

Nota conceptual

El bienestar y la resiliencia de la familia en el contexto de COVID-19

Conmemoración del Día Internacional de la Familia

15 de mayo de 2020

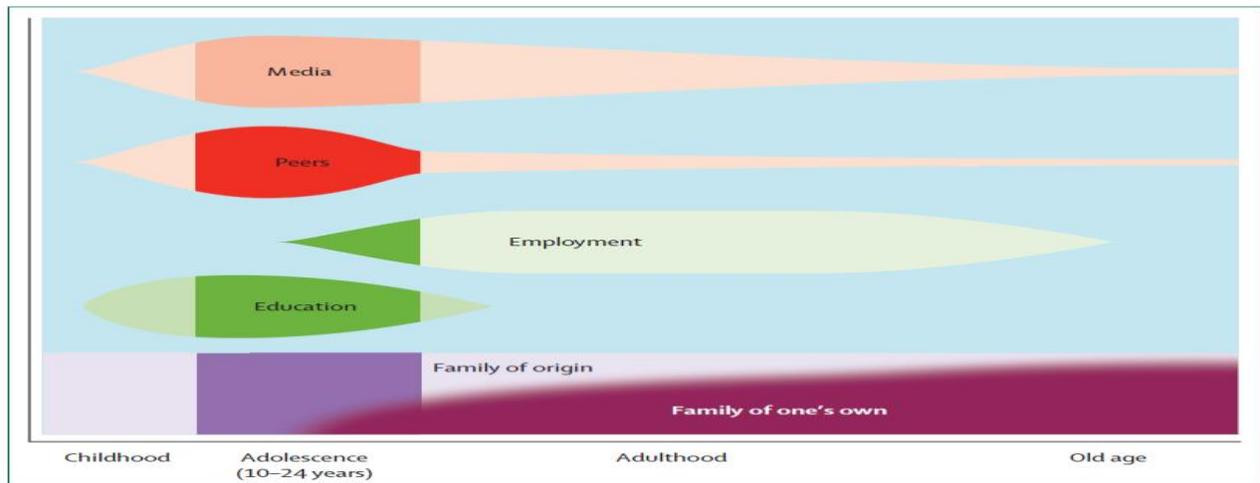
Antecedentes

El Día Internacional de la Familia se celebra el 15 de mayo de cada año. Las familias de todo el mundo se han transformado enormemente en las últimas décadas como resultado de las tendencias globales y los cambios demográficos. Esta diversidad hace que el reconocimiento de las Naciones Unidas como la unidad básica de la sociedad sea más importante que nunca. El Día Internacional de la Familia ofrece la oportunidad de enfatizar el papel importante de la familia en el logro del bienestar de todos sus miembros, y aumentar el conocimiento de los procesos sociales, económicos y demográficos que las afectan¹.

Como una de las unidades más fundamentales y vitales de la sociedad, la familia tiene grandes influencias sobre la salud y la situación social de las personas, las comunidades y las naciones. La familia desempeña un papel directo en la generación de salud, la promoción de opciones saludables y el fomento del cambio de comportamiento. Lo que sucede en el hogar, bueno o malo, resuena en el contexto más amplio de la salud pública. Asimismo, las decisiones políticas y los problemas que afectan a las comunidades afectan el entorno familiar y la salud de los miembros de la familia. Como se ilustra a continuación, la familia es un factor constante a lo largo de la vida, aunque con el tiempo el énfasis puede cambiar de la familia de origen a la propia familia.

¹ <https://www.un.org/en/events/familyday/>

Figura 1: La influencia cambiante de los determinantes sociales de la salud a lo largo del curso de vida



Fuente: Patton GC, Sawyer SM, Santelli JS, Ross DA, Afifi R, Allen NB, et al. *Nuestro futuro: una comisión de Lancet sobre salud y bienestar de los adolescentes*. Lanceta. Junio de 2016

Las familias desempeñan varios papeles críticos para la sociedad. Tienen efectos sostenidos en el desarrollo, aprendizaje y bienestar de sus miembros y este papel influyente se extiende a la comunidad y tiene lugar en familias con o sin hijos. Las familias cambian con el paso del tiempo a medida que cambia su contexto social y económico. También cambian a medida que nuevos miembros entran en la vida de una unidad familiar en particular, como en el caso de un embarazo y los múltiples cambios que vienen con la llegada de los niños. Los miembros de la familia interactúan e influyen entre sí, y estas interacciones cambian a medida que el niño crece y se desarrolla, y a medida que la composición de la familia cambia cuando otros miembros entran (ej. cuando un hermano llega o cuando un abuelo viene a vivir con la familia) o salen (como en el caso de un divorcio). Las relaciones familiares positivas, recíprocas, consistentes, basadas en el afecto, y que responden a las necesidades y las etapas del desarrollo de sus miembros promueven un adecuado desarrollo socio-emocional, un mejor desempeño escolar, mayor productividad laboral y comportamientos saludables, entre otros. Estos efectos en el corto y largo plazo, e incluso en las siguientes generaciones, son reconocidos en varios documentos como el Marco del Cuidado cariñoso y sensible para el desarrollo en la primera infancia de la OMS y UNICEF (2018) y la publicación de la comisión de la revista Lancet sobre salud y bienestar de los adolescentes (2016).

Las familias también influyen en los resultados de salud y socio-emocionales de las personas mayores. Cuidar a los miembros de mayor edad en las familias es una tarea esencial y socialmente importante. Al mismo tiempo, las personas mayores a menudo cumplen la

importante labor de cuidadores cuando cuidan a los nietos, continúan trabajando, o cuando actúan como defensores de sus necesidades o de sus comunidades.

Con esta comprensión holística de la influencia de la familia en la salud y el bienestar, la Agenda 2030 señala como el logro de muchos objetivos y metas de desarrollo sostenible se beneficiaría de políticas y programas familiares, explícitos e implícitos. La Organización Mundial de la Salud (OMS) cuenta con un departamento que trabaja por la salud de las Familias, Mujeres, Niños, Adolescentes y Personas mayores y atiende las necesidades sanitarias de las poblaciones vulnerables en todas las etapas de la vida. De forma similar, la OPS/OMS incluye a la familia en su departamento de salud de la Familia, Promoción de la Salud y Curso de Vida.

La familia en la época del COVID-19

La pandemia del COVID-19 es una emergencia mundial sin precedentes. La prevención de una mayor propagación de COVID-19 requiere de medidas de distanciamiento físico y en caso de sospecha de infección, auto-aislamiento voluntario o cuarentena obligatoria. La velocidad y magnitud de esta pandemia han llevado a las autoridades nacionales a adoptar medidas que alteran profundamente la vida cotidiana, como son los cierres de los lugares de trabajo y escuelas, y las limitaciones al movimiento y las reuniones de varias personas. La situación actual nos muestra que estas medidas durarán varias semanas o meses.

La unidad familiar debe ser el objetivo principal de los mensajes y esfuerzos de prevención y contención para evitar la transmisión en el hogar, teniendo en cuenta la proximidad de los miembros de la familia de diferentes grupos de edad y sus condiciones de vida. Con cierres de escuelas, universidades, lugares de trabajo y parques y espacios recreativos, las familias están pasando tiempos prolongados en el hogar, muchas veces en espacios hacinados y pequeños. Al mismo tiempo están sufriendo de altos niveles de estrés y ansiedad provocados por la incertidumbre, la magnitud de la epidemia y la pérdida de familiares y amigos, así como por las consecuencias socio-económicas y de pérdidas de las oportunidades de aprendizaje. Los niños y jóvenes también están siendo afectados y enfrentan dificultades para entender y expresar sus propias emociones. Las interacciones sociales son fundamentales para todos y son especialmente formativas y protectoras para los niños y jóvenes. Esta alteración de la vida cotidiana en tantas dimensiones ejerce presión sobre las relaciones y la dinámica familiar con potenciales consecuencias negativas en la salud de los miembros de la familia si no reciben el apoyo y los servicios apropiados.

Las autoridades nacionales y locales, así como las comunidades, tienen un papel fundamental para apoyar a las familias para hacer frente a la situación de COVID-19 y sus repercusiones. Todos jugamos un papel importante para fomentar la resiliencia familiar. La resiliencia familiar se ha definido como "la capacidad de la familia para resistir y recuperarse de

los desafíos disruptivos de la vida, fortalecida y más ingeniosa"². Al afirmar las fortalezas y el potencial de la familia en medio de la crisis, las familias pueden reforzar su sensación de control y capacidad de sobrellevarla. Walsh identificó tres procesos de resiliencia familiar: 1) sistemas de creencias, 2) patrones organizativos y 3) procesos de comunicación (Cuadro 1).

Cuadro 1: Procesos de resiliencia familiar

Proceso	Elementos
Sistemas de creencias	a) Hacer sentido a la adversidad; b) perspectivas positivas; c) Trascendencia y espiritualidad
Patrones organizativos	a) Flexibilidad; b) Conexión; c) Recursos sociales y económicos
Procesos de comunicación	a) Claridad de la comunicación; b) Expresión emocional abierta; c) resolución colaborativa de problemas

Fuente: Walsh F.; Reforzar la resiliencia familiar. 2ndnd ed. Nueva York; Guilford; 2006.

El confinamiento también tiene el potencial de exacerbar las relaciones familiares negativas y disfuncionales, sobre todo cuando estas ya existían previamente. La pandemia por el COVID-19 está causando un aumento de la violencia doméstica, el abuso sexual y el abuso infantil. Además de apoyar a las familias para prevenir la violencia, la respuesta local al COVID-19 debe incluir medidas para permitir que los sobrevivientes de la violencia intra-familiar obtengan el apoyo, la información y los servicios cuando lo necesiten.

La OPS tiene una historia de cooperación técnica con intervenciones para fortalecer a las familias y mejorar la salud y el bienestar de sus miembros a lo largo del curso de la vida. El objetivo principal de la conmemoración del Día Internacional de la Familia en 2020 es reforzar el importante papel de las familias en todo momento y en particular en el contexto de la pandemia COVID-19.

Objetivo de conmemoración de la OPS/OMS del Día Internacional de las Familias:

1. Reforzar el importante papel de las familias en la salud y el bienestar a lo largo del curso de la vida
2. Llamar la atención sobre el impacto de COVID-19 en las familias
3. Generar/contribuir a un diálogo regional sobre cómo las autoridades nacionales y las comunidades pueden ayudar a las familias a hacer frente de manera positiva a los desafíos planteados por la pandemia del COVID-19

Actividades

- Difusión de mensajes y materiales de comunicación

² Walsh F. El concepto de resiliencia familiar: crisis y desafío. *Proceso Fam* 1996; 35:261-81

- Dos seminarios virtuales el 15^{de} mayo, uno en inglés y otro en español
 - Durante los seminarios virtual, los participantes tendrán la oportunidad de compartir su experiencia sobre cómo están apoyando a las familias en el contexto de la pandemia;
Detalles del seminario virtual:
 - ✓ 15^{de} mayo, 10.00 – 11.30: webinar en inglés
 - ✓ 15^{de} mayo: 12.00 – 13.30: webinar en español
- Título: "Bienestar familiar y resiliencia en la época de COVID-19"

Materiales/recursos actualmente disponibles o en producción para apoyar las actividades de la OPS

- Documento de antecedentes sobre las familias y la salud en desarrollo en HL
- La historia de vídeo y fotos de Familias Fuertes
- Infografía en inglés y español sobre la salud de las familias y los adolescentes
- Materiales de la OPS y OMS: el Marco del Cuidado Cariñoso y sensible para el desarrollo en la primera infancia de la OMS y UNICEF (2018), información grafica sobre Crianza y COVID-19, salud mental y Covid19, la version adaptada para LAC del Cuidado para el Desarrollo Infantil, entre otros.
- Se recopilarán y difundirán todos los recursos pertinentes disponibles desarrollados antes de la pandemia y los creados para responder a la pandemia.