

Policlínico Docente "Edor de los Reyes Martínez Arias"

## **Componentes de la función afectiva familiar: una nueva visión de sus dimensiones e interrelaciones**

### **Components of the family affective function: a new vision of their dimensions and interrelations**

Lic. Angelina María Pi Osoria <sup>1</sup> y Dr.C. Alberto Cobián Mena <sup>2</sup>

#### **Resumen**

La función afectiva de la familia es muy importante, amplia y compleja, de modo que en una investigación no es posible referirse a todas sus dimensiones e interrelaciones; por tal razón, el presente estudio se destinó a delimitar las características de las emociones, inteligencia emocional, sentimientos y aspectos afectivos de la comunicación familiar, con vista a analizar dicha función, reflexionar acerca de su valor primordial y sentar las bases para realizar futuras acciones que permitan desarrollarla. Aquí se fundamenta el criterio de que el cumplimiento de la función afectiva familiar constituye una excelente forma de proteger la salud integral de la familia, teniendo en cuenta que esta última conforma un grupo maravilloso, imprescindible y universal.

Descriptores: FAMILIA; RELACIONES FAMILIARES; EMOCIONES; AFECTO

Límites: HUMANO

#### **Abstract**

The affective function of the family is very important, wide and complex, so in an investigation it is not possible to refer to all its dimensions and interrelations; for such a reason, the present study was dedicated to define the characteristics of the emotions, emotional intelligence, feelings and affective aspects of the family communication, with a view to analyze this function, to meditate about its primordial value and to state the bases to carry out future actions that allow to develop it. Here the approach that the affective familiar function constitutes an excellent form of protecting the integral health of the family is supported, keeping in mind that the last one conforms a wonderful, indispensable and universal group.

Subject heading: FAMILY; FAMILY RELATIONS; EMOTIONS; AFFECT

Limits: HUMAN

Las funciones familiares son muy importantes, porque están a favor de la familia y del sostén a la sociedad, de manera que se manifiestan simultáneamente. Son concebidas como aquellas actividades que de forma cotidiana realizan los miembros del grupo familiar, las relaciones sociales que se establecen en dichas actividades intrafamiliares y extrafamiliares y los efectos producidos por ambas.<sup>1</sup>

Se sabe que la función afectiva de la familia es amplia y compleja, de modo que en una investigación no pueden tratarse todas sus dimensiones e interrelaciones, razones por las cuales el presente trabajo está enmarcado en el estudio de las emociones, inteligencia emocional, sentimientos y aspectos afectivos de la comunicación familiar. Estos componentes deben manifestarse de manera

favorable, porque así influyen en la estabilidad, así como en la armonía individual y del mencionado grupo social (**figura 1**).

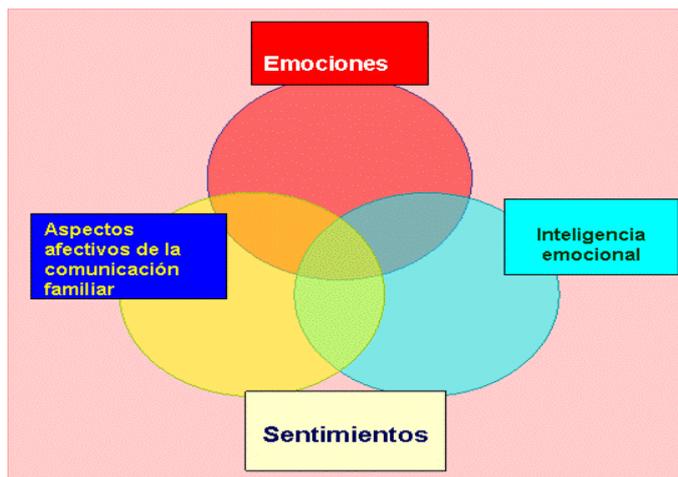


Figura 1. *Función afectiva de la familia*

En este artículo se analiza la función afectiva, se reflexiona acerca de su valor primordial y se enfatiza en la relación entre dicha función y la vida saludable de los miembros, además de que se sientan las bases para realizar futuras acciones encaminadas a desarrollar la función afectiva familiar; se aportan elementos a los integrantes de las familias, que les permiten reflexionar, obtener mayores conocimientos y adaptarlos a su situación específica, a lo cual se suma, como valor agregado, que pueden ser útiles a otros profesionales en su actividad cotidiana, al proveerles de herramientas nuevas para su labor, pues se proporcionan referencias y análisis que ayudan a resolver problemas prácticos.

Aquí se concentran explicaciones dispersas sobre las dimensiones que integran dicha función, se propicia el surgimiento de nuevas ideas, recomendaciones e hipótesis para futuros estudios, así como también se contribuye a la definición de conceptos y variables o a la relación entre ellos, de forma tal que basándose en su contenido es posible crear nuevos instrumentos para recolectar o valorar información, o ambos procesos.

## Dimensiones e interrelaciones familiares

La familia se gesta durante el noviazgo, cuya esencia estriba en las relaciones afectivas de la pareja; por tanto, son las expresiones de afecto, en especial el amor, las que justifican que surja y se mantenga el grupo familiar, es decir, que exista.<sup>2</sup> Una expresión favorable, abierta, sinceramente fuerte de afecto, ennoblece a sus miembros, pone de manifiesto virtudes y valores, a la vez que coadyuva a una sana actividad vital de sus organismos.<sup>3</sup>

De hecho, la vida moderna origina tensiones que necesariamente se reflejan en el grupo familiar. La felicidad de sus miembros y el desarrollo de los hijos, como personas plenas, no podrá lograrse en un ambiente de irritabilidad, capricho y falta de afecto; sin embargo, cuando se evidencian de forma positiva los componentes de la función afectiva, la personalidad de sus integrantes recibe influencias saludables.

En el interior de la familia deben satisfacerse las necesidades afectivas de sus miembros y se impone lograr un progreso armónico e integral; la respuesta afectiva entre ellos recompensa básicamente la vida familiar, donde las manifestaciones afectivas agradables deben considerarse necesarias y útiles para el normal desarrollo de su estructura.<sup>4</sup>

## Características de los componentes de la función afectiva en la familia

### • Emociones

Las emociones (del latín *emoveo*, que significa emocio, conmuevo) son las vivencias que tiene el hombre de su propia actitud hacia la realidad y del estado subjetivo que surge en el proceso de interacción con el medio circundante, en la satisfacción de sus necesidades. Constituyen una combinación compleja de aspectos fisiológicos, psicológicos y sociales en una misma situación polifacética, como respuesta orgánica a la consecución de un objetivo, necesidad o motivación.<sup>5</sup>

Los procesos corticales que ilustran muchas emociones del ser humano fueron descubiertos por Pavlov, para quien el segundo sistema de señales (la palabra) tenía gran trascendencia en estos.

En otro orden, las emociones se consideran como estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica. Son reflejadas a veces como un torbellino de comportamientos originados por causas externas e internas, que en otras ocasiones pueden persistir, incluso, una vez desaparecido el estímulo, el cual deviene un acompañante necesario, en mayor o menor grado, de toda conducta motivada.

Durante mucho tiempo se ha prestado mayor atención a la parte más racional del ser humano; sin embargo, las emociones son de gran utilidad en las vidas de las personas y es preciso que todos los miembros de la familia le confieran el valor que realmente tienen, por cuanto permiten la adaptación corporal al estrés y a la disfunción, a la par que sirven como comunicadoras sociales e informadoras del sistema cognitivo sobre el estado del sistema motivacional en sí.

La intensidad emocional varía de un individuo a otro: en un extremo se encuentran las personas que experimentan una intensa alegría y en otro las que parecen carecer de sentimientos, hasta en las circunstancias más difíciles, de modo que mientras más intensa sea una emoción, en mayor grado motivará la conducta. Las emociones también difieren según la intensidad dentro de cada categoría y este hecho aumenta el rango de las que pueden ser experimentadas.<sup>6</sup>

Se han propuesto 8 categorías básicas que generan varias clases de conductas adoptivas: temor, sorpresa, tristeza, alegría, disgusto, aceptación, ira y esperanza. Según Varela,<sup>7</sup> pueden asociarse para producir un grado de experiencias aún más amplio, donde esperanza y alegría combinadas se convierten en optimismo y aceptación, que llevan a sentir cariño. El desengaño es una mezcla de sorpresa y tristeza.

Diversos autores han formulado sus teorías acerca de los procesos emocionales: Worchel et al.<sup>8</sup> se refieren a los aspectos planteados sobre el particular por James y Lange: "Los estímulos provocan cambios fisiológicos en el cuerpo y las emociones son resultado de estos"; y también a los sustentados Cannon y Board: "Las emociones y sus respuestas corporales ocurren simultáneamente". Según ellos, Schacter y Singer introdujeron las cogniciones como los componentes más importantes en la clasificación de las emociones y explicaron que cuando las personas son excitadas psicológicamente, esa alteración se refleja como una sugestión medioambiental, que determina la naturaleza de sus impresiones.

Existen referencias acerca de que la forma de interpretar una situación experimentada influye en las emociones, lo cual significa que la valoración se adelanta a esta y es consecuencia de cómo comprendemos nuestras respuestas, de cómo podemos ser persuadidos. Por otro lado, las percepciones, juicios y memoria se relacionan con los procesos emocionales, en tanto y acorde con la proposición somática, el sistema nervioso controla muchos de nuestros músculos y envía mensajes al cerebro cuando estos responden a un suceso dado.

Las teorías mencionadas difieren, lo cual indica la verdadera complejidad de los procesos emocionales; pero a la vez reflejan similitudes, pues muestran que los sucesos no conducen automáticamente a emociones específicas y que un solo factor no es responsable de su aparición, sino que constituyen una combinación de excitaciones, expresiones faciales, conductas, condiciones medioambientales e interpretaciones cognitivas; es decir, los procesos emocionales pueden ser considerados como una combinación mente-cuerpo.

Se conoce que las emociones poseen un carácter regulador y de señalización, razón por la cual hay quienes concuerdan en que es difícil clasificarlas por ser difíciles y variadas; no obstante, una de

esas clasificaciones las divide en estéticas y astéticas: las primeras elevan la actividad vital del organismo y las segundas reprimen todos los procesos vitales que tienen lugar en este.

La base fisiológica de las emociones es verdaderamente compleja. Como todo proceso psíquico, tienen una naturaleza refleja y surgen bajo la acción de los estímulos externos e internos, además de ser regulados por el sistema nervioso autónomo, que acelera y desacelera los órganos a través del simpático y parasimpático. También se estima que durante las emociones, los procesos nerviosos de excitación e inhibición se difunden a los centros vegetativos y provocan distintos cambios en la actividad vital del organismo; por tanto, se impone acentuar la importante labor del sistema nervioso autónomo, al servir de enlace entre cada uno de los sistemas y órganos corporales con el cerebro.<sup>9</sup>

En esencia, las emociones asientan en el sistema límbico, que se ubica bajo los hemisferios cerebrales, por lo que desde el punto de vista evolutivo es anterior al desarrollo de la corteza (donde radica el aprendizaje cognitivo). Deviene un sistema que gestiona respuestas fisiológicas a estas y se asocia con la conducta, pero no posee control sobre sí mismo, por lo cual resulta común que la parte emocional del cerebro responda con más rapidez y fuerza ante una situación estresante, de modo que necesita de una especie de "administrador" que le diga cómo y cuándo actuar, algo que frene y dé sentido a un momento emocional antes de que se proyecte en forma impulsiva: este es el lóbulo frontal.<sup>10</sup>

Los mecanismos subcorticales de las emociones explican el surgimiento del reflejo incondicionado de las reacciones emocionales, las cuales se relacionan con las funciones del tálamo e hipotálamo, que a su vez están incluidos en el sistema límbico. Dicho sistema contiene igualmente parte de la formación reticular, amígdala, tronco cerebral y corteza cerebral. La retroalimentación, a partir del cuerpo, se interpreta en el cerebro y allí activa respuestas involuntarias, en tanto las reacciones fisiológicas pueden ser inhibidas por la corteza cerebral. Algunas personas entrenadas logran dominar estas reacciones y llegan a conseguir un autocontrol casi perfecto.<sup>11</sup>

Un aspecto interrelacionado con las alteraciones emocionales es el estrés, concebido como la demanda que sufre el organismo en respuesta a una amenaza real. El físico canadiense Selye lo identificó como síndrome general de adaptación y subdividió, según términos ingleses, en *eustress* (cierta cantidad favorable) y *distress* (dosis excesiva perjudicial).<sup>12</sup>

Existen sistemas neuroreguladores relacionados con las emociones y el estrés, tales como: simpatoadrenomedular, hipofisoadrenocortical e hipofisotiroideo. Son muchas las reacciones somáticas que presenta el organismo, entre ellas: déficit inmunológico, alteraciones en la circulación, secreciones glandulares y cambios respiratorios, de manera que los diferentes sistemas (inmunológico, cardiovascular, gastrointestinal, musculoesquelético y nervioso) se interconectan con la esfera emocional.<sup>13</sup>

Diversos investigadores consideran que a través del estrés, el individuo responde a los eventos medioambientales y psicológicos percibidos como amenazadores o desafiantes. Lazarus,<sup>15</sup> principal exponente del enfoque transaccional, lo define como una relación particular entre el individuo y el entorno, que es evaluada como amenazante o desbordante de sus recursos y pone en peligro su bienestar.

Se ha propuesto la siguiente clasificación<sup>15</sup> del estrés:

- Psicológico: Es el producido por estímulos emocionales o perceptuales, por pérdida de afecto o seguridad y por situaciones amenazantes desde el punto de vista físico o moral.
- Social: Incluye restricciones culturales y cambios de valores.
- Fisiológico: Se origina por agresiones físicas, químicas, bacteriales y virales.
- Económico

Los sucesos estresores dan lugar al estrés. En un proceso de ajuste por parte del organismo se distinguen 3 fases: alarma, adaptación y agotamiento.

Se ha descubierto que el sistema inmunológico, al igual que el cerebro, puede aprender y esto ha conducido a investigaciones reveladoras de una infinidad de modos a través de los cuales se comunican el sistema nervioso central y el inmunológico: sendas biológicas que hacen que la mente, las emociones y el cuerpo no estén separados, sino íntimamente interrelacionados; enlace que ha incrementado la importancia clínica de las emociones.

El referido descubrimiento ha obligado a dar una nueva mirada a los vínculos existentes entre ambos sistemas. De acuerdo con las observaciones clínicas y de laboratorio actuales, hay experiencias que despiertan una emoción muy fuerte, ya sea porque ocurren de forma súbita o

inesperada o porque acontecen de manera variable o prolongada y tienen el potencial suficiente para establecer patrones que desorganizan el funcionamiento orgánico.

Las emociones ejercen un efecto poderoso sobre el sistema nervioso autónomo, que lo regula todo: desde la insulina que es segregada hasta los niveles de presión sanguínea. Además, deviene una característica de los procesos emocionales, que los estados internos subjetivos se expresen mediante determinados gestos, mímicas, movimientos, reacciones derivadas de los cambios en la actividad del sistema vascular, la respiración y las glándulas de secreción interna y externa.

Otra vía que relaciona las emociones con el sistema inmunológico es la influencia de las hormonas que se liberan durante el aumento del estrés: las catecolaminas (epinefrina y norepinefrina, adrenalina y noradrenalina), el cortisol, la prolactina, los opiáceos naturales, la betaendorfina y la encefalina, cada una de las cuales ejerce un poderoso impacto en el sistema inmunitario; y aunque las relaciones son complejas, la principal repercusión es que mientras estas hormonas se incrementan en todo el organismo, la función de las células inmunológicas se ve obstaculizada.<sup>16</sup>

Hay ciertos factores que acrecientan el grado de estrés:

- Externos o procedentes de una situación, entre los cuales figuran los cambios, la imposibilidad de predecir, la falta de control y los conflictos.
- Internos, como la autoestima: confianza en sí mismo(a) e impedimento para la comunicación.

Martín Alfonso<sup>17</sup> expresa en su artículo que el accionar del estrés es el más estudiado entre los factores psicológicos considerados de riesgo para la aparición de enfermedades y que para acercarse a su explicación se han elaborado varios modelos, resumidos en 3 enfoques:

- Primero: Respuesta a estímulos agresores del medioambiente (función de los eventos vitales).
- Segundo: Respuesta psicobiológica del organismo, que ha posibilitado establecer vínculos entre los acontecimientos importantes y determinadas respuestas psiconeuroendocrinas e inmunológicas.
- Tercero: Los modelos transaccionales del estrés, que lo conciben como un modo particular de interacción entre el individuo y su entorno, confieren una función protagónica a los afrontamientos y emociones como estados psicológicos en los que él se fija.

Todo lo anteriormente expuesto permite afirmar que los procesos emocionales perturbadores, constituyen un factor de riesgo dañino y una importante amenaza para la salud.

Los miembros del grupo familiar, al experimentar uno u otro tipo de estrés, pueden manifestar ansiedad crónica, prolongados períodos de tristeza, pesimismo, tensión continua u hostilidad incesante y presentan el doble riesgo de contraer una enfermedad.

Para minimizar los efectos del estrés en la familia, debe tenerse en cuenta la resiliencia familiar, pues el mencionado grupo social posee determinadas características o condiciones que constituyen su fortaleza y protegen la salud.

Entre los recursos familiares defensivos pueden citarse: la existencia de un orden familiar, de límites claros, igualmente razonables; el afecto y el apoyo emocional. Existen 3 categorías de respuestas como afrontamiento al estrés: cognitivas, informacionales y conductuales o comportamentales.

Las relaciones familiares deben conformar un sistema de apoyo y propiciar, a los miembros de este grupo, control y dominio ante situaciones difíciles, guiar y ayudar a identificar mecanismos antiestrés. Un clima de intimidad y cercanía entre los integrantes de la familia constituye una forma adecuada para enfrentar las situaciones estresantes, lo cual favorece el desarrollo emocional de todos.

#### • **Inteligencia emocional**

Esta expresión la utilizaron por primera vez los psicólogos estadounidenses Peter Salovey (Universidad de Harvard) y John Mayer (Universidad de New Hampshire).<sup>18</sup> Posteriormente, el periodista y escritor Daniel Goleman<sup>19</sup> logró difundir dicho término por todo el planeta, a través del libro Inteligencia emocional, un sinnúmero de artículos y textos televisivos que siguieron a su publicación, en donde se refiere que las habilidades emocionales son a veces más importantes para el futuro, que aquel coeficiente denominado intelectual.<sup>20</sup>

La edición de otra obra titulada Desarrollo emocional e inteligencia emocional posibilitó clasificar el referido componente de la función afectiva en 4 áreas: percibir emoción, integrarla en el pensamiento, entenderla y tratar con ella. Se consideran como capacidades cruciales, aquellas que agrupadas

integran su esencia: empatía, sinceridad, facultad para resolver problemas, persistencia, amabilidad, respeto, sentido del humor; así como las que permiten reconocer los sentimientos y expresarlos.

Actualmente son muchos los estudiosos que han profundizado en estos aspectos, de los cuales existen 2 enfoques: uno científico y otro popular. Mayer<sup>18</sup> recomienda distinguir entre ambos.

Según algunos autores,<sup>21</sup> la inteligencia emocional es la capacidad de los miembros de la familia para sentir, entender, modificar estados anímicos propios y ajenos e incluso tratar de controlar y regular las emociones.

Lacoste<sup>22</sup> asevera que constituye una forma de interactuar con el mundo, que tiene muy en cuenta los sentimientos e incluye habilidades como el dominio de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía y la agilidad mental, entre otras. Estos configuran rasgos de carácter como autodisciplina, compasión o altruismo, indispensables para una buena y creativa adaptación social. Con vista a desarrollar la inteligencia emocional, Zuloaga<sup>23</sup> propone conocerse mejor, "manejar" preferiblemente la propia motivación, saber ponerse en el lugar de los demás y desarrollar relaciones sociales. También utiliza destrezas, incluidas algunas que se relacionan con las anteriores, y establece una subdivisión en 2 áreas: la inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal (figuras 2 y 3).



Figura 2. *Inteligencia emocional intrapersonal*

A la inteligencia emocional intrapersonal corresponden las habilidades de autoconciencia emocional, conocimiento de sí mismo(a) o autoconocimiento, control emocional o autodomio, autorregulación, motivación, automotivación, intuición, toma de decisiones personales y capacidad para controlar el estrés. La interpersonal está integrada por la empatía y las habilidades sociales.

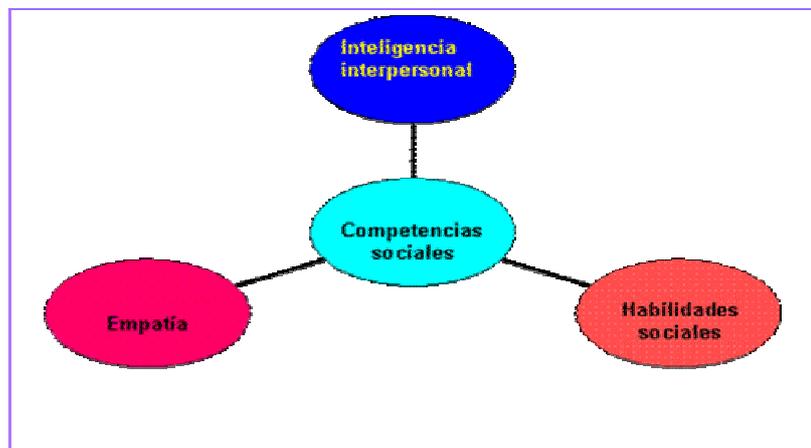


Figura 3. *Inteligencia emocional interpersonal*

En el presente estudio se propone la adaptación de las habilidades anteriores al desarrollo del grupo familiar, lo cual coincide con lo planteado por algunos autores al expresar que la inteligencia emocional es muy importante para lograr la felicidad y el éxito.

En el 2006, Guibert <sup>24</sup> se refirió a competencias emocionales y las subdividió en personales (conciencia de sí mismo(a), autorregulación, motivación) y sociales (empatía, habilidades sociales).

- **Sentimientos**

Son provocados por la interacción de los miembros de la familia con las condiciones de vida y actividad, ambientales naturales y sobre todo sociales.

Han sido caracterizados por su claridad y precisión, naturaleza concientizada y materialidad. Surgen relacionados con la satisfacción o insatisfacción de las necesidades sociales de las personas, es decir, con motivaciones sociales, y se van instalando lentamente a través de la interacción del hombre con su medio social. Son de prolongada duración y pueden incluso, una vez formados, perdurar a lo largo de la vida del sujeto; resultan menos intensos que las emociones, no se presentan acompañados de cambios somáticos ostensibles y predomina la actividad cortical. <sup>25</sup>

Además, en cuanto a la naturaleza social de los sentimientos humanos, puede afirmarse que sus manifestaciones se producen en distintas condiciones históricas de la existencia del hombre. Se reflejan en ellos las interrelaciones reales con el medio social donde viven y actúan, están siempre condicionados y no constituyen una fuerza motriz independiente, sino la unión de varias fundamentales para motivar la realización de determinados actos que suelen convertirse en motivos de la conducta.

Aquí se decidió analizar los sentimientos de amor y odio, pero la autora del presente estudio considera necesario proyectar investigaciones futuras donde se incluyan varios de estos.

El amor es un sentimiento humano que contempla, entre otros aspectos: respeto entre los miembros de la familia, deferencia (actitud de gran consideración entre todos), estima; deseo de compartir la dicha que siente cada miembro con los demás, de pasar momentos juntos en armonía; tolerancia, aceptarse como son, incondicionalidad, responsabilidad, solicitud, confianza, compromiso y necesidad de desarrollar actividades creativas y dinámicas juntos.

Hasta ahora, el amor había sido considerado como un sentimiento descrito por poetas y escritores, a pesar de que es un asunto común en la historia de los pueblos, la literatura y la vida cotidiana. Generalmente ha sido estudiado de modo superficial, pues 2 razones como mínimo han limitado su análisis:

1. Algunos autores opinan que este sentimiento no debe ser objeto de análisis científico, pues parece tener una cualidad misteriosa.
2. Otros estudiosos estiman que existe una tendencia oculta acerca de que analizar este sentimiento con cientificidad, puede hacer que dicha cualidad desaparezca.

Un tercer juicio se atribuye a la dificultad encontrada en la definición del amor; pues más de un estudioso que ha realizado esfuerzos en ese sentido, ha tropezado con incontables impedimentos; de hecho, son tantos los componentes de dicho sentimiento, que ha sido difícil elaborar una clara descripción a lo largo del tiempo.

El amor puede clasificarse en: romántico, maduro y altruista. El primero se conoce como estado de intensa excitación psicológica, basado en una fuerte necesidad de la otra persona; se desarrolla rápidamente, puede durar un tiempo relativamente corto y se acompaña de un alto nivel de fantasía, aunque también coexiste con celos, excitaciones sexuales y miedo al rechazo, según corresponda. Las personas enamoradas manifiestan que sienten intensificados los eventos de su vida, de modo que las relaciones amorosas ejercen un fuerte impacto sobre ellas, satisfaciendo o frustrando sus necesidades.

Ahora bien, el amor maduro avanza más lentamente e implica menos intensidad emocional, pues existe una mayor sensación de estar compartiendo con equivalencia entre las partes (dar y recibir). En él se establece una comunicación abierta y se desarrolla la confianza mutua. En la relación entre padres e hijos tiene lugar el amor altruista, puesto que los progenitores pueden dar todo sin esperar nada a cambio; sacrificar sus propios intereses por el bienestar, la felicidad, la prosperidad o la salud de los hijos, lo cual ha sido calificado como extraordinario, excelente y precioso.

El odio se refiere a la aversión y antipatía hacia una persona cuyo mal se desea, es decir, cuando se odia a una persona, se experimenta repugnancia y oposición hacia ella; actitud negativa y dañina para el grupo familiar.

Con el desarrollo de las particularidades personales, el enriquecimiento de la experiencia vital, la formación de una visión del mundo y el cambio de edad, varían los sentimientos. Estos se fijan de manera estable, convirtiéndose en un elemento dominante de la esfera afectiva y más tarde en un rasgo característico de la personalidad.<sup>26</sup>

### **Componente afectivo de la comunicación familiar**

La comunicación constituye una poderosa herramienta para la adopción de conductas saludables y de igual modo permite habilitar a las personas en la toma de decisiones acerca de su salud, la de su familia y las comunidades.<sup>27</sup>

Como han expresado diferentes autores, la comunicación contempla 3 componentes: afectivo, informativo y regulativo. El afectivo proporciona a los miembros del grupo familiar indicadores significativos de autovaloración, favorece la función de identificación e incluye toda una gama de emociones, sentimientos y vivencias en general, que aparecen y se desarrollan en el proceso interactivo entre los integrantes del mencionado grupo, aunque también implica la necesidad de estos de sentirse queridos y comprendidos, además de compartir sus impresiones.<sup>28</sup>

Si se desean establecer relaciones fuertes en el grupo familiar, es importante que las personas integradas a este se recompensen entre sí y sepan comunicar afecto mediante una conversación agradable y cordial, incluso en la discusión y la crítica; aceptar las muestras de afecto de los demás, respetar la intimidad de los otros, hasta su silencio, fundamentar la relación sobre la verdad y la sinceridad, así como rechazar el fingimiento y el engaño.

Durante las interacciones entre los miembros, las emociones desempeñan una función comunicativa esencial y le confieren expresividad al lenguaje humano; por medio de entonación vocal, gestos, pose y mímica, unos manifiestan sus actitudes hacia los otros, también hacia los acontecimientos o fenómenos, lo cual provoca las correspondientes reacciones de réplica en los demás; por tanto, durante la comunicación oral entre los miembros del grupo familiar pueden surgir procesos emocionales en respuesta a estímulos verbales. La diversidad, profundidad y expresividad de las emociones que se viven, enriquecen la experiencia vital de los integrantes del grupo mencionado y llenan de contenido las interrelaciones personales entre ellos y el resto de las personas en la sociedad.

Como expresa Zaldívar,<sup>29</sup> mediante la comunicación familiar se reflejan los patrones de interacción a través de los cuales los miembros intercambian mensajes de contenidos afectivos.

La adecuación o inadecuación de los modelos comunicativos familiares es primordial en la funcionalidad o disfuncionalidad de este grupo psicosocial y en última instancia muestra el grado o la medida en que sus miembros han aprendido a manifestar adecuadamente o no sus sentimientos en relación con los otros y de cuánto la familia ha avanzado en la elaboración de sus límites y espacios individuales.

Además, es posible comunicarse sin palabras, aunque el estilo de comunicación no verbal usado en algunas culturas puede ser mal entendido en otras, a pesar de que existe una gran cantidad de contenido que es universal.

Durante la comunicación no verbal se impone dar importancia al lenguaje facial, o sea, mediante lo reflejado en el rostro, porque varios investigadores han descubierto que diferentes partes de este participan en la comunicación de diversas emociones. Por ejemplo, los ojos son los más importantes en la comunicación de la tristeza, mientras la boca es la que mejor comunica la alegría y el disgusto. La frente emite signos de sorpresa, estas tres partes de la cara son necesarias para comunicar ira. Según las investigaciones, si se aprende el "lenguaje de la cara" puede determinarse qué sienten las personas; sin embargo, esta no es una tarea fácil, pues según se ha referido, existen en la cara alrededor de 7 000 combinaciones diferentes de movimientos musculares. Se ha tratado de explicar (mapear) de modo científico, cómo la cara comunica emociones primarias o básicas y se ha establecido que cada una de estas tiene un modelo facial, por lo cual se plantean grupos de emociones (**tabla**).

Tabla. *Componente afectivo de la comunicación*

<b>Emociones</b>	<b>Modelo facial</b>
1. Interés- excitación	Alrededor de los ojos y cejas hacia abajo con estas incluidas, huellas en los ojos, mirada atenta
2. Placer - alegría	Sonrisa, labios ensanchados hacia arriba y hacia afuera, sonriendo con los ojos, circular arrugada
3. Sorpresa- espanto	Alrededor de los ojos hacia arriba, pestañear, mirar con los ojos entreabiertos, parpadear
4. <i>Distress</i> - angustia	Llanto, cejas inquietas, arqueadas, boca hacia abajo, lágrimas, sollozos rítmicos
5. Miedo- terror	Ojos abiertos hasta el límite de lo tolerable, palidez, seriedad en la expresión del rostro, sudoración, temblores, estremecimiento, pelos de punta
6. Vergüenza-humillación	Ojos hacia abajo, cabeza completamente hacia abajo
7. Desprecio- disgusto	Mirar o hablar con desprecio, burlarse sonriéndose, aire de superioridad completa en los labios.
8. Ira- rabia	Mirar con ceño, fruncir el entrecejo, puño cerrado y mandíbulas contraídas, ojos apretados, cara enrojecida.

Es importante tener en cuenta el lenguaje corporal en el grupo familiar, pues no solo nuestra cara nos habla. En este sentido es usado el término kinesis (estadio del lenguaje corporal) y se argumenta que los movimientos del cuerpo tienen sentido. Así, la distancia física envía mensajes emocionales, las personas perciben o sienten que dominan el espacio que los rodea y experimentan incomodidad si alguien lo invade; no obstante, permiten a los miembros de la familia llegar unos a otros e introducirse en sus dominios cuando existen buenas relaciones.

En las expresiones del lenguaje facial o corporal es importante el aprendizaje y la práctica, aunque muchas son innatas. Es preciso tener en cuenta algunas expresiones sobre la comunicación no verbal. El cuerpo indica la fuerza de las emociones y la expresión de la cara refleja la cualidad que poseen los mencionados procesos emocionales.

Por medio de la palabra se hace posible la concientización de las propias vivencias de los estados emocionales y el control de la manifestación de estas a través de conductas, es decir, que los procesos afectivos dan colorido y matiz a la vida psíquica de los humanos, porque expresan las relaciones de las personas con los que las rodean y consigo mismo.<sup>30, 31</sup>

Finalmente puede afirmarse que en toda familia se presenta una dinámica compleja que rige sus patrones de convivencia y funcionamiento. Si esta resulta adecuada y flexible, o sea, funcional, contribuirá a la armonía familiar y proporcionará a sus miembros la posibilidad de desarrollar sólidos sentimientos de identidad, seguridad y bienestar.<sup>32</sup>

## **Conclusiones**

La función afectiva de la familia tiene gran importancia y repercusión social, de manera que cuando sus componentes se reflejan de forma positiva en el grupo familiar, es posible ejercer una correcta autoridad sobre los hijos.

En esta investigación se fundamenta el criterio de que el cumplimiento de la función afectiva familiar constituye una excelente forma de proteger la salud familiar integral, de modo que ayuda a incursionar con profundidad en el interesante tema de la familia: grupo maravilloso, imprescindible y universal.

## Referencias bibliográficas

1. Álvarez Sintés R, Hernández Cabrera G, Báster Moro JC, García Núñez RD. Temas de medicina general integral. La Habana: ECIMED, 2001.
2. Arés P. Psicología de la familia. La Habana: Félix Varela, 2002.
3. ---. Cultura familiar y comunitaria. Curso de posgrado [monografía en CD-ROM]. Bayamo, 2004 [consulta: 10 enero 2007].
4. Louro Bernal I. La familia en la determinación de la salud. Rev Cubana Salud Pública 2003; 29(1).<[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S086434662003000100007&lng=es&nrm=iso&tng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086434662003000100007&lng=es&nrm=iso&tng=es)>[consulta: 15 diciembre 2007].
5. Rudik PA. Psicología. Moscú: Planeta, 1990.
6. Las emociones y la salud. <[http://www.isabelalama.com/Emociones%20 y %20 salud.htm](http://www.isabelalama.com/Emociones%20y%20salud.htm)> [consulta: 17 julio 2008].
7. Varela Guerrero GI. Las emociones [www.monografias.com/trabajos5/.../emoci.shtml](http://www.monografias.com/trabajos5/.../emoci.shtml) [consulta: 10 diciembre 2008].
8. Worchel ST, Shebilske W. Psychology. Principles and applications. New Jersey: Englewood Cliffs, 1996.
9. Inteligencia emocional.<<http://www.monografias.com/trabajos13/acerca/acerca.shtml>> [consulta: 7 agosto 2008].
10. Gayton A. Tratado de fisiología médica. 4 ed. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1990.
11. Las emociones.<<http://www.monografias.com/trabajos15/acerca,shtml>>[consulta:20 noviembre 2008].
12. Álvarez MA. Estrés: un enfoque psico-neuro-endocrino. La Habana: Editorial Científico Técnica, 1989.
13. Gayton AC. Fisiología médica. La Habana: Instituto Cubano del Libro, 1990.
14. Lazarus R, Folkman S. Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca, 1996.
15. Holmes T, Richard R. El estrés y sus efectos. <http://www.otras%/20cosas\EI%20estres%20y%20sus%20efectos3mht.>, 2005 [consulta: 18 octubre 2008].
16. Buendía J. Estrés y psicopatología. Madrid: Pirámide, 1993.
17. Martín L. Aplicaciones de la psicología en el proceso salud-enfermedad. Rev Cubana Salud Pública 2003; 29 (3): 275-81.
18. Mayer J. Emotional intelligence: ¿popular or scientific Psychology? [monografía en CD-ROM]. Universidad de Hampshire, 2003 [consulta: 17 agosto 2008].
19. Goleman D. La inteligencia emocional. México, DF: México SABCV, 1996.
20. Carlson NR, Burkist W. Psychology: the science of behavior. 5 ed. Boston: Allyn and Bacon, 2005: 340-1.
21. Ramos C. La otra cara de la inteligencia. [monografía en CD-ROM]. Universidad de Hampshire. 2006 [consulta: 17 agosto 2008].
22. Lacoste J. Siete claves para entender la inteligencia emocional [monografía en CD-ROM]. Universidad de Hampshire, 2003 [consulta: 8 agosto 2008].
23. Zuloaga J. Desarrollando la inteligencia emocional [monografía en CD-ROM]. Universidad de Hampshire, 2003 [consulta: 17 agosto 2008].
24. Guibert W. Aprender, enseñar y vivir es la clave. La Habana: Editorial Científico Técnica, 2006: 248-50.
25. Villavicencio F. Psicología y salud. La Habana: Editorial Ciencias Médicas, 2001: 31-3.
26. Sorín M. Conócete a ti mismo. La Habana: Editorial Ciencias Sociales, 1990: 56-64.
27. Borroto R, Trujillo M. Programa de comunicación en salud: manual MINSAP-UNICEF [monografía en CD-ROM]. Junta de Comunicación de Castilla: Consejería de Bienestar Social la Mancha, 2004 [consulta: 2 octubre 2008].

28. Sansó F, Aguilera M, Alonso P, Torrente I. La comunicación en medicina familiar. Rev Cubana Med Gen Integr 2006; 22 (4). <[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252006000400015&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252006000400015&lng=es&nrm=iso&tlng=es)> [consulta: 20 diciembre 2008].
29. Zaldívar D. Familia <[http://www.scu.sld.cu/publicaciones\\_electronicas/\(\)articulos\\_cientificos.htm](http://www.scu.sld.cu/publicaciones_electronicas/()articulos_cientificos.htm)> [consulta: 20 diciembre 2007].
30. ----. Funcionamiento familiar saludable <<http://www.scu.sld.cusaludparalavida.sld.cu/modules.php?name=New&file=article&sld=238>> [consulta: 17 noviembre 2008].
31. Benítez I, Caballero L, Martínez Y, Rodríguez Y, Pérez, Y, Rosabal MA. Folleto complementario de psicología y salud [monografía en CD-ROM]. La Habana: Editorial Ciencias Médicas, 2001[consulta: 14 enero.2009].
32. Villavicencio F. Psicología y salud. 2 ed. La Habana: Editorial Ciencias Médicas, 2006.

Lic. Angelina María Pi Osoria. Ángel Guardia, No 152, Jiguaní, Granma  
Dirección electrónica: angelipirmy@grannet.sld.cu

<sup>1</sup> **Licenciada en Psicología. Profesora Asistente  
Policlínico Docente “Edor de los Reyes Martínez Arias”, Jiguaní, Granma, Cuba**

<sup>2</sup> **Licenciado en Psicología. Doctor en Ciencias. Profesor Titular  
Instituto Superior de Ciencias Médicas, Santiago de Cuba, Cuba**

Recibido: 12 de julio de 2009  
Aprobado: 14 de agosto de 2009

#### CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO

Pi Osoria AM, Cobián Mena A. Componentes de la función afectiva familiar: una nueva visión de sus dimensiones e interrelaciones [artículo en línea]. MEDISAN 2009;13(6)<[http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol13\\_6\\_09/san16609.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol13_6_09/san16609.htm)>[consulta: día/mes/año].