018). Una mirada a la vulnerabilidad social desde las familias. *Revista Mexicana de Sociología*, 80(3), 611-638. <http://dx.doi.org/10.22201/iis.01882503p.2018.3.57739>.
- Peltz, J. S., Crasta, D., Daks, J. S., & Rogge, R. D. (2021). Shocks to the system: The influence of COVID-19–related stressors on coparental and family functioning. *Developmental Psychology*, 57(10), 1693–1707. <https://doi.org/10.1037/dev0001206>
- Pinquart, M., & Kauser, R. (2018). Do the associations of parenting styles with behavior problems and academic achievement vary by culture? Results from a meta-analysis. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 24(1), 75. <https://doi.org/10.1037/cdp0000149>
- Plasencia Vilchis, M.L., Eguiluz Romo, L.L. & Osorio Guzmán, M. (2016). Relación entre la dinámica familiar y las fortalezas humanas. *Journal of Behavior, Health & Social Issues* 8, 1–8. DOI: 10.1016/j.jbhsi.2016.11.001
- Rocha Valero, M.A. , Rodríguez Cerda, J.J. & Retana Hernández, I.S. (2021). El Covid-19 y su impacto en la dinámica de familias con adolescentes. *Realidades*, 11 (2), 43-56. <https://realidades.uanl.mx/index.php/realidades/article/view/143>
- Skinner, A. T., Godwin, J., Alampay, L. P., Lansford, J. E., Bacchini, D., Bornstein, M. H., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Gurdal, S., Pastorelli, C., Sorbring, E., Steinberg, L. Tapanya, S., & Yotanyamaneewong, S. (2021). Parent–adolescent relationship quality as a moderator of links between COVID-19 disruption and reported changes in mothers' and young adults' adjustment in five countries. *Developmental Psychology*, 57(10), 1648–1666. <https://doi.org/10.1037/dev0001236>
- Weeland, J., Keijsers1, L., & Branje, S. (2021) Introduction to the Special Issue: Parenting and Family Dynamics in Times of the COVID-19 Pandemic. *Developmental Psychology*, 57(10), 1559–1562. <https://doi.org/10.1037/dev0001252>
- Xu, Sh., Li, W., Zhang, W., & Cho, J. (2021). The dynamics of social support and affective well-being before and during COVID: An experience sampling study. *Comput Human Behavior*, 121, 1-9. DOI: 10.1016/j.chb.2021.106776.