



SESIÓN 12

LA FAMILIA COMO CÉLULA DE PAZ







LA FAMILIA Y LA SALUD MENTAL PÚBLICA

Liliana Villarraga

La salud mental constituye una de las últimas fronteras que hay que franquear para mejorar la condición humana.

En busca del significado de la familia en la sociedad colombiana

En 1995 aparece un pequeño documento editado por la OPS titulado *Salud mental en el mundo: problemas y prioridades en poblaciones de bajos ingresos*, como resultado de la investigación realizada durante dos años, bajo la dirección del Dr. Arthur Kleinman con la participación de 12 psiquiatras de 19 países, entre ellos los colombianos Rodrigo Guerrero V. y Carlos León. Estos investigadores de la salud mental advierten al mundo en forma sistematizada la importancia de evaluar el sufrimiento impuesto por los problemas de la salud mental y el comportamiento en las sociedades de bajos ingresos de Asia, África, América Latina y el Oriente Medio. El informe basado en hallazgos específicos hace recomendaciones para la elaboración de políticas públicas y para el desarrollo de investigaciones sobre salud mental según cada contexto.





Este informe hace un llamado para la acción, sugiere recomendaciones, la más importante: “Que las Naciones Unidas declaren a la mayor brevedad el Año de la Salud Mental, y la OMS designe la década de la Salud Mental 1996-2006, y comenzar con la convocatoria de una Cumbre Internacional de la Salud Mental”. La finalidad de estas recomendaciones es llamar la atención del mundo sobre los problemas de salud que, aunque apremiantes, gozan actualmente de menor visibilidad. (Los enfermos mentales crónicos permanecen abandonados en tantos países, en medio de la inmundicia, víctimas de la brutalidad, sin tratamiento ni medidas de rehabilitación, en condiciones que traicionan la condición humana).

Es inaceptable, reporta el informe:

Que decenas de millones de pacientes con trastornos depresivos, una enfermedad altamente tratable, sufran el tormento de su dolencia, pierdan oportunidades, incurran en altos gastos y corran el riesgo de suicidarse porque el personal de salud no tiene la suficiente capacitación para tratarlos y asignarle prioridad al tratamiento.

Es inaceptable que las madres en numerosas naciones y culturas sean golpeadas cotidianamente por sus esposos alcohólicos, que roban el dinero de la familia al mismo tiempo que privan a sus cónyuges de su seguridad y dignidad. Que esas madres no tengan a dónde acudir en la comunidad. También es intolerable que niñas de siete y ocho años de edad sufran el horror de ser vendidas como esclavas sexuales en un sistema mundial de abuso sexual comercializado que fomenta la criminalidad y disemina el sida.

Recomiendan estos expertos en la salud mental la elaboración de políticas correspondientes para que los problemas sean percibidos por la comunidad internacional como lo que son en realidad: una gran amenaza para la estabilidad política y económica en el mundo.

Simplemente, estamos en el medio de una gran crisis, en buena parte inesperada, de la salud mental mundial. Tanto los países ricos como los pobres han tenido que elegir entre reducir el déficit o invertir recursos para enfrentar los problemas que afectan la salud mental; unos y otros han optado por la reducción del déficit.

En este escrito solo se mencionarán brevemente los hallazgos que estos investigadores muestran al mundo: a medida que la esperanza de vida ha ido aumentando en los países de bajos ingresos, estos se han urbanizado y “modernizado”, y progresivamente se ha marcado un descenso en el crecimiento económico.





Anuncian los expertos que para el 2025 tres cuartas partes de los ancianos con demencia, aproximadamente 80 millones, corresponden a los países de bajos ingresos.

Entre 5% y 10% de los habitantes de la Tierra están afectados por enfermedades relacionadas con el alcohol.

La venta de estupefacientes y drogas ilícitas es uno de los negocios más grandes del mundo. El abuso de drogas se da tanto en países pobres como ricos, y son fuente de morbilidad de magnitud creciente, contribuyendo a exacerbar la violencia y elevar las tasas de infecciones de transmisión sexual, hepatitis y sida. Y aumentan notablemente la comorbilidad médica y psiquiátrica.

Sobrepasan los 20 millones de personas refugiadas y desplazadas en el mundo; ambas categorías de personas presentan altas tasas de depresión, trastorno de ansiedad, trastorno de estrés postraumático y otras formas de trastorno mental.

El suicidio se encuentra entre las diez principales causas de muerte en las sociedades que proveen información al respecto. En las poblaciones jóvenes se encuentra entre las dos o tres principales causas de muerte. El suicidio es un fenómeno en constante crecimiento, en especial entre los jóvenes y en ambientes donde predomina la violencia política, el homicidio y las dependencias al alcohol y las sustancias psicoactivas.

El tabaquismo es otra causa importante de *años de vida perdidos ajustados por discapacidad*, AVPAD, debido a su papel en las enfermedades respiratorias y del corazón, el cáncer y accidentes cerebro-vasculares. Lo expuesto, dicen los investigadores, significa que más de un tercio de la carga mundial de enfermedad puede ser fácilmente prevenida por cambios en el comportamiento relacionados con el saneamiento ambiental, la alimentación, las inmunizaciones, la prevención de las infecciones transmitidas sexualmente, la reducción de la violencia y la prevención de accidentes viales.

El hambre, diversas clases de privaciones, la depresión y la violencia afectan de manera desproporcionada a las mujeres. Dentro de las familias, las mujeres sufren con más intensidad los efectos negativos de la reestructuración económica. El aborto provocado, el infanticidio femenino, el abuso, el trato diferencial, la





mortalidad materna son todos factores que influyen adversamente sobre la salud mental de las mujeres.

Añádase a lo anterior la violencia doméstica, las deficiencias nutricionales en la niñez debidas a alimentación insuficiente, hábitos inadecuados, pobreza y desplazamiento. Las deficiencias pueden causar déficits neurológicos, disfunción cerebral y trastornos del comportamiento.

Millones de niños y niñas son víctimas de desdicha y degradación al ser sometidos a abuso y explotación en sitios de trabajo, víctimas del comercio sexual, y muchos, por diferentes circunstancias, permanecen fuera del hogar (niños de la calle), donde se vuelven foco para la violencia.

La mayoría de los problemas mencionados, de manera individual pueden precipitar una crisis en la comunidad, y algunos pueden determinar una crisis nacional, pero todos están tan interrelacionados que desafían las soluciones individuales. Sus causas forman círculos viciosos de amplitud cada vez mayor en los que las enfermedades mentales y la patología social se autoperpetúan al tiempo que fomentan la pobreza.

Las oportunidades para realizar intervenciones en los campos de la salud mental y la salud social son mucho más numerosas que lo que los gobiernos y la gente cree, y pueden realizarse a costo relativamente bajo (nuevos enfoques de los servicios de salud mental, combatir la violencia, tratar a los dependientes de drogas, hacer más llevadera la vida de los ancianos, movilización y apoyo a las movilizaciones rurales, enseñanza de las habilidades sociales para la interacción social. Para un futuro próximo se requiere personal capacitado y profesionales de servicios sociales con conocimientos culturales, sociales y competencias específicas para reconocer la diversidad cultural, étnica, de género, capacidades administrativas y liderazgo. Estos profesionales tratarán de mitigar las inequidades económicas y estructurales y promoverán el cumplimiento de los derechos humanos.

En Colombia, al mundo académico no solo le corresponde analizar la problemática que nos afecta a todos. Sus estudios e investigaciones interdisciplinarias deben aportar finos análisis para lograr comprender la historia, las relaciones interinstitucionales, las relaciones internacionales y las dinámicas sociopolíticas y económicas (incluidos los medios de comunicación) que han influido e influyen en el contexto colombiano total. Como sistema, todas las decisiones influyen a





través de cada miembro de la familia y en el funcionamiento de estas; a su vez, las familias como sistema aportan con cada persona, en formación, lo mejor de sí mismas, para incluirse en los diversos ambientes; de esta manera las familias aportan sus experiencias y se espera que ejerzan su ciudadanía, con el pleno derecho de transformar al país.

Derechos de las familias colombianas

Las familias colombianas tienen derecho a: una vivienda digna, buena nutrición, empleo, seguridad, bienestar, crianza respetuosa, salud, protección de los hijos, educación, participación justa en programas sociales. Infortunadamente, estos derechos no son claramente acogidos por los gobiernos de turno, lo cual convierte a las familias no precisamente en *constructores de paz*, sino, por el contrario, en chivos expiatorios de planes y programas inequitativos; poco a poco van convirtiéndose en caldo de cultivo para la composición y crecimiento de diversas violencias, que son círculos repetitivos, generadores de desconfianza, inseguridad, desempleo, alcoholismo, dependencias, maltrato, hambre y surgimiento de enfermedades físicas, psíquicas y sociales.

Las diversas vivencias de inseguridad y desconfianza creciente inducen al rompimiento de vínculos entre las familias, entre los vecinos, y en los ciudadanos en general surgen los sentimientos de incapacidad, impotencia, inferioridad, timidez extrema, individualismo, fobia social, soledad, desesperanza, ideación suicida y suicidio de niños, adolescentes y adultos.

La instancia responsable de la familia en Colombia debe corresponder al Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, ICBF, con presupuesto justo, personal preparado para asegurar conocimiento y asesoría pertinente, continua y efectiva a las familias que soliciten su concurso, frente a diferentes clases de uniones, que surgen, gracias a los vínculos y encuentros, los gustos y las decisiones para sentir y vivir el amor.

Respecto al amor y el inicio de la familia que comienza, Arnaldo Rascovsky, médico, psicoanalista y pediatra, manifiesta:

La gestación llegó por la unión de la pareja. Pudieron quererse mucho o poco, un instante o toda una vida, profunda o superficialmente, pero hubo por lo menos un momento de amor que fructificó. Y ahí comienza el hilván de la trama: ¿Cuánto se amaron? ¿Cuánto duró el afán amoroso? ¿Cómo se proyectó sobre el fruto que representó la





unión de ambos? Porque el hijo es la consagración de la unión de los progenitores que intenta proseguirse en el tiempo y en el espacio, y sus propias vicisitudes serán las vicisitudes de la vida de sus padres¹.

Y así sea por escasos minutos, surgen los momentos de procreación, los hijos, y cuando queremos y sentimos el derecho de acunarlos, protegerlos y asistirlos en su desarrollo decimos que tenemos capacidad parental o, en su defecto, necesitamos apoyo y ayuda para ejercer nuestra parentalidad.

Al ICBF, gracias a la calidad de preparación con capacidad terapéutica de sus profesionales, debe corresponderle la tarea tan importante y decisiva de apoyar a las familias para el desarrollo digno e inteligente de sus sentimientos, para la parentalidad, como: habilidades para acunar, apoyar, proteger y estimular el desarrollo de los hijos o, en su defecto, observar, apoyar y asesorar con continuidad a las familias con dificultades para la parentalidad, para su autoprotección y desarrollo o acogimiento por parte de miembros de la familia que puedan remplazar a los padres en su función. Esta institución, por su misión orientadora, es fundamental en la promoción y protección de las familias y los niños en la sociedad colombiana y debe ser alimentada con investigación y prácticas universitarias.

Tipologías familiares

La tipología familiar surge espontáneamente de un contexto sociocultural. Las tipologías familiares tradicionales se basaban en el vínculo consanguíneo familiar, por eso se nombraban como: pareja, familia nuclear, extensa, ampliada, mono-parental. Al lado de estas vienen apareciendo otros tipos de familias: simples, mixtas y complejas, entre ellas: familias adoptivas, homosexuales, elegidas, unipersonales, de unidad doméstica, de procreación *in vitro*, alquiler de vientres, entre otras. Y debidas especialmente a los diversos cambios socioculturales como violencia, migración, desplazamiento y surgimiento de grupos especiales, grupos por reivindicación o por avances en biotecnología².

Según Builes y Bedoya, hoy en Colombia no podemos hablar de una familia, sino de las familias como “grupos de personas que pueden o no convivir en el

1 Arnaldo Rascovsky, *Conocimiento del hijo*. Buenos Aires: Ediciones Orion, 1980, p. 8.

2 M. Builes y M. Bedoya, Familia contemporánea: relatos de resiliencia y salud mental. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37(3), 2008.





mismo lugar, conectadas fundamentalmente por lazos afectivos de cuidado y protección, mediados por el lenguaje, además de lazos consanguíneos o legales”.

Tenemos diversidad de tipología familiar: reportan dos clases de estructura en la familia contemporánea: la interna y la externa, y clarifican que *la tipología familiar corresponde a la estructura externa* y “está determinada por los sujetos que conforman la familia en función de sus lazos de filiación, parentesco, afinidad y afecto”, y asocian el *funcionamiento familiar a la estructura interna*, representada por las relaciones internas que ocurren en cada familia, manejo por el poder, las reglas y roles o papeles, jerarquías y límites dentro de un sistema³. Los autores en mención citan a B. Molina y A. Hernández, quienes describen a la familia como “un sistema relacional con características propias y como un subsistema social en permanente relación coevolutiva con otros sistemas sociales: comunidad, país, economía, medios de producción y comunicación, políticas estatales y mundiales”.

Según los diversos aspectos socioculturales, políticos y económicos que influyen en las familias colombianas, también estas se encuentran como sistema dentro de unos sistemas que las rodean, promocionan y recompensan, o las bloquean, limitan, desplazan y destruyen física, psicológica y relacionalmente.

La anomia

Es un término tomado de la sociología y abordado por investigadores sociales, que reportan a las sociedades latinoamericanas como anómicas y a Colombia como caso extremo. Su significado lo plantea Parales-Quenza, que además retoma al sociólogo Emile Durkheim, quien define el concepto como “fenómeno histórico y culturalmente específico, particular; es decir, que sus expresiones son particulares a contextos y reflejan tensiones entre individuo y sociedad marcadas por la simultaneidad de dependencia-autonomía, deseos y limitaciones, libertad y seguridad”⁴.

Parales-Quenza plantea que no puede desconocerse que este concepto cuenta con múltiples definiciones y enfoques, y propone conceptualizar *anomia* como

3 Ibid.

4 Carlos Parales-Quenza, Anomia social y salud mental. *Revista Colombiana de Salud Pública*, 10(4), pp. 658-666, septiembre-octubre, 2008.





“un hecho social total, con estructura propia y sus efectos ocupan todos los ámbitos de la existencia”; por esta razón implica a la salud mental pública en general y, en particular a las familias independientemente de cual sea su estructura y organización.

La persona saludable mentalmente

La teoría evolucionista de Sigmund Freud contempla dos aspectos principales: “La evolución de la libido y la evolución de las relaciones del hombre con los demás”, de modo que la persona sana mentalmente “es aquella que ha llegado al nivel genital y que se ha convertido en su propio amo, independiente del padre y de la madre, confía en su propia razón y en su propia fuerza”; es decir, vive una existencia en la cual tiene la capacidad para trabajar, producir, crear cosas y capacidad para amar sin sufrir regresiones⁵.

La OMS/OPS define la *salud mental* como un estado de bienestar en el que el individuo desarrolla sus capacidades, afronta las tensiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de contribuir a su comunidad.

A partir de la afirmación freudiana, sencilla y ejemplar, en la salud mental está implicado el amor a sí mismo, al otro y a los otros, se contempla la solidaridad, la autenticidad, la confianza y la seguridad, la flexibilidad relacional, el sentido de pertenencia y filiación, la capacidad para establecer vínculos estables y duraderos, el juego entre la subjetividad y la intersubjetividad, la cual inicia con los primeros vínculos en el contexto de las familias, continúa con los vínculos familiares, traspasan los espacios sociales y culturales y se trasladan a los diferentes encuentros socioculturales de pertenencia, transformados en solidaridad, vinculación, compromiso, cumplimiento de reglas, normas y actos de afecto, solidaridad, respeto y justicia.

Los diferentes cambios sociales y culturales presionan a las familias a rápidas evoluciones, adaptaciones, renunciaciones, sufrimientos o autodeterminaciones. Builes y Bedoya proponen para la funcionalidad de las familias la “elaboración de configuraciones familiares en términos narrativos”⁶ y proponen a las familias

5 Erich Fromm, *Más allá de las cadenas de la ilusión. Mi encuentro con Marx y Freud*. México: Herrero Hermanos, 1968, pp. 60-61.

6 Builes y Bedoya, óp. cit.





contemporáneas como promotoras de salud mental como destino de las familias resilientes. Sin embargo, Parales-Quenza nos recuerda los diferentes sentidos que tiene la anomia social: 1) los cambios en la solidaridad social ligados a transiciones y transformaciones culturales, socioeconómicas y políticas; 2) la erosión y el rompimiento de los vínculos entre individuo y sociedad; 3) la disfuncionalidad de los sistemas normativos en los que las reglas y las normas no cumplen adecuadamente la función de orientar el comportamiento de los individuos; 4) los desfases entre medios y fines, y 5) las consecuencias psicológicas de la desintegración y transformaciones sociales.

Dice Parales-Quenza:

Para Durkheim, la anomia es un problema moral relacionado con el deterioro o rompimiento de lazos sociales y el decaimiento de la solidaridad. Si la función moral de la división del trabajo es la creación de la solidaridad social, las fallas y bloqueos en el curso natural de la creación de solidaridad, mediante exclusión de grupos, desorganización social y acaparamiento de oportunidades ocasionan el rompimiento de vínculos entre individuos y afectan la perspectiva de unidad social. En esas condiciones, la especialización no sigue el curso de la realización personal en medio de la dependencia de otros, sino que, forzada, se presta al beneficio de segmentos de la sociedad, intereses particulares de grupo. Cuando se genera desigualdad, la estructura social se altera y las posibilidades de identificación se ven amenazadas ante la ausencia de un proyecto común⁷.

El reconocimiento del actual contexto colombiano es importante para sentir en forma consciente el piso que tenemos y asumir responsabilidad individual, familiar, grupal, y formar o fortalecer lazos afectivos inteligentes de unión social, que despierten la solidaridad existente en cada uno de nosotros y ahora, enriquecidos por el conocimiento y sensibilidad hacia nosotros mismos y hacia otros, no permitir rompimientos ni desfallecer ante el camino de construcción y estrategia que esta cátedra nos ha iluminado.

⁷ Parales-Quenza, óp. cit.





Factores protectores que cada colombiano en el ejercicio de su ciudadanía puede inducir en sí mismo, en las familias y en la sociedad colombiana

Además de reconocer que cada uno de nosotros es parte del contexto colombiano, también cada uno desde sí mismo debe encontrar sus propios valores. Debemos reconocer nuestra bondad cuando nos hacemos responsables de nosotros mismos, y nos prometemos evitar el daño a otros y a nuestros propios espacios. Reconocer al otro y a los otros como iguales. Evitamos la burla, el ridículo y la crítica hacia nuestros amigos y cercanos. Reconocemos que somos parte de nuestro medio ambiente, evitamos dañarlo y recomendamos a otros que construir es más enriquecedor. Establecer lazos solidarios fuertes con los cercanos y procurar que se extiendan hacia otros.

Reconocer que el silencio, el aislamiento y la soledad son elementos importantes para nuestra reflexión y análisis; pero cuando son demasiado prolongados o no resistimos la interacción con otros, merecemos buscar apoyo y ayuda, procurar incluir al otro si no al estudio, por lo menos en el saludo. El desconocimiento es muy doloroso, evitemos dolor en el otro.

Al hablar con el otro cuando nos sentimos incómodos o incómodas, seguramente encontraremos que existe un malentendido o una percepción equivocada. Reconocer que cada persona tiene su propia historia, y que por eso sus experiencias le permiten tener puntos de vista distintos (los gritos, reclamos sobre el comportamiento del otro, lanzar las cosas cuando se está ofuscado son emocionalidades que dañan nuestra capacidad relacional).

Evitar someternos a riesgos que nos hagan vulnerables (alimentos costosos y poco nutritivos, alcohol, tabaco, psicoactivos, prácticas sexuales sin acuerdos ni protección, vivencias que se sienta que no son convenientes, ni para sí mismo ni para otros). Nuestra vida es única y debemos aplicar nuestra inteligencia para vivirla bien, buscar nuestra cualificación y sentido o significado de nuestras experiencias, por beneficio propio y para ser de calidad cuando aportamos a la sociedad colombiana y al mundo.

Debemos sentir que somos pertenecientes a una familia. Reconocer que somos parte de una co-evolución y nuestra familia también. Que nuestra familia está afectada por otros sistemas, como ya se ha mencionado. Los padres son seres





humanos y como humanos pueden equivocarse; es importante invitarlos a clarificar, entender y crecer, es parte de nuestra pertenencia familiar.

Colaborar con afecto y respeto con los más pequeños y ayudarlos a construir sentimientos de familiaridad basados en: bondad, seguridad y confianza, y a desarrollar capacidades resilientes para afrontar la vida cotidiana y sus dificultades. Las pérdidas, las enfermedades, la muerte, los accidentes, las separaciones, se afrontan cuando la familia hace y se escucha su propio relato a través de cada uno de sus miembros, incluyendo a todos, por pequeños o viejos que sean; todo esto fortalece sus vínculos, su sentido de pertenencia y permite superar más sanamente sus dificultades.

Favorecer el desarrollo de la empatía, la creatividad y el arte

En especial en los niños y niñas pequeños y adolescentes, entender y anticiparse a sus comportamientos y emociones es empatía (arte especial que tiene importante significado en la experiencia del apego y la vinculación padre-hijo-hija y se constituye en factor primordial para la intersubjetividad para toda la vida), con el fin de superar el sufrimiento causado por las violencias, la alienación y la anomia (experiencias que los adultos con complicidad de los políticos y mercaderes de los medios de comunicación imponen a niños y jóvenes, acosándolos con “modelos de ser” o “parecer modernos”, que los induce a imitar comportamientos extraños y hostiles hacia otros, para luego ser usados como chivos expiatorios, o parte de grupos problemáticos para ocultar las contradicciones y las incoherencias del mundo de los adultos).

Estimular la expresión clara de los acuerdos y de los sentimientos fortalece la autoestima y la autodeterminación de cada uno de los miembros de la familia. Observar respeto y escucha amable ante la expresión de los sentimientos, son la manifestación más exquisita del ser humano. Los sentimientos son subjetivos, pueden no tener lógica, y gracias a la escucha amable y acogedora, el sufrimiento puede disminuir y sanar. Al respecto, dicen Builes y Bedoya:

Las dos dimensiones básicas de la resiliencia familiar son la narrativa y la intersubjetiva. Por ello si antes la labor de la familia se centraba en el disciplinamiento moral de sus integrantes, hoy se centra en su disciplinamiento afectivo, relacional y comunicativo. El proceso educativo consistirá en formar sujetos capaces de captar al otro y





metacomunicarse; sujetos con actitudes que les permitan construir relaciones familiares y sociales que los hagan más personas a ellos y a los otros⁸.

En síntesis, la pertenencia familiar, incluyendo a todos en la familia, convierte a la familia en promotora de la salud mental, formadora de vínculos intersubjetivos, fuerte en su unidad, y a todos sus miembros en hábiles protectores de la resistencia pacífica ante la desorganización social.

8 Builes y Bedoya, óp. cit.

