



FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

REVISIÓN TEÓRICA DE LOS FUNDAMENTOS DE LA FAMILIA CON ÉNFASIS
EN LA SALUD MENTAL

Línea de investigación:
Procesos sociales, periodismo y comunicación

Trabajo Académico para optar el título de Especialista en Terapia Familiar
Sistémica

Autora

Magallanes Céspedes, Elena Patricia

Asesor

Ramos Aguilar, Juan Rockefeller

ORCID: 0000-0002-9087-7150

Jurado

Durand Espejo, Leonor Alcira

Valcárcel Aragón, Mario Sabino

Otoya Ramírez, Hilda Rosa

Lima - Perú

2025

REVISIÓN TEÓRICA DE LOS FUNDAMENTOS DE LA FAMILIA CON ENFASIS EN LA SALUD MENTAL

INFORME DE ORIGINALIDAD

25%	24%	5%	7%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	4%
2	worldwidescience.org Fuente de Internet	2%
3	www.tscuadernosdetrabajosocial.cl Fuente de Internet	2%
4	www.scielo.org.co Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante	1%
6	fenixfundacion.org Fuente de Internet	1%
7	www.coursehero.com Fuente de Internet	1%
8	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%
9	www.grafiati.com Fuente de Internet	<1%
10	docplayer.es Fuente de Internet	<1%
11	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1%



Universidad Nacional
Federico Villarreal

VRIN | VICERRECTORADO
DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

REVISIÓN TEÓRICA DE LOS FUNDAMENTOS DE LA FAMILIA CON
ENFASIS EN LA SALUD MENTAL

Línea de investigación:

Procesos sociales, periodismo y comunicación

Trabajo Académico para optar el título de Especialista en Terapia Familiar Sistémica

Autora

Magallanes Céspedes, Elena Patricia

Asesor

Ramos Aguilar, Juan Rockefeller

ORCID: 0000-0002-9087-7150

Jurado

Durand Espejo Leonor Alcira

Valcárcel Aragón Mario Sabino

Otoya Ramírez Hilda Rosa

Lima – Perú

2025

DEDICATORIA

A mis padres que han sabido formarme con buenos sentimientos y valores lo cual me ha ayudado a seguir adelante en los momentos difíciles. A mi familia que me ayudo para seguir adelante con mis proyectos siendo mi mayor motivación para nunca rendirme en los estudios y poder llegar a ser un ejemplo

AGRADECIMIENTO

Ante todo, a Dios quien en todo momento fue parte de mi sabiduría para concluir con este propósito, a mi familia por trascender en ella con el ejemplo y la perseverancia en todo este proceso.

Agradezco también a mi estimado asesor que con su empatía y perseverancia exalto en todo momento la inclinación a investigar, a mi Institución universitaria por brindarme todo el abanico formativo que me permitieron afianzar mi crecimiento profesional.

ÍNDICE

Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1 Descripción del problema.....	3
1.1.1 <i>Formulación del problema</i>	3
1.1.1.1 Problema general.....	4
1.1.1.2 Problemas específicos.....	4
1.2 Antecedentes.....	4
1.2.1 <i>Antecedente internacionales</i>	4
1.2.2 <i>Antecedentes nacionales</i>	6
1.3 Objetivos.....	8
1.3.1 <i>Objetivo general</i>	8
1.3.2 <i>Objetivos específicos</i>	9
1.4 Justificación.....	9
1.5 Impactos esperados del trabajo académico.....	10
II. METODOLOGÍA.....	12
2.1 Diseño.....	12
2.2 Procedimiento.....	12
III. RESULTADOS.....	14
3.1 Fundamentos teóricos.....	14
3.1.1 <i>La familia y la salud mental</i>	14
3.1.2 <i>Importancia de la familia en la salud mental</i>	15
3.1.3 <i>Teoría de la Funcionalidad familiar</i>	16

3.1.4. <i>La teoría sistémica de la familia</i>	18
3.1.5. <i>La teoría de la comunicación social</i>	19
3.1.6. <i>Definición de la Salud mental</i>	20
3.1.7. <i>Teoría del apego</i>	22
3.1.8. <i>La Teoría del Estrés</i>	22
3.1.9. <i>La Teoría del Desarrollo</i>	23
3.1.10. <i>Influencia de la familia en la salud mental</i>	24
3.1.11. <i>Teoría del apoyo social</i>	25
3.2 <i>Discusión</i>	26
IV. <i>CONCLUSIONES</i>	31
V. <i>RECOMENDACIONES</i>	32
VI. <i>REFERENCIAS</i>	33

RESUMEN

Objetivo: analizar los contenidos teóricos de la familia con énfasis en la salud mental. En relación al método, se empleó el análisis inductivo, sintético y comparativo, enfocado en la estrategia de investigación documental, la que permitió el acercamiento a los artículos de investigación científica publicados en español e inglés en la base de datos académicos Ebsco, Redalyc, Scielo, Dialnet, Scopus, ProQuest, Google académico, el cual mediante una lectura juiciosa, contrastando y analizando las teorías encontradas acerca de la familia y salud mental, se contribuye a establecer la interconexión e interdependencia de los componentes del sistema familiar con la salud mental. Teniendo como resultado que es necesario desarrollar intervenciones efectivas para promover la salud mental en la familia y orientar futuras investigaciones en ese campo, poniendo énfasis en el valor de la historia y relato de vida, atendiendo la experiencia vivida por cada persona. Se debe promover el desarrollo de políticas preventivas y de tratamiento centrado en el auto-reporte en los casos de trastornos más profundos y complejos, asentados en la infancia, relevando la importancia de tener niños/as más saludables y protegidos para una vida adulta plena y saludable. Arribando como conclusión las diferentes teorías desarrolladas contribuyen a fortalecer la intervención profesional, porque al tener múltiples conceptos presenta una estructura psicológica, filosófica y biológica que sustentan el origen de sus conceptos, lo que ofrece al profesional la posibilidad de un cuidado integral a la persona, la familia, grupo o comunidad sana o enferma con el fin de obtener su bienestar.

Palabras claves: Familia, salud mental, sistema familiar, comunicación.

ABSTRACT

Objective: To analyze the theoretical content of the family with an emphasis on mental health. Regarding the method: Inductive, synthetic, and comparative analysis was employed, focusing on a documentary research strategy. This allowed access to scientific research articles published in Spanish and English in the academic databases Ebsco, Redalyc, Scielo, Dialnet, Scopus, ProQuest, and Google Scholar. Through careful reading, contrasting, and analyzing the theories found about the family and mental health, the interconnection and interdependence of the components of the family system with mental health was established. The result is that it is necessary to develop effective interventions to promote mental health within families and to guide future research in this field, emphasizing the value of history and life narratives, and considering the lived experience of each individual. The development of preventive and treatment policies focused on self-reporting should be promoted in cases of deeper and more complex disorders rooted in childhood, highlighting the importance of healthier and more protected children for a full and healthy adult life. In conclusion, the various theories developed contribute to strengthening professional intervention because, by encompassing multiple concepts, they present a psychological, philosophical, and biological structure that underpins their origins. This offers professionals the possibility of providing comprehensive care to individuals, families, groups, or communities, whether healthy or ill, with the aim of achieving their well-being.

Keywords: Family, mental health, communication

I. INTRODUCCION

De acuerdo con el Plan Nacional de Fortalecimiento de las Familias 2016–2021 del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2016), la familia constituye el pilar esencial de la sociedad y el entorno natural donde se promueve el desarrollo integral y el bienestar de cada uno de sus integrantes, especialmente de los niños. En esta línea, la Organización Mundial de la Salud (2004) sostiene que la salud mental no se limita únicamente a la ausencia de enfermedades o trastornos psicológicos, sino que representa un estado de equilibrio y bienestar físico, mental y social, mediante el cual las personas reconocen sus capacidades, afrontan adecuadamente las presiones cotidianas y contribuyen activamente a su comunidad.

Asimismo, Toralva (2022) señala que el modelo de familia tradicional ha experimentado transformaciones a lo largo del tiempo, en consonancia con los cambios sociales. Desde el núcleo familiar se transmiten valores, costumbres y saberes, además de brindar soporte emocional y material a sus miembros. De esta manera, la familia, a través de su capacidad adaptativa, evoluciona y redefine los patrones de interacción entre sus integrantes.

En el mismo sentido, Martínez (2015) destaca la relevancia de la comunicación y la interacción familiar, puesto que a través de estas se comparten experiencias, emociones y pensamientos, se fortalecen los vínculos afectivos, se resuelven conflictos, se toman decisiones conjuntas y se generan entornos saludables que favorecen el desarrollo integral de cada persona.

Por su parte, Noriega (2006) sostiene que la familia influye directamente en la formación de la personalidad infantil, estableciendo las bases estructurales que se mantendrán a lo largo de la vida. De forma complementaria, García (2004) enfatiza que el tipo de interacción y las experiencias vividas dentro del hogar dejan una huella significativa en la personalidad de los hijos. Cuando los padres desempeñan adecuadamente sus funciones, los hijos tienden a convertirse en individuos íntegros, emocionalmente estables y capaces de

integrarse de manera positiva en la sociedad; en caso contrario, la disfunción familiar puede generar consecuencias negativas que afecten el comportamiento y la salud mental durante toda la vida.

En concordancia, Mendoza (2022) argumenta que la cohesión e integración familiar son esenciales para mantener un adecuado nivel de armonía, salud emocional y equilibrio en las relaciones del hogar. Elementos como la comunicación, los roles y los lazos afectivos constituyen factores determinantes que impactan distintos ámbitos de la vida: personal, familiar, social y laboral.

El propósito de la presente revisión teórica es analizar los estudios conceptuales y empíricos existentes acerca de la relación entre la familia y la salud mental, identificando los principales enfoques teóricos, constructos y relaciones que describen el papel fundamental del sistema familiar en la creación de entornos saludables que favorecen el desarrollo integral de sus miembros.

El contenido del presente trabajo académico se encuentra estructurado en capítulos. El primer capítulo aborda la descripción general de la problemática e incluye antecedentes de investigaciones nacionales e internacionales, además de presentar las bases teóricas relacionadas con la familia y la salud mental, los objetivos, la justificación y el impacto esperado del estudio. El segundo capítulo expone la metodología y las técnicas empleadas en la investigación. El tercer capítulo desarrolla el análisis de los resultados, seguido del cuarto capítulo, que presenta las conclusiones, y del quinto capítulo, que contiene las recomendaciones. Finalmente, el sexto capítulo reúne las referencias bibliográficas utilizadas en la recolección de información que permitió sustentar el desarrollo de la presente revisión teórica.

1.1. Descripción del problema

De acuerdo con los resultados de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES, 2022) elaborada por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), el 32,3 % de los jóvenes entre 15 y 29 años manifestó haber enfrentado algún tipo de dificultad relacionada con la salud mental o emocional durante los últimos doce meses. Dentro de este grupo, se evidenció una mayor prevalencia de afectación en las mujeres jóvenes (30,2 %) en comparación con los varones (22,9 %). Asimismo, la encuesta revela que este grupo etario presenta un porcentaje superior (32,3 %) en relación con la población adulta de 30 años a más (29,4 %), lo cual refleja una problemática creciente en el ámbito juvenil.

Por otro lado, los datos recientes del Ministerio de Salud (MINSa, 2019) indican que más de seis millones de peruanos requieren atención médica por algún tipo de trastorno o afectación de salud mental. Se estima que aproximadamente el 20 % de la población nacional padece depresión, ansiedad, estrés u otros problemas psicológicos complejos, los cuales pueden derivar en conductas adictivas y episodios de violencia.

En ese contexto, el presente estudio tiene como propósito analizar los fundamentos teóricos vinculados a la familia y la salud mental, considerando que se trata de un tema de creciente relevancia por su impacto directo en el bienestar integral y en la calidad de vida de los miembros que conforman el núcleo familiar. La literatura científica revisada sugiere que la salud mental dentro del entorno familiar está condicionada por diversos factores, entre ellos la dinámica interna, los patrones de comunicación, los niveles de estrés, la resiliencia y el apoyo social.

1.1.1 Formulación del problema

Por consiguiente, se efectuó una revisión teórica de la literatura existente, con el fin de responder a las siguientes interrogantes de investigación:

1.1.1.1 Problema Principal

- ¿Cuál es el análisis teórico de la relación entre la familia y la salud mental?

1.1.1.2 Problemas específicos

- ¿Cuáles son los principales conceptos vinculados a la familia y la salud mental?

- ¿De qué manera se caracterizan la familia y la salud mental en el marco teórico?

- ¿Cómo influye la familia en el estado de salud mental de sus integrantes?

1.2. Antecedentes

La familia es reconocida como la célula fundamental de la sociedad y el pilar esencial del desarrollo humano. Cumple funciones de gran relevancia en la vida de las personas, ya que en su espacio privado se construyen vínculos socioafectivos basados en el compromiso, la pertenencia, la dependencia y la reciprocidad. Estos lazos permiten el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y la generación de sentimientos de unión y apoyo mutuo. El objetivo principal de la familia es propiciar el desarrollo integral de sus integrantes en los ámbitos físico, social y emocional. Para alcanzar dicho propósito, resulta necesario mantener un equilibrio entre los diversos componentes que la conforman, favoreciendo así un funcionamiento familiar armónico y saludable.

1.2.1. Antecedentes internacionales.

Diversas investigaciones internacionales han abordado la relación existente entre la salud mental y el entorno familiar. En ese sentido, resulta pertinente presentar estudios científicos recientes, tanto a nivel global como nacional, publicados en los últimos cinco años, que permiten comprender el vínculo entre ambos constructos.

Bustos (2018) plantea que la infancia representa mucho más que la etapa comprendida entre el nacimiento y la adultez, ya que constituye una condición vital relacionada con la calidad de vida y el desarrollo integral del ser humano. En consonancia con lo señalado por

UNICEF (2004), se considera que la niñez es una fase crítica del crecimiento durante la cual se establecen las bases del bienestar psicológico y emocional que determinarán la salud mental futura.

Por su parte, Gonzales, Landero y Ruiz (2018) desarrollaron un estudio cualitativo de tipo hermenéutico y bibliográfico-narrativo con el propósito de evaluar la capacidad predictiva del estrés, el apoyo social y la autoestima sobre la salud mental y física de los individuos, mediante un modelo de ecuaciones estructurales. La investigación incluyó una muestra de 283 mujeres con hijos residentes en el municipio de General Escobedo, en el estado de Nuevo León (México). Las encuestas se aplicaron en los hogares durante el segundo semestre de 2003, utilizando cuestionarios de autoevaluación para medir las variables consideradas. Los resultados fueron procesados con el software AMOS 5.0, empleando el método de máxima verosimilitud. El modelo obtenido mostró un ajuste adecuado ($X^2/gf = 3.03$; $GFI = 0.894$; $AGFI = 0.848$; $RMSEA = 0.08$; $IFI = 0.910$), explicando un 31.9 % de la varianza del estrés, un 27.4 % de la salud física y un 72.1 % de la salud mental. Los autores concluyeron que el apoyo social y la autoestima actúan como predictores del nivel de estrés; la edad y el estrés predicen la salud física; mientras que el estrés, la autoestima y la salud física son variables determinantes de la salud mental.

En otro estudio, Soto y Rubí (2021) presentaron el artículo titulado Experiencias adversas en la infancia, funcionalidad y salud mental, en el cual realizaron una revisión bibliográfica enfocada en la relación entre las experiencias adversas durante la niñez (EAI), la funcionalidad familiar y el desarrollo de conductas adictivas en la adultez temprana. Los objetivos principales de su trabajo fueron profundizar en el concepto de experiencias adversas en la infancia, vincularlo con la funcionalidad familiar y comprender cómo determinados eventos vitales pueden convertirse en traumas tempranos. La revisión se efectuó entre diciembre de 2019 y abril de 2020, considerando publicaciones académicas desde 2010 en

bases de datos como Google Académico, WOS, Scopus y Scielo. Los hallazgos evidenciaron la necesidad de promover procesos psicoterapéuticos centrados en la recontextualización de la conducta adictiva, valorando la historia personal y el relato de vida. Asimismo, se subraya la importancia de implementar políticas de prevención y tratamiento que contemplen el consumo de sustancias psicoactivas como un síntoma de traumas complejos originados en la infancia, con el fin de fomentar un desarrollo infantil saludable y una vida adulta equilibrada.

De acuerdo con Zaraza y Contreras (2020), el concepto de recuperación en salud mental ha adquirido un papel relevante dentro de los nuevos enfoques asistenciales, promoviendo principios orientados al fortalecimiento de la voluntad, la espiritualidad, la esperanza y el autoconocimiento, como elementos esenciales para que las personas logren construir su propio proceso de recuperación.

Finalmente, Meier (2020), en una revisión de literatura, identificó que la capacidad de establecer vínculos afectivos saludables no depende de la estructura familiar ni de la orientación sexual de los padres, madres o cuidadores. Este hallazgo refuerza la idea de que la calidad de las relaciones afectivas y la estabilidad emocional dentro del hogar son factores determinantes en el desarrollo psicológico de los niños, más allá de la configuración del núcleo familiar.

1.2.2. Antecedentes nacionales

En el contexto peruano, diversos estudios han analizado la relación entre la salud mental y distintos factores familiares, sociales y estructurales, evidenciando la relevancia de este tema para el bienestar integral de la población.

Ccapa (2020), en su investigación titulada Relación entre resiliencia y salud mental en internos de Medicina del Hospital Regional Honorio Delgado Espinoza de Arequipa, tuvo como propósito determinar la existencia de una relación entre ambas variables. El estudio se

enmarcó en un diseño descriptivo-correlacional, prospectivo y de corte transversal, con una muestra de 105 internos de medicina. Se empleó la técnica de la encuesta, utilizando como instrumentos la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, el Cuestionario de Salud Mental General de Goldberg —que considera como casos probables de problemas mentales a quienes superan los 42 puntos— y una ficha de datos personales (edad, sexo y tipo de familia). Los resultados evidenciaron una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la salud mental, aunque no se encontró asociación relevante entre estas variables y los factores demográficos.

Por otro lado, Odicio (2022), en su artículo *La salud mental como derecho constitucional fundamental y el papel del Estado peruano*, buscó analizar si la legislación nacional garantiza efectivamente el derecho a la salud mental. Se trató de una investigación cualitativa, sustentada en un enfoque interpretativo desde la perspectiva del Estado constitucional. Durante un periodo de cinco meses, se aplicaron técnicas de análisis documental y observación, utilizando fichas y guías de registro bibliográfico. Los hallazgos reflejaron que, a pesar de los avances normativos, la salud mental en el Perú continúa en una situación crítica, lo cual se evidencia en el incremento de los índices de violencia, delincuencia e inseguridad ciudadana. El estudio concluyó que el ejercicio de este derecho aún no se materializa plenamente en la vida cotidiana de los ciudadanos.

De igual manera, Morales (2022) desarrolló una investigación básica, correlacional y de enfoque cuantitativo, titulada *Clima social familiar y salud mental positiva en los adolescentes de la I.E. 147 Mayor del Ejército Peruano “Luis Alberto García Rojas” – San Juan de Lurigancho*. El objetivo fue determinar la relación entre el clima social familiar y la salud mental positiva en una muestra de 65 estudiantes de entre 14 y 17 años. Se aplicó una encuesta digital a través de un muestreo censal por conveniencia. Los resultados evidenciaron una

correlación significativa entre ambas variables ($p = 0.000 < \alpha = 0.05$), concluyendo que un entorno familiar favorable influye positivamente en el bienestar emocional de los adolescentes.

Asimismo, Ponce (2022), en su trabajo Factores asociados a problemas de salud mental: análisis de la primera encuesta virtual para personas LGBTI en el Perú (2017), tuvo como propósito identificar los factores vinculados a los problemas de salud mental en esta población. El estudio se basó en los datos de 12 026 participantes mayores de 18 años, obtenidos mediante encuestas virtuales. El análisis multivariado reveló asociaciones significativas entre las variables sociodemográficas (edad, sexo, discapacidad o dificultad permanente), la orientación sexual, la identidad de género y la expresión abierta de la orientación sexual con los niveles de afectación en salud mental. Se concluyó que los factores de identidad y discriminación influyen de manera directa en el bienestar psicológico del colectivo LGBTI.

Finalmente, Torres et al. (2021) realizaron un análisis epidemiológico de los trastornos mentales en el Perú, mediante una revisión sistemática de investigaciones desarrolladas por el Ministerio de Salud (MINSA), el Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado - Noguchi” (INSM “HD-HN”) y diversas universidades nacionales. Los resultados señalaron que los problemas de salud mental en el país responden a factores sociales, económicos, familiares y culturales, generando un deterioro progresivo del bienestar en la población. El estudio identificó que los grupos más afectados son los adultos mayores, seguidos por adolescentes e infantes, además de hombres y mujeres jóvenes. Se concluyó que los estudios epidemiológicos nacionales son fundamentales para orientar políticas públicas preventivas y de intervención en materia de salud mental.

1.3. Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Analizar los fundamentos teóricos que vinculan a la familia con la salud mental.

1.3.2 Objetivos específicos

- Examinar la manera en que la Terapia Familiar Sistémica contribuye a comprender el tipo de familia y su relación con los problemas de salud mental.
- Determinar los factores presentes en el entorno familiar que condicionan o limitan la capacidad de sus miembros para fomentar una adecuada salud mental.
- Reconocer la relevancia del bienestar emocional y psicológico dentro del contexto de las relaciones familiares, en coherencia con el desarrollo y crecimiento individual de cada integrante.

1.4. Justificación

La presente revisión teórica busca contribuir al ámbito académico desde una perspectiva epistemológica sistémica, resaltando la relevancia que posee la familia en el bienestar y la salud mental de sus integrantes. En este sentido, Mendoza (2022) destaca que la familia constituye un elemento esencial en la salud mental de sus miembros, al brindar soporte emocional, social y económico que favorece su estabilidad y desarrollo integral.

Asimismo, el compromiso asumido por la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, a través del Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) N.º 3: Salud y Bienestar (ONU, 2023), enfatiza la necesidad de garantizar una vida sana y promover el bienestar en todas las etapas de la vida. Dicho objetivo incluye el fortalecimiento de la salud mental mediante políticas activas que impulsen el cuidado integral de las personas, contribuyendo así al equilibrio emocional y a un impacto positivo en la sociedad.

Por otra parte, la creciente incidencia de trastornos mentales como la depresión y la ansiedad refleja una problemática en aumento dentro de la población general. Este fenómeno se relaciona también con las transformaciones en la estructura familiar contemporánea, como el incremento de familias monoparentales y reconstituidas, lo que exige una comprensión más actualizada sobre el papel de la familia en la salud mental.

En ese marco, la salud mental dentro del sistema familiar incide directamente en la calidad de vida de sus miembros, afectando dimensiones esenciales como la comunicación, las relaciones interpersonales y la funcionalidad familiar.

Por tanto, los resultados de esta revisión teórica servirán de base para diseñar y aplicar estrategias e intervenciones que fortalezcan la salud mental familiar. Esto requiere una comprensión profunda de los factores que la determinan, considerando además que aún existen vacíos investigativos sobre la interacción entre la dinámica familiar y la salud mental, lo que refuerza la pertinencia y relevancia del presente estudio.

1.5. Impactos esperados del trabajo académico.

Entre los principales impactos que se prevé alcanzar con la presente revisión teórica sobre los fundamentos de la familia en la salud mental, se encuentra el aporte significativo al conocimiento y a la comprensión de las implicancias que ejerce el entorno familiar en el bienestar psicológico de sus integrantes. Este análisis permitirá comprender cómo la estructura y dinámica familiar inciden en el equilibrio emocional, la estabilidad conductual y los patrones de interacción de sus miembros.

La aplicación de los distintos enfoques teóricos busca contribuir a la reflexión sobre los cambios estructurales que configuran una nueva concepción de la familia contemporánea. Asimismo, pretende ofrecer aportes relevantes a la colectividad, promoviendo una mirada multidimensional de la salud mental desde la base del núcleo familiar. Este constituye el espacio donde se construyen las pautas de convivencia, la comunicación, los vínculos afectivos, las normas de autoridad, los límites y el uso del tiempo libre como parte del bienestar común. De igual manera, resulta esencial considerar los mecanismos mediante los cuales la familia enfrenta los factores externos y gestiona las demandas de su entorno cotidiano.

Adoptar una visión integral del rol familiar es indispensable, dado que este constituye un espacio vital del que depende, en gran medida, la salud mental de las personas. La familia

influye directamente en la formación de la conducta y la personalidad de sus integrantes, particularmente en las etapas tempranas de desarrollo. El establecimiento de vínculos afectivos sólidos entre adultos y niños garantiza un crecimiento armónico y un desarrollo saludable, permitiendo que cada individuo potencie sus capacidades, reconozca sus limitaciones y pueda responder adecuadamente a las exigencias del macrosistema desde sus dimensiones física, emocional e intelectual.

II. METODOLOGÍA

2.1. Diseño

La presente revisión bibliográfica se fundamenta en un enfoque de carácter teórico, el cual permitió reunir, examinar e interpretar diversas investigaciones científicas relacionadas con la temática abordada. Este procedimiento metodológico posibilitó una síntesis crítica y analítica de los estudios seleccionados, contribuyendo a la construcción conceptual del trabajo.

En esta línea, se incluyeron publicaciones comprendidas entre los años 2017 y 2024, provenientes de revistas académicas indexadas en bases de datos de reconocido prestigio internacional, tales como Dialnet, DOAJ, Google Académico, Latindex, Redalyc, SciELO y Scopus. La búsqueda se centró en artículos redactados en español, inglés y portugués, garantizando así una perspectiva amplia y actualizada del objeto de estudio.

2.2. Procedimiento

En el desarrollo del presente estudio, se estableció como propósito analizar los fundamentos teóricos que vinculan a la familia con la salud mental, poniendo especial énfasis en esta última, dado su papel esencial en la elaboración de estrategias e intervenciones que fortalezcan el bienestar psicológico dentro del núcleo familiar. De esta manera, se busca reducir las brechas existentes en la investigación sobre esta temática, particularmente la escasez de estudios que examinen de forma integral la relación entre el sistema familiar y la salud mental de sus miembros.

Para la fase de indagación, se definieron como categorías de búsqueda los términos: familia, salud mental, sistema familiar y comunicación, con el fin de mantener la coherencia y pertinencia respecto al tema central. Posteriormente, se procedió con la recolección, revisión y clasificación de las investigaciones más relevantes, atendiendo a los objetivos formulados. En total, se identificaron 40 estudios, de los cuales 30 fueron seleccionados por su relevancia, actualidad y rigor metodológico.

En cuanto al análisis de los artículos seleccionados, se elaboraron resúmenes que sintetizan los aspectos más destacados de cada investigación. Seguidamente, se desarrolló un proceso de descripción, comparación e interpretación crítica de las diferentes posturas teóricas y resultados presentados por los autores. Para ello, se adoptó un enfoque cualitativo de tipo reflexivo y analítico, que permitió profundizar en la comprensión de las relaciones existentes entre las variables estudiadas.

III. RESULTADOS

Diversas teorías y corrientes de pensamiento han aportado significativamente al análisis de la familia desde la perspectiva de la salud mental, permitiendo construir una base teórica sólida sustentada en enfoques conceptuales y epistemológicos. Estas contribuciones han enriquecido el campo del conocimiento, al ofrecer marcos interpretativos que posibilitan comprender de manera integral la interacción entre la dinámica familiar y el bienestar psicológico de sus integrantes.

En este sentido, los resultados de la revisión evidencian que la familia no solo constituye un espacio de socialización y desarrollo afectivo, sino también un factor determinante en la promoción, mantenimiento o deterioro de la salud mental. Las distintas corrientes teóricas revisadas —entre ellas, la sistémica, la funcionalista, la psicodinámica y la cognitivo-conductual— aportan perspectivas complementarias que permiten analizar cómo los vínculos, la comunicación, los roles y la estructura familiar influyen directamente en el equilibrio emocional de sus miembros.

3.1 Fundamentos teóricos

3.1.1 *La familia y la salud mental*

La familia constituye una estructura fundamental en la formación personal y social de cada individuo, ya que dentro de ella se generan los primeros aprendizajes emocionales, conductuales y relacionales. Su influencia se extiende a los diferentes ámbitos de la vida, llegando incluso a incidir en los procesos de salud y enfermedad mental, dado que el equilibrio o disfunción familiar repercute directamente en el bienestar psicológico de sus miembros (Acevedo y Vidal, 2019).

En esa línea, Álvarez et al. (2002) sostienen que la comunicación representa un elemento esencial dentro de la convivencia humana, pues actúa como un mecanismo que regula las interacciones entre las personas que integran una sociedad. En el entorno familiar, este

proceso comunicativo se convierte en un determinante clave para la configuración de la personalidad, al reflejar la dinámica interna del grupo y el modo en que sus integrantes comprenden y afrontan las relaciones interpersonales.

Por su parte, Bustos (2018) enfatiza que el desarrollo psicoafectivo durante la infancia debe considerarse una prioridad, ya que las alteraciones o interrupciones en esta etapa pueden obstaculizar el crecimiento biopsicosocial del niño, afectando la consolidación de sus potencialidades humanas y la formación de una personalidad equilibrada. En consecuencia, el fortalecimiento de la salud mental infantil depende en gran medida del entorno familiar y del tipo de vínculos afectivos que en él se establezcan.

3.1.2 Importancia de la familia en la salud mental

En América Latina, al igual que en otras regiones del mundo, la atención a la salud mental enfrenta limitaciones estructurales y operativas que dificultan responder de manera efectiva a los desafíos del contexto actual. En este sentido, fortalecer las acciones orientadas al bienestar emocional y social de la infancia resulta prioritario, siendo imprescindible que dichas intervenciones garanticen el cuidado, la protección y el desarrollo integral de los niños (De la Fuente, 2024).

La familia, como núcleo esencial de la sociedad, cumple un papel decisivo en la promoción y preservación de la salud mental, al constituir el primer espacio donde se ofrece apoyo emocional, se desarrollan habilidades sociales y se modelan conductas saludables. A través de la convivencia diaria, los padres y cuidadores influyen directamente en el equilibrio psicológico de sus miembros, contribuyendo a prevenir la aparición de trastornos mentales y a fortalecer la resiliencia individual y colectiva.

En concordancia con esta perspectiva, Vielma (2003) sostiene que la familia se encuentra estrechamente vinculada a los procesos de salud y enfermedad de sus integrantes. Desde su función socializadora, actúa como mediadora tanto en la prevención como en la

propagación de desequilibrios emocionales o patologías, dependiendo de su nivel de cohesión, comunicación y apoyo mutuo.

Asimismo, Gubbins et al. (1999) explican que, dentro de la dinámica familiar, las interacciones recíprocas entre los miembros determinan la manera en que se afronta la enfermedad de uno de ellos, influyendo de forma directa en el bienestar del resto del grupo. El grado de afectación depende de factores como la solidez de los vínculos, el nivel de autoconocimiento familiar y los significados socioculturales atribuidos al malestar o padecimiento.

En esta línea, Fernández (2007) concluye que la socialización constituye un componente esencial de la salud mental familiar, ya que su alteración impacta directamente en la estabilidad emocional y en la calidad de las relaciones humanas. Comprender estos procesos permite analizar de manera más profunda el grado de bienestar psicológico dentro del entorno familiar y su influencia en el desarrollo integral de cada uno de sus miembros.

3.1.3 Teoría de la Funcionalidad familiar

Según el modelo de funcionalidad familiar desarrollado por Epstein et al (1978), la familia puede analizarse a través de seis dimensiones fundamentales: comunicación, involucramiento afectivo, respuestas afectivas, resolución de problemas, roles y control de conducta.

La comunicación se refiere al intercambio de información entre los miembros de la familia, aunque este modelo no incluye la comunicación no verbal debido a la dificultad de su medición. Por su parte, el involucramiento afectivo evalúa el grado y la manera en que cada integrante muestra interés y valoración hacia los demás. La dimensión de respuestas afectivas describe cómo cada miembro responde a los estímulos percibidos de otros, tanto en cantidad como en calidad, y se clasifica en dos categorías: sentimientos de emergencia (como miedo, tristeza o enojo) y sentimientos de bienestar (amor, alegría, ternura).

La dimensión de resolución de problemas se centra en la capacidad de la familia para mantener su funcionalidad frente a crisis o conflictos, mientras que los roles representan patrones repetitivos de conducta que los integrantes adoptan para garantizar el funcionamiento del sistema familiar. Estos roles pueden ser necesarios o no, y su intensidad varía a lo largo del ciclo familiar (Epstein et al. 1978). Finalmente, el control de conducta hace referencia a las pautas de comportamiento que adopta la familia frente a situaciones de riesgo, incluyendo necesidades psicobiológicas y aspectos de socialización dentro y fuera del sistema familiar.

Por otro lado, Olson (2000), a través del Modelo Circumplejo, propone tres dimensiones centrales para evaluar el funcionamiento familiar: cohesión, flexibilidad y comunicación. La cohesión se entiende como el vínculo emocional que une a los miembros del grupo familiar; la flexibilidad refleja la capacidad de adaptación de las relaciones, las reglas y los roles; y la comunicación se define como las habilidades que facilitan la expresión, regulación y manejo de los niveles de cohesión y flexibilidad de la familia. Según este modelo, un equilibrio adecuado entre cohesión y flexibilidad favorece un funcionamiento familiar saludable, mientras que niveles desequilibrados se asocian con dinámicas problemáticas (Olson, 2000).

Olson (2006) describe además diferentes configuraciones familiares en función del equilibrio de estas dimensiones. Entre las que reflejan desbalance se encuentran la desunión, caracterizada por baja cohesión afectiva y alta dependencia, y el excesivo involucramiento, donde existe unión excesiva y gran dependencia entre los miembros (Nogales et al, 2007). También se identifican familias caóticas, con ausencia de liderazgo y disciplina, y rígidas, con liderazgo autoritario y normas estrictas (Bazo et al, 2016).

Finalmente, las familias que presentan un funcionamiento balanceado combinan niveles adecuados de cohesión y flexibilidad, aunque esta dinámica puede variar según las circunstancias y el ciclo vital de la familia (Olson, 2006).

3.1.4 La Teoría Sistémica de la Familia

El biólogo austriaco Karl Ludwig von Bertalanffy (1927), mediante su Teoría de los Sistemas Abiertos, sentó las bases para la posterior publicación de su obra Teoría General de los Sistemas (TGS) a finales de 1937, aplicable a diversos tipos de sistemas en múltiples disciplinas, incluyendo los sistemas cibernéticos, dinámicos y abiertos, así como las ciencias sociales (Eguiliz, 2021).

Desde la perspectiva sistémica, la familia se concibe como un sistema en el que la identidad de cada integrante se construye a partir de las relaciones que mantiene con los demás miembros (Sánchez, 2015). Esta teoría considera a cada miembro de manera individual, así como las propiedades de interacción que surgen a través de la comunicación (Moreno, 2014).

La teoría sistémica proporciona principios generales aplicables a cualquier sistema, entre los cuales destacan: sistema, interacción, dinámica, totalidad, homeostasis y entropía (Garibay, 2013). En este sentido, la familia es vista como un todo orgánico, caracterizado por una estructura organizada de miembros que se encuentran interrelacionados de forma recíproca, estrecha y estable, donde la identidad de cada individuo se define en relación con los demás (Moreno, 2014).

La TGS, como marco conceptual, permite describir la organización y funcionamiento de sistemas complejos, aplicable al estudio de la salud mental familiar. Entre los elementos clave destacan:

- A. Holismo: La familia se considera un sistema integral en el que cada miembro influye en el conjunto.
- B. Interconexión: Las interacciones entre los miembros afectan de manera directa la salud mental de todos.

- C. Retroalimentación: La comunicación y el feedback familiar pueden reforzar o modificar patrones conductuales.
- D. Homeostasis: La familia tiende a mantener un equilibrio dinámico que repercute en la salud mental.
- E. Adaptación: La capacidad de ajustarse a cambios internos y externos influye positiva o negativamente en el bienestar psicológico.
- F. Subsistemas: La familia contiene subsistemas (parejas, padres-hijos, hermanos), cada uno con su propia dinámica.
- G. Límites: Las fronteras entre miembros y subsistemas condicionan la salud mental.
- H. Entradas y salidas: La información, recursos y resultados que ingresan o salen del sistema impactan en su funcionamiento.
- I. Entropía: La desorganización o el caos dentro del sistema pueden afectar el equilibrio emocional.
- J. Sinergia: La interacción entre los miembros puede generar efectos positivos o negativos sobre la salud mental.

En conclusión, la Teoría General de los Sistemas permite comprender la complejidad de la salud mental en la familia, resaltando la importancia de considerar la interconexión, la totalidad y la dinámica relacional en el análisis y las intervenciones orientadas al bienestar familiar

3.1.5 La Teoría de la Comunicación

La Teoría de la Comunicación, desarrollada por Paul Watzlawick, Beaven y Jackson, plantea que el estudio de la comunicación puede abordarse desde tres dimensiones: sintáctica, semántica y pragmática. Watzlawick y sus colaboradores concentran su análisis en la pragmática sistémica, considerando que toda conducta, no únicamente el lenguaje verbal, constituye un acto comunicativo. De esta manera, la naturaleza de la relación entre dos o más

personas influye de manera recíproca en el comportamiento de cada uno. Además, se reconoce que el lenguaje analógico representa alrededor del 80% del mensaje, lo que subraya la relevancia de tener en cuenta el contexto en el que se produce la comunicación (Bermúdez & Brink, 2010).

Watzlawick (2014) establece cinco axiomas fundamentales que sintetizan las propiedades esenciales de toda comunicación:

- A. Es imposible no comunicarse.
- B. La comunicación ocurre en dos niveles: el de contenido y el de relación.
- C. La interpretación de la interacción depende de cómo los participantes estructuren y “puntuen” la secuencia de los intercambios.
- D. Toda comunicación se realiza mediante canales digitales y analógicos.
- E. La interacción comunicativa puede ser simétrica o complementaria.

Estos principios derivan de la observación sistemática de fenómenos comunicativos y permiten comprender cómo los patrones de interacción familiar repercuten en la salud mental de sus miembros. Una comunicación abierta, clara y efectiva contribuye a establecer un entorno familiar saludable, mientras que la comunicación disfuncional puede favorecer la aparición de dificultades psicológicas o emocionales.

En consecuencia, los problemas de salud mental de un individuo no pueden entenderse de manera aislada, sino que deben analizarse en el contexto familiar, evidenciando la importancia de la comunicación y las relaciones interpersonales para el bienestar psicológico de los integrantes de la familia.

3.1.6 Definición de la salud mental

La salud mental, tanto en el Perú como a nivel global, se conceptualiza desde la perspectiva biopsicosocial promovida por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Esta se entiende como un estado de bienestar en el cual el individuo desarrolla sus capacidades,

afronta de manera adecuada el estrés cotidiano, trabaja productivamente y contribuye al progreso de su comunidad (OMS, 2013). Por lo tanto, las intervenciones en salud mental implican la creación de condiciones individuales, sociales y ambientales que favorezcan el desarrollo psicológico y psicofisiológico óptimo de las personas y sus comunidades (OMS, 2004).

Asimismo, la salud mental se asocia con cuatro dimensiones: a) ausencia de síntomas funcionales, b) bienestar físico y emocional, c) calidad de vida y d) presencia de atributos individuales positivos (Escobar & Cova, 1997, citado por Palacio & Martínez, 2007). La OMS (2004) también enfatiza que la salud mental forma parte integral de la salud general, influye en la funcionalidad de la sociedad y repercute en la productividad global.

Este concepto trasciende el enfoque biomédico al abarcar el bienestar físico, psicológico y social, reconociendo que no se trata simplemente de la ausencia de enfermedad, sino de un estado positivo que refleja distintos grados de vitalidad y de adaptación funcional (Oblitas, 2004). Además, se sostiene que la salud mental no depende únicamente de la herencia genética ni de sucesos aleatorios, sino que se construye activamente desde la primera infancia (Winnicott, 1965).

La infancia, según UNICEF (2004), es mucho más que el periodo comprendido entre el nacimiento y la adultez, y se refiere a la calidad de vida y las experiencias de los primeros años de una persona. En este sentido, Benjet (2009) señala que la infancia constituye una etapa crítica para el desarrollo humano, donde se establecen las bases de la salud mental y el bienestar futuro.

En concordancia, Rodríguez (2024) resalta la importancia de los procesos madurativos y constitucionales del desarrollo humano, indicando que es prioritario comprender las complejidades actuales y enfocar esfuerzos en atender los desafíos contemporáneos que afectan la salud mental, especialmente en la población infantil.

3.1.7 La Teoría del Apego

La Teoría del Apego, desarrollada por John Bowlby, plantea que las relaciones tempranas con los cuidadores principales, usualmente los padres, ejercen un impacto profundo y duradero en la salud mental a lo largo de la vida. Un apego seguro durante la infancia se vincula con un mejor bienestar psicológico en la adultez, mientras que la ausencia de seguridad puede favorecer la aparición de condiciones patológicas en la personalidad de los individuos.

Según Fonagy (2008), la evidencia empírica indica que la seguridad del apego está positivamente relacionada con la capacidad de mentalización, es decir, la habilidad de reflexionar sobre los propios estados mentales y los de los demás. Para que un niño desarrolle un sentido saludable de sí mismo, resulta crucial la presencia de un cuidador que pueda ofrecer seguridad, tranquilizando al infante frente a situaciones de miedo o estrés, y enseñándole a percibir los sucesos desde distintas perspectivas mientras se siente protegido.

Por su parte, Peñafiel (2023) sostiene que los intercambios emocionales entre los bebés y sus cuidadores constituyen una manifestación del apego. Las risas, caricias, abrazos y otros contactos físicos funcionan como medios de comunicación afectiva que fortalecen el vínculo emocional y generan un entorno de aprendizaje adecuado para la exploración del mundo social y físico. La calidad de estas experiencias tempranas influye significativamente en las interacciones posteriores de la persona con su entorno, modelando su desarrollo emocional y social a lo largo de la vida.

3.1.8 La Teoría del Estrés

El primer enfoque teórico sobre el estrés familiar fue desarrollado por Reuben Hill (1986), considerado uno de los pioneros en la teoría del desarrollo familiar. A finales de la década de 1940, Hill propuso el modelo ABC-X, el cual analiza la secuencia de eventos y la respuesta de la familia ante situaciones de crisis. Según Hill, el estrés familiar se origina cuando existe un desequilibrio entre las demandas percibidas y las capacidades para enfrentarlas,

señalando que el efecto de un estresor y la eventual crisis o adaptación dependen de la interacción de múltiples factores (Gonzales & Lorenzo, 2022).

El modelo ABC-X establece que un evento estresante (A), al interactuar con los recursos disponibles (B) y con la interpretación que la familia hace del evento (C), genera la crisis familiar (X). La familia se concibe como un sistema interrelacionado, donde la interacción y la comunicación entre sus miembros son determinantes para mantener la salud mental. Además, se reconoce que el contexto social, cultural y ambiental también ejerce una influencia significativa.

Este enfoque sostiene que el manejo del estrés y las crisis es clave para la salud mental familiar, considerando que los factores estresantes pueden ser externos, como la pérdida de empleo, o internos, como los conflictos dentro del hogar. La salud mental de los integrantes depende, por tanto, de la capacidad de la familia para adaptarse y gestionar el estrés mediante sus recursos internos y externos, así como del grado de cohesión y la efectividad de la comunicación dentro del sistema familiar.

3.1.9 La Teoría del Desarrollo

Laszloffy (2004) hace referencia a la Teoría del Desarrollo Familiar de Duvall, la cual postula que las familias atraviesan distintas etapas en un orden secuencial a lo largo del tiempo, siempre que los miembros superen con éxito las tareas propias de cada fase. Esta perspectiva se centra principalmente en la familia nuclear tradicional (matrimonio, crianza de los hijos y nido vacío). A medida que la familia experimenta estos cambios, su evolución está influenciada tanto por factores internos como externos, y cada etapa presenta desafíos y oportunidades que afectan la salud mental, contribuyendo al desarrollo biopsicosocial de sus integrantes.

Por su parte, Ríos (1994) describe las etapas evolutivas familiares junto con las crisis asociadas, basadas en la experiencia común de las parejas occidentales:

- A. Inicio de la familia: Se relaciona con la interacción entre el sistema familiar de origen (SFO) de cada miembro y el sistema familiar creado (SFC) por la pareja.
- B. Ser padres: Los conflictos surgen al diferenciar las funciones parentales de las conyugales, generando temores relacionados con la satisfacción y el ajuste ante la llegada del hijo.
- C. Familia con hijos en edad preescolar: Se presentan retos relacionados con el desapego, especialmente entre madre e hijo.
- D. Familia con hijos en edad escolar: Surgen dificultades cuando la familia no comprende la interacción del niño con su comunidad educativa y social.
- E. Familia con hijos adolescentes: Aparecen tensiones debido al desarrollo afectivo, moral, intelectual, social y cognitivo del hijo, combinado con la dificultad de los padres para orientar estas transformaciones. Además, se presentan conflictos derivados de la desaprobación parental hacia los comportamientos del adolescente (Amara, 1993).
- F. Familia con hijos jóvenes y ruptura de dependencia: Las crisis se relacionan con la autonomía del hijo y la dificultad de los padres para aceptar su independencia.
- G. Familia y pérdida de control directo sobre los hijos: Surge la alteración cuando los padres reconocen que su rol directo en la crianza disminuye conforme los hijos se desarrollan.

Finalmente, Gonzales (2007) señala que la interacción entre la organización familiar y su evolución puede generar alteraciones transitorias o persistentes que afectan las relaciones entre los miembros del grupo familiar, impactando la dinámica y la cohesión del sistema.

3.1.10 Teoría del Apoyo Social

Se han desarrollado investigaciones que abordan los aspectos sociales y psicológicos relacionados con la salud mental. En este sentido, House y Kahn conceptualizan el apoyo social como las funciones específicas que cumplen las interacciones sociales, diferenciándolas de

conceptos más generales como las relaciones sociales o las redes de contacto. Es decir, lo distintivo del apoyo social radica en los beneficios que estas interacciones proporcionan al individuo receptor. Básicamente, estas funciones pueden clasificarse en tres categorías: apoyo emocional, apoyo instrumental y apoyo informativo (Sánchez, 1998).

Por otro lado, el estudio del apoyo social puede abordarse desde dos enfoques principales: estructural y funcional. La perspectiva estructural se enfoca en la existencia, cantidad y características de las relaciones sociales que mantiene una persona, sin considerar necesariamente las funciones que estos vínculos desempeñan. Como consecuencia, las mediciones basadas en este enfoque pueden no reflejar relaciones que realmente generen apoyo efectivo.

En cambio, la perspectiva funcional pone énfasis en la utilidad de las relaciones sociales, identificando las funciones concretas que estas cumplen para el individuo. En este marco, el apoyo social se entiende como las funciones que los miembros de la familia desempeñan entre sí, ya sea emocional, instrumental o informativa. Un sistema familiar sólido y con un alto nivel de apoyo mutuo puede actuar como un factor protector, ayudando a reducir el impacto del estrés y a prevenir la aparición de trastornos mentales.

3.1.11 Influencia de la familia en la salud mental

La familia se reconoce como la unidad esencial de la sociedad y constituye la base fundamental para el desarrollo humano, siendo la célula primaria y universal que desempeña funciones cruciales en el crecimiento de los individuos (Ferrer et al, 2013). De acuerdo con Rodríguez et al, (2008), la familia puede definirse como el conjunto de personas que comparten un proyecto de vida común. Dentro de este núcleo, sus miembros establecen vínculos afectivos que generan sentimientos de pertenencia, reciprocidad y dependencia mutua. La finalidad de la familia es promover un desarrollo óptimo en los niveles físico, social y emocional de sus integrantes, para lo cual es necesario que mantenga un funcionamiento saludable.

Según los estudios de John Bowlby, en el campo de la psicopatología, la falta de habilidades parentales para fomentar apegos seguros en los hijos puede tener consecuencias que trascienden la infancia. Así, los individuos afectados pueden presentar dificultades en sus relaciones interpersonales y de pareja en la adultez, además de experimentar problemas de inseguridad, desconfianza y autoestima (Bedoya et al., 2016). La capacidad de establecer un apego seguro durante las primeras etapas de la vida es determinante para la formación de la personalidad y puede influir incluso en la aparición de trastornos o estilos de personalidad particulares (Bowlby, 1998).

Para Campos (2014), el estudio del desarrollo humano ha permitido entender la infancia como una etapa crucial en el ciclo vital familiar. Mass (2014) señala que el análisis de los fenómenos humanos desde la perspectiva de la subjetividad posibilita comprender tanto los rasgos históricos individuales del sujeto como las formas en que este se integra en la sociedad.

Entre las teorías que resaltan la influencia de la familia en la salud mental se encuentra la teoría sistémica, que concibe a la familia como un sistema cuyo funcionamiento determina la identidad de sus miembros, construida a partir de sus relaciones internas (Sánchez, 2015). Esta perspectiva considera las características individuales de cada integrante y las interacciones que surgen a través de la comunicación (Moreno, 2014).

En este sentido, desde el enfoque sistémico, la familia es vista como un todo orgánico, compuesto por una estructura organizada de miembros interrelacionados de manera recíproca, estrecha y estable, donde la identidad de cada persona se desarrolla únicamente en interacción con los demás (Moreno, 2014).

3.2 Discusión

Respecto al primer objetivo específico definir la relación teórica de la familia y la salud mental, se generó la siguiente discusión:

En relación con el primer objetivo específico, que busca definir la relación teórica entre la familia y la salud mental, se evidencia que, según Eguiliz (2021), la Teoría General de los Sistemas considera a la familia como un sistema interconectado, en el que cada miembro influye en los demás. De este modo, los problemas de salud mental de un individuo no pueden comprenderse sin analizar el contexto familiar. Por lo tanto, para estudiar los problemas de salud mental desde una perspectiva familiar, es necesario abordar a la familia como un sistema, aplicando los principios y propiedades que proporciona la TGS, lo que resalta la relevancia de la comunicación y las relaciones familiares para el bienestar psicológico. De manera complementaria, Laszloffy (2004) señala que la Teoría del Desarrollo Familiar de Duvall enfatiza las etapas del ciclo vital familiar (como el matrimonio, la crianza de los hijos y el nido vacío) y cómo cada fase plantea distintos retos y oportunidades para la salud mental.

Asimismo, Bermúdez y Brink (2010) destacan que, desde el enfoque sistémico de la pragmática, toda conducta constituye comunicación, no solo el habla, y que la relación entre dos o más personas influye recíprocamente en su comportamiento. Los patrones de comunicación en la familia tienen un impacto directo sobre la salud mental: una comunicación abierta y efectiva favorece un entorno familiar saludable, mientras que una comunicación disfuncional puede derivar en problemas psicológicos.

En el marco de la teoría del apoyo social, Sánchez (1998) resalta la importancia del apoyo emocional, instrumental y social que los miembros de la familia se proporcionan mutuamente, lo cual actúa como un factor protector frente al estrés y a los trastornos mentales. Esta capacidad de amortiguamiento frente al estrés ha sido corroborada también por Sánchez (2019).

Por otro lado, la Teoría del Apego de Bowlby plantea que las relaciones tempranas con los cuidadores principales influyen significativamente en la salud mental a lo largo de la vida, siendo el apego seguro un factor asociado a un mejor bienestar psicológico en la adultez,

mientras que un apego inseguro puede favorecer el desarrollo de condiciones patológicas en la personalidad (Cobo, 2020). Fonagy (2008) enfatiza que la seguridad del apego se relaciona con la capacidad de mentalización o reflexión del individuo, y que la interacción temprana con figuras parentales proporciona un entorno seguro para explorar y relacionarse con el mundo.

Estas perspectivas se complementan con el Modelo Circumplejo de Olson (2000), que sostiene que un equilibrio adecuado de cohesión y flexibilidad promueve un funcionamiento familiar saludable, mientras que el desequilibrio en estas dimensiones puede generar conflictos que afectan negativamente la salud mental de los miembros.

Teoría General de los Sistemas

En relación con el segundo objetivo específico, la Teoría General de los Sistemas (TGS) se aplica a diversos tipos de sistemas, incluyendo cibernéticos, dinámicos simples y abiertos, así como a las ciencias sociales (Eguiliz, 2021). En este marco, la familia se concibe como un sistema cuya identidad se construye a partir de las relaciones entre sus miembros (Sánchez, 2015). Moreno (2014) y Garibay (2013) coinciden en que la teoría sistémica toma en cuenta las características individuales de cada miembro y las propiedades de interacción generadas a través de la comunicación, destacando conceptos como sistema, interacción, totalidad, dinámica, homeostasis y entropía.

Moreno (2014) agrega que, desde esta perspectiva, la familia constituye un todo orgánico, con una estructura organizada de miembros interrelacionados de forma recíproca, estrecha y estable, donde la identidad individual se define en relación con los demás. Olson (2000), mediante el Modelo Circumplejo, introduce tres dimensiones centrales: cohesión (vínculo emocional entre los miembros), flexibilidad (capacidad de adaptación en las relaciones, roles y normas) y comunicación, que permite regular los niveles de cohesión y flexibilidad.

Influencia de la familia en la salud mental de sus miembros

Con respecto al tercer objetivo específico, Martínez (2015) sostiene que la comunicación dentro de la familia constituye un elemento clave para crear entornos saludables que favorezcan el desarrollo de cada miembro. Acevedo (2019) resalta que la familia, como institución fundamental, influye en todos los aspectos de la personalidad, incluyendo el proceso salud-enfermedad mental, al actuar como el primer espacio de interacción social que regula la dinámica familiar y protege la salud mental. La OMS (2004) coincide en que la salud mental va más allá de la ausencia de trastornos, y comprende un estado de bienestar físico, psicológico y social completo.

Toralva (2022) indica que la familia evoluciona junto con los cambios sociales y constituye el espacio donde se transmiten valores, conocimientos y apoyo emocional y material, por lo que su capacidad adaptativa es crucial para reconfigurar patrones de interacción y mantener el equilibrio. Mendoza (2022) destaca que la integración familiar es determinante para alcanzar armonía y bienestar dentro del núcleo familiar.

Bustos (2018) identifica la infancia como un periodo crítico en el que se establecen las bases de la salud mental futura. Gonzales, Landero y Ruiz (2018) evidencian que el apoyo social y la autoestima influyen en el estrés, mientras que la edad y el estrés afectan la salud física, y esta última junto con el estrés y la autoestima determinan la salud mental. Soto y Rubi (2021) enfatizan la importancia de la atención psicoterapéutica, considerando la historia de vida y la experiencia individual, mientras que Zaraza y Contreras (2020) promueven el fortalecimiento de la voluntad, la esperanza y el autoconocimiento como vías para recuperar la salud mental. Ccapa (2020) demuestra la relación significativa entre resiliencia y bienestar psicológico.

Gonzales y Lorenzo (2022) señalan que la teoría del estrés familiar explica cómo los eventos estresantes generan crisis, cuya gestión depende de los recursos internos y externos, así como de la cohesión y comunicación familiar. De manera complementaria, la teoría del apoyo social resalta el papel del apoyo emocional, instrumental y social en la promoción del bienestar psicológico dentro del núcleo familiar.

Finalmente, Odicio (2022) advierte que la salud mental en el Perú se encuentra en un estado crítico y lejos de ser garantizada como un derecho fundamental. Morales (2022) resalta que el clima social familiar tiene un impacto significativo en la salud mental positiva de los adolescentes. Torres et al. (2021) señalan que los estudios epidemiológicos permiten planificar políticas de prevención y promoción orientadas a mejorar la salud mental de la población.

IV. CONCLUSIONES

- 4.1 Las distintas teorías permiten comprender las particularidades de las familias, incluyendo sus sistemas de roles, jerarquías y estilos de crianza, que en conjunto determinan la configuración de cada unidad familiar. Por ello, las intervenciones basadas en la Terapia Familiar Sistémica deben considerar estas características, ya que la omisión de este análisis puede alterar la homeostasis del sistema familiar.
- 4.2 Debido a la relevancia de la relación entre la familia y la salud mental, es necesario profundizar en la comprensión de los factores que influyen en la dinámica familiar. La falta de claridad en este aspecto limita la posibilidad de diseñar estrategias de intervención eficaces para fortalecer la salud mental en este ámbito.
- 4.3 La salud mental se entiende como un resultado de las interacciones familiares, y la integración de estas interacciones con el entorno comunitario permite validar los hallazgos teóricos revisados. Esto proporciona la base para desarrollar acciones, programas y proyectos orientados a promover el bienestar psicológico de la infancia, la familia y la comunidad en general.

V. RECOMENDACIONES

- 5.1. Diseñar y ejecutar intervenciones dirigidas a fortalecer la salud mental en el contexto familiar desde la perspectiva de la Terapia Familiar Sistémica, con el propósito de orientar investigaciones futuras. Estas intervenciones deben valorar la historia personal y el relato de vida de cada individuo, tomando en cuenta sus experiencias y vivencias.
- 5.2. Impulsar en las instituciones de salud la implementación de políticas preventivas y de atención terapéutica centradas en el auto-reporte, especialmente en casos de trastornos complejos o profundos con origen en la infancia. Esto permite garantizar un desarrollo saludable de los niños y niñas, promoviendo su bienestar integral en la adultez.
- 5.3. Incorporar en los protocolos de atención integral el análisis del contexto sociofamiliar, considerándolo un componente esencial para el diagnóstico y tratamiento de pacientes cuya salud mental pueda verse afectada, reconociendo a la familia como un factor clave en su proceso de recuperación.

VI. REFERENCIAS

- Acevedo, L. y Vidal, E. (2019). La familia, la comunicación humana y el enfoque sistémico en su relación con la esquizofrenia. *Medizan*, 23(1), 131-145. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=368458873013>
- Bustos, V. y Russo, A. (2018). Salud mental como efecto del desarrollo psicoafectivo en la infancia. *Psicogente*, 21(39), 183–202. <https://doi.org/10.17081/psico.21.39.2830>
- Ccapa, R. (2020). *Relación entre resiliencia y salud mental en Internos de Medicina del Hospital Regional Honorio Delgado Espinoza 2020*. [Tesis doctoral, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Perú]. Repositorio institucional UNSA <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3267990>
- Demarchi, G., Aguirre, M., Yela, N., y Viveros, E. (2016). Sobre la dinámica familiar. Revisión documental. *Cultura Educación Sociedad*, 6(2). 117-138. <https://acortar.link/zomfiW>
- Duran, R. y Gonzáles, A. (2016). Teorías de las ciencias de la complejidad: aportes a la salud mental y la psicología en Colombia. *Uni-pluri/versidad*, 16(1), 76-87. <https://acortar.link/TOPjdH>
- González, M., Landero, R. y Ruiz, M. (2008). Modelo estructural predictor de la salud mental y física en mujeres. *Panamericana de la Salud*, 23(2), 101-107. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/7734>
- Gomes, C., Lopera, E. y Rodríguez, A. (2020). Separación conyugal, efectos en la salud mental de los hijos. *Poiésis*, (38). 107-129. <https://doi.org/10.21501/16920945.3557>
- Gonzales, L. y Murriles, K. (2023). Desafíos en el campo de la salud: una propuesta de intervención orientadora. *Orientación y Sociedad*. 23(2), 1-17. <https://revistas.unlp.edu.ar/OrientacionYSociedad/article/view/16370>

- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INE) (2022)
https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1898/Cuadros_ENDES2022.zip
- Macaya, X.; Pihan, R. y Vicente, B. (2018). Evolución del constructo de Salud mental desde lo multidisciplinario. *Humanidades Médicas*, 18(2):215-232.
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-953904>
- Meier, J. (2020). Crianza, Apego y Salud Mental: Mirada a Modelos de Familias No Tradicionales. *Un Espacio Crítico Para La Reflexión En Ciencias Sociales*, (23), 81-94.
<https://doi.org/10.51188/rrts.num23.430>
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP) (2016) Decreto Supremo N° 003-2016-MIMP. Plan Nacional de Fortalecimiento de la Familias PLANFAM 2016-2021. Lima. <https://www.mimp.gob.pe>
- Montenegro, H. (1997). Tratamiento familiar sistémico de los niños con problemas conductuales o emocionales. *Pediatría*, 68 (6), 283-289.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0370-41061997000600006>
- Morales, M. (2022). *Clima social familiar y salud mental positiva en adolescentes de la I.E. 147 Mayor del Ejército Peruano "Luis Alberto García Rojas", S.J.L.* [Tesis de titulación, Universidad César Vallejo, Perú]. Repositorio institucional UCV.
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/97911>
- Muñoz, O. (2020). Salud mental adolescente. Una invitación a pensar en su salud mental desde miradas positivas. *Psicología*, 13(1), 1-3. <https://doi.org/10.21615/cesp.13.1.11>
- Odicio, M. (2022). La salud mental como derecho constitucional fundamental y el papel del estado peruano. *Derecho y visiones*, 3(1). <https://doi.org/10.56036/rp.v3i1.62>
- Ponce, D. (2022). *Factores asociados a problemas de salud mental. Análisis de la primera encuesta virtual para personas LGBTI, Perú 2017.* [Tesis de titulación, Universidad

Ricardo Palma, Perú]. Repositorio Institucional URP.

<https://hdl.handle.net/20.500.14138/4661>

Romero, G.; Flores, E.; Cárdenas, P. y Ostiguín, (2018). Análisis de las bases teóricas del modelo de sistemas de Betty Neuman. *Enfermería Universitaria*, 4(1), 44-48.

<https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2007.1.470>

Santiago, J.; Bernaras, E. y Jaureguizar, J. (2020). Salud mental positiva: Del concepto al constructo. Evolución histórica y revisión de teorías. *Enfermagem de Saúde Mental*, 7

(10), 115-121. <http://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0256>

Soto, A. y Gonzáles, P. (2021). Experiencias adversas en la infancia, funcionalidad familiar y salud mental. *TS Cuadernos de Trabajo Social*, (22), 11-25.

<https://acortar.link/fUVDq1>

Torres, S.; Castellanos, S.; Vásquez, H. y Chang, M. (2022). Revisión epidemiológica de los trastornos mentales en el Perú. *PsiqueMag*, 11(1), 98-108.

<https://doi.org/10.18050/psiquemag.v11i1.2655>

Villa, J., Shimabukuro, A. y Cornejo, J. (2024). Después del manicomio La transición hacia la salud mental comunitaria en el Perú (1980-2022). *Anthropologica*, 42(52), 114-142.

<https://doi.org/10.18800/anthropologica.202401.005>

Zaraza, D. y Contreras, D. (2020). El modelo de recuperación de la salud mental y su importancia para la enfermería colombiana. *Psiquiatría*, 49(4), 305-310.

<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2018.10.002>

Zevallos, R. (1993). El enfoque sistémico en terapia familiar. *Psicología*, 11(2), 65-73.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6123343>