

INSTITUTO SUPERIOR DE CIENCIAS MÉDICAS  
“DR. SERAFÍN RUIZ DE ZÁRATE RUIZ”  
SANTA CLARA, VILLA CLARA

## COMUNICACIÓN

### CONSIDERACIONES ACERCA DE LA SALUD FAMILIAR.

Por:

Dra. Ivonne Cepero Rodríguez<sup>1</sup>, Lic. Isabel Mederos Luis<sup>2</sup> y Dr. Carlos Jorge Hidalgo Mesa<sup>3</sup>

1. Especialista de I Grado en Medicina General Integral. Asistente. ISCM-VC.
2. Licenciada en Psicología. Asistente. ISCM-VC.
3. Especialista de I Grado en Medicina Interna. Instructor. ISCM-VC.

***Descriptor DeCS:***

RELACIONES FAMILIARES  
SALUD DE LA FAMILIA  
FAMILIA

***Subject headings:***

FAMILY RELATIONS  
FAMILY HEALTH  
FAMILY

La invalidez con la cual el ser humano nace, lo hace en su totalidad dependiente de uno o varios adultos, generalmente los padres, que permiten el contacto social que posibilita el desarrollo humano, de forma auténtica, bajo las condiciones de amor y seguridad.

La familia actúa como una interacción dinámica y posee la capacidad de cambio y transformación, posibilita la adaptabilidad al medio activo y transformador y, a la vez, puede flexibilizarse dentro de determinados límites, asimilar el cambio y ajustar sus funciones. El sistema familiar se reorganiza frente a las influencias de la vida social que le demanda cambios; por consiguiente, entre las funciones psicosociales se halla la satisfacción de necesidades afectivas y la red de apoyo social, la contribución a la formación y desarrollo de la personalidad, así como la formación de valores ético-morales y de conducta social.

Las etapas transitorias del ciclo vital se superponen en una misma familia y producen una complejidad y variedad de intereses, necesidades, roles, tareas, funciones y posibles conflictos.

La funcionabilidad de la familia se refiere a la característica relativamente estable de relacionarse el grupo de forma interna. Es el conjunto de relaciones interpersonales que ocurren en el interior de cada familia y que le da identidad propia a la dinámica relacional, conforma el ambiente y la atmósfera del hogar, y le confiere al mismo un clima agradable de satisfacción o desagradable de tensión.

Las familias disfuncionales son incapaces de expresar con libertad los sentimientos negativos, no identifican los problemas ni enfrentan bien las crisis, no se comunican con claridad, utilizan dobles mensajes, no permiten el desarrollo individual, la unión no es productiva y existe confusión de roles<sup>1</sup>.

Esta funcionabilidad de la que hablamos está muy influenciada por la salud mental individual que promueve o no el equilibrio de la persona, y está dada en cómo nos sentimos respecto a nosotros mismos y a los demás, y cómo respondemos a las exigencias de la vida diaria.

Los objetivos de la salud mental en la comunidad deben ser: elevar la cultura sanitaria de la población mediante técnicas que pongan énfasis en los recursos y determinaciones de la población (necesidades sentidas), concentración de los esfuerzos en la situación actual y problemas que aquejan a la población, fortalecimiento de sus habilidades para administrarse y autocuidarse.

Existen instrumentos genéricos para la promoción de la salud mental basados en la conciencia del propio cuerpo y las habilidades para la relación física, conciencia del estilo emocional propio y habilidades para vigilarlo, destreza de control mental, habilidades para la comunicación interpersonal y para el desarrollo de estilos de vida saludables.

Este bienestar mental estará influenciado, a su vez, por factores biopsicosociales característicos del individuo, la familia y la comunidad; estos se presentarán concretamente en situaciones tan puntuales como las condiciones de riesgo identificables:

#### Individuales:

- Alcoholismo
- Tabaquismo
- Otras toxicomanías
- Conducta suicida anterior
- Desvinculados laboralmente
- Adolescentes solteros con embarazos o hijos pequeños
- Desamparo filial
- Obesidad
- Sedentarismo:
  - Deambulantes
  - Ingresos en larga estadía

#### Familiares:

- Condiciones inadecuadas de la vivienda: hacinamiento, bajo nivel de vida, viviendas en mal estado, sin respaldo económico, entre otros.
- Núcleos disfuncionales.
- Dificultades en cohesión y adaptabilidad, migración, etc.
- Núcleos que atentan contra las normas de convivencia social.
- Conducta suicida en algún miembro del núcleo.
- Alcoholismo, drogadicción o ambos, en alguien del núcleo.
- Núcleo con pacientes psiquiátricos crónicos.
- Bajo nivel cultural familiar.

#### Laborales:

- Peligrosidad
- Nocturnidad
- Ruido excesivo
- Condiciones externas de frío o calor
- Toxicidad
- Iluminación deficiente
- Exceso de humedad
- Malas condiciones higiénico- sanitarias
- Riesgo de enfermedades profesionales
- Mala ventilación
- Ausencia de medios de protección física

#### Educacionales:

- Ausencia de espacios docentes recreativos
- Falta de higiene en el centro docente
- Baja calidad de los educadores
- Carencias de recreación
- Maltrato físico y educacional
- Patrones inadecuados de conductas

- Desorganización de las actividades docentes

Comunitarios: Dependerá de las necesidades sentidas de la población.

- Microvertederos
- Calles rotas o sin asfaltar
- Calles y parques oscuros
- Mala calidad del pan
- Falta o déficit de señalizaciones del tránsito
- Falta de recreación
- Escasez de medicamentos
- Déficit de transporte público
- Dificultad para las comunicaciones
- Delincuencia

Caracterizar acertadamente los riesgos identificables propios de cada comunidad precisará las brechas a resolver por los servicios de salud de la Atención Primaria de Salud territorialmente.

En Cuba ya existen los centros de salud mental, pero cada tipo de población necesita un entrenamiento y una agrupación médica preparada para contrarrestar las situaciones que desencadenarán disfunciones familiares y, por ende, desorganización social.

Aunque hay estudios internacionales<sup>2-4</sup> referidos a este tema, solo en sistemas sociales como el nuestro estos pueden ser estudiados adecuadamente, pues existe una voluntad política, intersectorialidad y participación comunitaria; esto implica un alto contenido ético por el nivel que se alcanza en las relaciones interpersonales, el cambio de conducta que se logra, así como el compromiso y la responsabilidad, además de los valores que se fomentan en el individuo, la familia y la comunidad, por la repercusión en el sentido de la vida y el humanismo que encierra.

La determinación social de salud se produce en diferentes niveles:

1. Nivel macrosocial: Relaciona la formación socioeconómica como un todo y el estado de salud de la población en general.
2. Nivel grupal: Relaciona el modo y las condiciones de vida de determinado grupo con su estado de salud.
3. Nivel individual: Relaciona el estilo de vida, las condiciones de vida individuales y el estado de salud individual<sup>5</sup>.

Tradicionalmente, las enfermedades se analizaban sin una valoración de los factores biopsicosociales; los cambios operados en nuestro perfil de salud en los últimos años han determinado las transformaciones que en el orden demográfico y epidemiológico se vienen produciendo en Cuba; de ahí que el Ministerio de Salud Pública rediseñe el trabajo hasta ahora desplegado y se formulen prioridades sobre la base de la calidad de la atención, la satisfacción de los servicios prestados, la eficiencia y la eficacia.

En correspondencia con estos cambios, el trabajo se ha ido desplegando de la muerte a la enfermedad, de esta al riesgo y de este último a la salud, de las acciones terapéuticas a las preventivas, y de estas a la promoción de salud<sup>6</sup>.

Se ha desarrollado un proceso de descentralización para acercar cada vez más a la población a la solución ágil y eficiente de los problemas, mediante la concertación, la negociación, la participación social y comunitaria.

### ***Referencias bibliográficas***

1. Louro Bernal Y. Familia. En: Álvarez Sintés R. Temas de medicina general integral vol I. La Habana: Ecimed; 2001. p. 209-34.
2. Ceitlin J, Gómez Gascon T. La clave de un nuevo modelo. En: Medicina de familia. Madrid: Sem F Y C; 1997. p. 2-3
3. Martínez C. Maltrato psicológico infantil. En: En qué tiempo puede cambiarse la mente de un niño. La Habana: Abril; 1998. p. 8-10
4. Linares C, Corea S, Moras P. La participación: ¿Comentario o problema? La Habana: Poligráfico Evelio Rodríguez; 1996. p. 9-73
5. De la Vera Suárez E. Modo y estilo de vida en salud. En: Temas de medicina general integral vol I. La Habana: Ecimed; 2001. p. 39-40
6. Álvarez Sintés R, Díaz Alonso G. La medicina general integral en Cuba. En: Temas de medicina general integral vol I. La Habana: Ecimed; 2001. p. 24-32.