

Dinámicas familiares: la familia en tiempos de pandemia

Family dynamics: the family in times of pandemic

Dinâmica familiar: a família em tempos de pandemia



Natalia Córdoba Duran

Psicóloga, Estudiante de especialización en Salud Familiar, facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de los Llanos, Villavicencio, Meta. nataliacordoba.duran@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8145-8272>

Eylen Dayana Zamudio Pardo

Psicóloga, Estudiante de especialización en Salud Familiar, facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de los Llanos, Villavicencio, Meta. eylendayanaz@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1301-4570>

Artículo de investigación

Recepción: 20/11/2021

Aprobación: 02/03/2022

Como citar este artículo / How to cite this article: Córdoba-Duran, N., & Zamudio-Pardo E. D. (2021). Dinámicas familiares: la familia en tiempos de pandemia. *Boletín Semillero De Investigación En Familia*, 3(1), e-806. DOI: <https://doi.org/10.22579/27448592.806>

La Revista Boletín Semilleros de investigación en Familia es una revista de acceso abierto revisada por pares. © 2020. Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la Licencia Internacional Creative Commons Attribution 4.0 (CC-BY 4.0), que permite el uso, distribución y reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se acredite el autor y la fuente originales.

Consulte <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>.
⊗ OPEN ACCESS



Resumen:

Introducción: La pandemia afectó en primera instancia a las familias; cuyo sistema es la base fundamental de la sociedad y es allí donde se desarrollan las dinámicas familiares. **Objetivo:** Analizar las dinámicas familiares en los estudiantes del Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA) durante la pandemia en la ciudad de Villavicencio. **Materiales y métodos:** Investigación con enfoque cualitativo de tipo narrativo con la técnica de observación participante; se utilizó como instrumentos la entrevista semiestructurada, diario de campo, encuesta sociodemográfica, ecomapa y genograma. **Resultados:** Familia extensa con un nivel educativo tecnológico. Emergen las siguientes categorías: Ajustes en la familia, convivencia en la familia, red de apoyo en la familia y comunicación afectiva, las cuales hacen partes de las dinámicas familiares. **Conclusiones:** La pandemia generó cambios importantes en la organización familiar, lo que llevo a procesos de adaptación a nivel educativo, laboral y familiar; esto a su vez contribuyó a desarrollar factores protectores, fortalecer lazos afectivos, integrar el dialogo como estrategia en la comunicación y buscar el bienestar de todos sus miembros.

Palabras clave: adaptación; aislamiento social; salud familiar.

Abstract

Introduction: The pandemic affected families in the first instance; whose system is the fundamental basis of society

and it is there where family dynamics develop. **Objective** To analyze the family dynamics in the students of the National Learning Service (SENA) during the pandemic in the city of Villavicencio. **Materials and methods:** Research with a qualitative approach of a narrative type with the technique of participant observation; the semi-structured interview, field diary, sociodemographic survey, ecomap and genogram were used as instruments. **Results:** Extended family with a technological educational level. The following categories emerge: Family adjustments, family coexistence, family support network and affective communication, which are part of family dynamics. **Conclusions:** The pandemic generated important changes in the family organization, which led to adaptation processes at the educational, work and family levels; this, in turn, contributed to developing protective factors, strengthening affective ties, integrating dialogue as a communication strategy and seeking the well-being of all its members.

Keywords (source: DeCS): adaptation; Social isolation; Family health.

Resumo

Introdução: A pandemia afetou as famílias em primeira instância; cujo sistema é a base fundamental da sociedade e é aí que se desenvolve a dinâmica familiar. **Objetivo:** Analisar a dinâmica familiar nos alunos do Serviço Nacional de Aprendizagem (SENA) durante a pandemia na cidade de Villavicencio. **Materiais e métodos:** Pesquisa com abordagem qualitativa do tipo narrati-

va com a técnica de observação participante; foram utilizados como instrumentos a entrevista semiestruturada, o diário de campo, o levantamento socio-demográfico, o ecomapa e o genograma. **Resultados:** Família extensa com nível educacional tecnológico. Surgem as seguintes categorias: Adaptações familiares, convivência familiar, rede de apoio familiar e comunicação afetiva, que fazem parte da dinâmica familiar. **Conclusões:** A pandemia gerou mudanças importantes na organização familiar, que levaram a processos de adaptação ao nível educacional, laboral e familiar; isso, por sua vez, contribuiu para desenvolver fatores de proteção, fortalecer laços afetivos, integrar o diálogo como estratégia de comunicação e buscar o bem-estar de todos os seus membros.

Palavras-chave (fonte: DeCS): adaptação; Isolação social; Saúde da família.

Introducción.

La pandemia de la COVID-19 fue una situación que afectó a todo el mundo y llegó de manera inesperada, razón por la cual los países no tenían implementado un plan de contingencia para evitar que este virus se propagara de manera tan rápida entre la población (1). La Comisión Municipal de Salud de Wuhan (provincia de Hubei, China) notificó un conglomerado de casos de neumonía en la ciudad (2). Posteriormente se determinó que eran causados por un nuevo coronavirus, a partir de esto brindaron un conjunto de orientaciones técnicas con recomendaciones para todos los países sobre el modo de detectar

casos, realizar pruebas de laboratorio y gestionar posibles casos. Sin embargo, el 11 de marzo del 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2020 (3), declaró que el coronavirus COVID-19 pasó de ser una epidemia a ser una pandemia, por lo que las principales autoridades de cada Nación en el mundo entero empezaron a tomar medidas para controlar de cierta manera el colapso los sistemas sanitarios.

En Colombia el Ministerio de Salud y de Protección Social (4), estableció rutas para atención de coronavirus para enfrentar los posibles casos que llegaran al país. No obstante, a los 6 días del mes de marzo se confirmó el primer caso de COVID-19 y el país entró en una fase de contención para evitar la propagación del virus, ante esto, se limitó la cantidad de personas en eventos masivos, aislamiento preventivo para personas mayores de 70 años, suspensión de clases para estudiantes y el 25 de marzo el país entró en una fase de cuarentena general que duró hasta el 1 de septiembre y a partir de esta fecha se continuó con un aislamiento selectivo, de distanciamiento y responsabilidad individual (5).

Los departamentos del país, incluido el Meta y su respectiva capital Villavicencio, cumplió el aislamiento preventivo obligatorio y se dio una difusión masiva de medidas de prevención con énfasis en “quedarse en casa” restringiendo la circulación libre de personas y vehículos en lugares públicos - Ministerio de Educación Nacional (MinEducación) (6). Debido a estas estrategias el sistema laboral y educativo tuvo cambios drásticos comenzando con el

teletrabajo y estudio en casa, las dinámicas en el hogar tuvieron que adecuar estas modalidades; el cierre de centros educativos fue una de las primeras medidas adoptadas para prevenir la propagación del coronavirus.

Según Naranjo et al., (7), el aislamiento y por ende la pandemia generó un aumento del riesgo del maltrato físico y psicológico al interior de las familias; al estar la totalidad del tiempo confinado en los hogares, obligó a que los padres asumieran diferentes responsabilidades en la organización familiar, adaptándose a los cambios educativos como la virtualidad. Asimismo, esto afectó la economía de muchas familias que se dedicaban a la informalidad laboral, haciendo más difícil atravesar el confinamiento social generando consecuencias psicológicas como: la incertidumbre, temor, ira, depresión, problemas del sueño, ansiedad, estrés y la preocupación por la expectativa del fin del confinamiento; esta crisis, acentuó muchas desigualdades provocando que fuese difícil mantener el distanciamiento debido a los espacios físicos al interior de los hogares (8). De igual manera, los estudiantes de menores recursos no lograron continuar su educación a través de medios digitales (9),

La pandemia afectó en primera instancia a las familias; cuyo sistema es la base fundamental de la sociedad y es allí donde se desarrollan las dinámicas familiares, según Hernández (10), son un conjunto de relaciones establecidas en la organización familiar como lo son la cohesión, adaptabilidad y los procesos de comunicación, que se desarrollan en

la cotidianidad familiar; que contribuye al bienestar social, físico, emocional, y de salud de sus integrantes, además de permitir identificar cuáles son los recursos con los que la familia cuenta para poder superar los obstáculos que se presentan en la vida cotidiana.

La pandemia acentuó brechas de desigualdad que estaban presentes en la sociedad, esto generó una crisis sanitaria que trajo consecuencias a nivel económico, educativo y social, las cuales afectaron directamente a la principal unidad de la sociedad: la familia, ocasionando alteraciones que modificaron aspectos importantes en la vida de los seres humanos. La producción científica en cuanto a la relación de las dinámicas familiares durante la pandemia en la región de la Orinoquia fue escasa y no se pudo evidenciar los diferentes efectos positivos y negativos que trajo esta problemática en la familia, lo cual es de vital importancia para la salud pública.

Debido a esto, la investigación tuvo como propósito analizar las dinámicas familiares en los estudiantes del Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA) durante la pandemia en la ciudad de Villavicencio, con el propósito de tener evidencia científica que sirvan de soporte para los programas de política pública en la región.

Materiales y métodos

Investigación con enfoque cualitativo, el cual busca comprender y profundizar los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación

con el contexto. De igual manera se empleó la investigación narrativa, la cual consiste en que el investigador recolecta datos sobre las historias de vida y experiencias de ciertas personas para describirlas y analizarlas (11). La población empleada fueron familias de estudiantes del Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA) - regional Villavicencio y la muestra que se empleó fue una familia la cual tenía un integrante estudiando en el SENA; esta familia estaba compuesta por tres mujeres cuyas edades oscilaban entre los 19 y 54 años. Los criterios de inclusión para la selección de la muestra fueron: Familia que residieran en la ciudad de Villavicencio mínimo 2 años, Familia que tuvieran jóvenes inscritos al Servicio Nacional de Aprendizaje y aceptación del consentimiento informado y participación voluntaria en la investigación.

De igual manera, el muestreo que se usó fue el teórico ya que se trabajó con un único caso, lo cual permitió la posibilidad de ofrecer información profunda y detallada sobre el interés para la investigación. La técnica utilizada fue la observación participante, que consistió en recoger información a través de una observación prolongada en el tiempo con base a esto se tuvo en cuenta el espacio, el tiempo, los comportamientos y las interacciones que se pudieron evidenciar en el contexto de la familia. Los instrumentos utilizados fueron la encuesta de caracterización social, demográfica y cultural de las familias, la entrevista semi estructurada, la cual fue diseñada y elaborada por los autores del artículo con base a los

referentes teóricos encontrados sobre dinámicas familiares, el diario de campo, genograma y ecomapa.

Para la realización de esta investigación se tuvo inicialmente un acercamiento a la comunidad a través de medios digitales, seguidamente se realizó la recolección de la información utilizando los instrumentos mencionados, explicando los objetivos del estudio y generando un lugar adecuado para esto. Para realizar el procesamiento de la información obtenida a través de los instrumentos, se realizó inicialmente la transcripción de las entrevistas en formato Word; posteriormente se llevó a cabo el análisis de las narrativas más importantes a un formato Excel, la cual permitió hacer una depuración de categorías para el posterior análisis; teniendo en cuenta las transcripciones realizadas en el diario de campo. Finalmente, Para realizar el análisis de la información se tuvo en cuenta las categorías preestablecidas y las categorías que emergieron en el proceso del análisis, las cuales se contrastaron con los marcos teóricos investigativos siguiendo los objetivos propuestos.

Resultados

Características sociales, demográficas y culturales de la familia

Familia extensa, desplazada por la violencia de la ciudad de San José del Guaviare y residente del municipio de Villavicencio desde hace 17 años. Cuenta con vivienda propia y todos los servicios públicos básicos, esta familia se encuentra sin empleo, pero tienen un

apoyo económico por parte de otros familiares. Están afiliados a un régimen de salud subsidiado, utilizan el servicio de transporte público para movilizarse dentro de la ciudad. La región que comparte esta familia es la católica y la cristiana, pese a que son diferentes no reportan conflictos o desacuerdos frente a esto. Manifiestan tener una buena relación a pesar de la existencia esporádica de conflictos básicos.

Dinámicas familiares

Las dinámicas familiares se reflejados en los procesos de adaptabilidad, cohesión y comunicación que tiene la organización familiar durante el confinamiento generado por la pandemia. A partir del análisis de la información emergieron las siguientes categorías con sus subcategorías:

Categoría 1: **Ajustes en la familia.**

En esta categoría se establecen los diferentes procesos de cambio y adaptación realizados por los integrantes de la organización familiar durante el confinamiento debido a la pandemia por la COVID-19. Estos ajustes están enfocados en los ámbitos de la vida laboral, educativa, convivencia y roles familiares, acuerdos y desacuerdos que asumieron cada uno de ellos. De esta categoría se presentan dos subcategorías:

Subcategoría 1: **Cambios de rutinas familiares**

Se refiere a los hábitos que se modificaron en la familia, con el fin de generar procesos de adaptación en la vida familiar y de esta manera llevar la cotidia-

nidad con armonía y bienestar. *“Bueno pues fue un poquito como duro, si fue un poquito como duro porque pues ya no era lo mismo y digamos si quedaban muchas cosas pendientes o muchas cosas que no entendía y que quedaban en el aire o sea no es siento que no es lo mismo digamos yo pedirle una explicación así de frente a pedírsela por teléfono o a pedírsela mediante videollamada, ahora que también digamos que los tiempos se restringían o sea por decir el instructor podía, tenía no se media hora para resolver dudas y pues de pronto si hay muchas personas que tienen dudas pues el tiempo no va a alcanzar, si, de pronto en ese sentido que habían cosas que no quedaban muy claras” E1C58.*

Subcategoría 2: **Delegación de funciones familiares.**

Se refiere a las diferentes responsabilidades que asumieron cada uno de los miembros de la organización familiar, el reconocimiento de las figuras de autoridad existentes y la identificación de los conflictos que surgieron al interior del hogar durante el confinamiento. *“No, bueno realmente mi tía siempre era la que iba a hacer todas las vueltas lo que hubiese que hacer y ya la cocina siempre ellas dos, o sea el tema de cocinar, ya el aseo pues yo si lo hacia mi mamá yo le colaboraba a mi mamá o si lo hacia mi tía pues yo le colaboraba a mi tía” E1C51.*

Categoría 2: **Convivencia en la familia.**

Interacciones familiares y sociales que tuvieron y se vieron afectadas por el cumplimiento de las diferentes medi-

das de aislamiento que se generaron a raíz de la pandemia; asimismo, los espacios que se originaron para compartir vivencias y experiencias que hacen parte de su historia familiar. De aquí surgen subcategorías, las cuales se describen a continuación:

Subcategoría 1:
Cuidando la salud familiar.

Se refiere a las medidas de prevención contra la COVID-19 que asumieron cada uno de los miembros de la organización familiar para evitar el contagio. *“Nosotros la verdad aquí evitar salir, ya mantener dentro de la casa, si había que comprar cosas sola una persona iba y hacía todo lo que tuviera que hacer, lo otro es que tenemos familiares que viven en un barrio cerca de acá, entonces ellos también hacían mercados grandes y venían y traían un mercado aquí a la casa como para que nosotros no saliéramos”* E1C5.

Subcategoría 2:
Interacciones en la familia

Hace referencia al nivel de interés y las interacciones que tenía la familia con su comunidad, asimismo, los espacios que se generaron para compartir en familia durante el confinamiento. *“En especial manteníamos arto en el tema de los cultos, pero pues también de otros temas, de lo que ellos vivieron cuando eran más niñas”* E1C23.

Categoría 3:
Red de apoyo en la familia.

Hace referencia al soporte que tuvo la familia en aspectos educativos, fami-

liares y religiosos. Dentro de esta categoría surgen dos subcategorías:

Subcategoría 1:
Apoyo a la familia.

Se refiere a las diferentes ayudas que recibió la familia durante la pandemia para su estabilidad. *“Tenemos familiares que viven en un barrio cerca de acá, entonces ellos también hacían mercados grandes y venían y traían un mercado aquí a la casa como para que nosotros no saliéramos”* E1C6.

Subcategoría 2:
La espiritualidad como unión familiar.

Se refiere a la importancia que tuvo la religión para la convivencia familiar y su organización durante el confinamiento por la pandemia. *“Pues, durante ese tiempo, teníamos, bueno pues yo también participé durante varios encuentros, cultos de la religión cristiana y pues yo creo que eso también ayudó, eso también ayudo, porque también como que le ayudaba a uno a estar en paz consigo mismo, como a ser tranquilo, como cogiendo las cosas con más calma”* E1C22.

Categoría 4:
Comunicación afectiva

Esta categoría hace referencia al manejo de emociones que realizaron los miembros de la familia respecto a cada situación vivida, la manera en que resolvían sus diferencias, y como expresaban su afecto y cariño hacia los demás. Dentro de esta categoría surgieron dos subcategorías:

Subcategoría 1: Manejo de emociones

Hace referencia a la manera en que los integrantes de la familia asumen actitudes frente a sucesos significativos en donde las emociones juegan un papel importante. *“Ah bueno, no, no sé, como la autoconciencia, yo creo de ver que estando así en esa, en esa como esa actitud, generaba, me generaba como rabia, si entonces, como esa conciencia de que así no son las cosas, pueden ser de otra forma, de alguna manera mejor.”* E1C31.

Subcategoría 2: Expresión de afecto familiar.

Hace referencia a la capacidad que tiene la familia de manifestar sus sentimientos y la manera de transmitir el cariño, afecto y apego a cada uno de sus miembros. *“Mmm bueno, en especial así digamos como consentir, así lo digo yo no, por ejemplo, pues a mí me parece una muestra de cariño, yo pues como les decía arreglo uñas, pero ahoritica no estoy haciendo nada entonces a veces a mi mamá venga le arreglo las uñas y así, le voy a consentir un ratico los pies o a mi abuela o a mi tía”* E1C41.

Discusión

La investigación muestra una familia extensa, la cual está compuesta por madre, tía e hija, entendiendo familia extensa como todos aquellos familiares diferentes a padres y hermanos que tienen un vínculo de consanguinidad (12.). La concepción de familia ha tenido un cambio significativo debido a que parientes como abuelos, tíos, primos entre otros han llegado a conformarla por

causa de diferentes circunstancias como desplazamientos y separaciones (13).

Categoría 1: Ajustes en la familia

Respecto a esta categoría se pudo evidenciar los procesos de adaptación que realizó la organización familiar con el fin de sobrellevar los efectos que dejó el confinamiento durante la pandemia, en este se reflejan cambios en las rutinas familiares como en el ámbito laboral, en donde la única persona que contaba con empleo en el hogar no pudo continuar con este, debido a que su actividad económica era informal; caso contrario con la investigación realizada por Vera et al. (14), donde se evidencia que un número importante de adultos responsables en el hogar, mantuvieron su vinculación laboral durante la pandemia empleando la virtualidad y el teletrabajo, estableciendo un equilibrio entre las actividades laborales y domésticas. De este modo, la familia acude a su red familiar donde reciben apoyo económico y esto ayuda a mantener el bienestar de sus integrantes.

Los cambios de las rutinas también estuvieron enfocados al tema educativo, en el cual la familia manifestó un deterioro en la calidad de la educación, pero pese a esto generaron espacios del hogar para este ámbito; lo cual se asemeja a la investigación latinoamericana, en donde se evidencia que el sentimiento que predominó en este ajuste por parte de los estudiantes y sus familias fueron malestar, inconformidad y estrés, debido a los cambios que radicaron en la mala comunicación con los profesores;

las clases con cargas altas de tareas, clases sin explicación previa o retroalimentación y en algunos casos, la conectividad representaba un problema (15). Así mismo, la familia investigada refiere su inconformidad por el tiempo y la calidad de la educación recibida a través de la virtualidad, compensando con actividades extracurriculares que mitigaban en alguna manera el malestar y preocupación de sus integrantes.

La organización familiar delegó funciones y responsabilidades para las labores domésticas que les permitiera a su vez cumplir con las diferentes restricciones generadas por el aislamiento, esto conllevó a la identificación de la figura de autoridad, la cual era la encargada de salir de casa para realizar aquellas compras referentes a la alimentación. En coherencia con la investigación en donde los miembros de la familia fueron responsables de garantizar la protección de los miembros más vulnerables y de sí mismos para evitar el contagio. Estas acciones de protección se identificaron en la familia investigada, evidenciándose en las narrativas un alto grado de responsabilidad y cumplimiento hacia la protección de las personas más vulnerables en la organización familiar (14).

Categoría 2: ***Convivencia en la familia***

La familia presentó diferentes intereses entre los que se destacan aquellas medidas de prevención contra la COVID-19, generando que la familia creará coaliciones y se unieran para implementar acciones de autocuidado; en relación

con la investigación de Vera et al. (14), donde menciona que las familias tuvieron límites claramente definidos con el paso del tiempo para afrontar esta etapa de una manera más sana, en la medida en que se reorganizaron y flexibilizaron los espacios físicos y psicológicos de los integrantes con independencia de su salud y características estructurales de la vivienda. Un valor importante de las familias fue el respeto mutuo a pesar de la severidad que había en las restricciones para el control de la enfermedad.

Pese a que la familia tenía poca interacción con su comunidad, las actividades de recreación en las que participaban se vieron afectadas por la llegada de la pandemia, generando que la familia se uniera para compartir actividades de tipo espiritual y religioso empleando elementos tecnológicos y físicos; sin embargo, esto no generó ningún tipo de invasión a su espacio personal, como si pasó en la investigación de Tardivo et al. (16), donde se evidenció que individuos cuyas relaciones familiares habían sido afectadas negativamente por la cuarentena, no causaron un incremento de la cohesión familiar, pero sí una invasión del espacio personal. La familia tuvo espacios adecuados para compartir sin invadir espacios de privacidad, fomentando la participación e inclusión de todos sus miembros sin discriminación de edad, buscando la armonía familiar en el hogar.

Categoría 3: ***Red de apoyo en la familia***

Esta categoría permitió establecer y conocer los soportes educativos, fami-

liares y religiosos que tuvo la organización familiar, siendo estos de gran ayuda para su estabilidad como familia. Pese al confinamiento y restricción social, emplearon elementos tecnológicos como el celular para comunicarse con diferentes familiares que se encontraban en otros sectores del departamento y para compartir actividades de tipo espiritual; lo cual no sucedió en la investigación de Barotto et al. (17), debido a que el uso de la tecnología generó conflictos en su interior, ya que empleaban estos medios en momentos destinados a compartir, conversar, cenar, entre otros. En coherencia la familia presentó algunos conflictos por la tecnología, pero estos no afectaron fuertemente a la organización familiar, por el contrario, fue de mucha ayuda en el área educativa y en la convivencia familiar.

Categoría 4: Comunicación afectiva

La familia presentó un buen manejo de emociones frente a diferentes situaciones positivas y negativas que vivieron durante el confinamiento, permitiendo que ante la presencia de un conflicto o una situación que les generara malestar emplearan técnicas de autorregulación y evitación antes de dar respuesta a esto, el dialogo fue la estrategia principal para solucionar conflictos y comunicar decisiones, las muestras de cariño y afecto estuvieron basadas en acciones y expresiones no verbales. Esto tiene una gran relación en la investigación en que las familias que presentaron mayores niveles de expresión de afectividad referentes a espacios de relación para expresión de sentimien-

tos y emociones negativos y positivos, de una manera asertiva, regulando sus comportamientos en pro de una convivencia más armónica. y dando a conocer con claridad las preocupaciones por medio del dialogo presentaron un mayor desarrollo en la dimensión psicoemocional; logrando una mejor convivencia familiar (14).

Así mismo la familia implementó diferentes estrategias con el fin de mejorar la comunicación durante el confinamiento para no generar malestar al interior del hogar y poder tener una comunicación asertiva con participación de todos sus integrantes logrando bienestar y satisfacción en los procesos de comunicación implementados en la organización familiar.

Conclusiones

La pandemia por la COVID-19 fue una problemática de salud a nivel mundial que ocasionó una modificación en la vida de las personas generando la implementación de medidas de prevención las cuales influyeron en los hábitos que la sociedad tenía desarrollados. Según los resultados obtenidos en esta investigación, la familia, fue el principal sistema que presentó cambios significativos a raíz de estas medidas.

La virtualidad como estrategia en la educación conllevó a que las percepciones frente a esta fuesen negativas por la disminución de la calidad pese a las diferentes herramientas que brindaban las instituciones de este sector. El uso de herramientas tecnológicas tuvo un aumento significativo al interior de

la familia cumpliendo un papel importante como medio para continuar con aquellas interacciones sociales y familiares que se vieron afectadas por el confinamiento. De igual manera, la familia utilizó este medio para continuar sus actividades religiosas y espirituales que a su vez sirvieron de apoyo y unión para aquellas dificultades que se presentaban en su diario vivir.

El trabajo informal debido a las características propias de este no tuvo opción de implementar estrategias de continuidad en casa, lo cual a su vez no brinda garantías de estabilidad económica en la familia cuando se presenten situaciones similares a las de la pandemia. El confinamiento que las familias asumieron por esta problemática de salud resaltó los roles implícitos que había en la organización familiar, los cuales determinan los niveles de autoridad que se ejercen diariamente y los límites que se establecen para los diferentes sistemas. Asimismo, la delegación de funciones y responsabilidades en la familia permiten que se puedan suplir necesidades de una manera eficaz contribuyendo al bienestar de sus miembros.

En estas circunstancias, en las que todos los miembros de la familia conviven diariamente dentro de un mismo lugar, la comunicación es de vital importancia para solucionar conflictos y evitar que se mantenga al interior de las familias el malestar que esto ocasiona. A su vez, se convierte en un factor protector que permite expresar de diferentes maneras, sentimientos y emociones que debido a los intereses propios no se veían reflejados antes de la pandemia.

Finalmente, el vivir esta experiencia de confinamiento permitió que la familia valorara a cada integrante, afianzando sus lazos de afecto y de comunicación, buscando estrategias útiles para la resolución de conflictos y velando por el bienestar de la salud familiar.

Recomendaciones

A nivel mundial en caso de presentarse una situación de pandemia como la actual o con características similares, las medidas que se implementen y se asuman deben garantizar a las familias una estabilidad laboral, económica, emocional y de salud, para no afectar sus necesidades básicas de acuerdo con la dignidad humana.

En Colombia se deben implementar programas enfocados en las familias permitiendo garantizar su bienestar a través del suministro de recursos económicos y físicos a todas sin importar sus características sociodemográficas, asimismo, la educación debe ser una prioridad en estos programas, asegurando el acceso a la conectividad en especial a aquellas zonas rurales que son olvidadas por el estado; esto por medio de estrategias que permitan que el nivel educativo no se vea afectado.

En cuanto a la región de la Orinoquia y de Villavicencio, los programas de gobierno deben brindar garantías a las familias permitiendo el acceso a los servicios básicos, suministros de alimentos, recursos, y trabajo, que aporten al desarrollo y el fortalecimiento de la salud familiar. Asimismo, la educación regional debe facilitar procesos

de capacitación a los docentes que les suministren estrategias aptas y acordes a las necesidades de la región y del contexto, para que, de esta manera, cuando sucedan eventos similares tengan toda la capacidad de brindar sus conocimientos sin disminuir la calidad educativa.

A nivel de la facultad de Salud y del programa de Especialización en Salud familiar, se debe tener un mayor sentido de apropiación y pertenencia a eventos en los que la familia es el principal afectado; ahondando en las problemáticas que existen en ese momento y las posibles estrategias de solución a corto plazo para beneficiar a cada uno de los miembros de las organizaciones familiares. De igual manera, generar acciones investigativas del tema, en las que los estudiantes adquieran un rol importante y con esto aportar a investigaciones futuras en donde las familias y los estudiantes del programa se beneficien.

La comunidad y las familias deben adquirir un compromiso para desarrollar en su interior habilidades comunicativas que permitan la creación de espacios de diálogo, reflexión y espiritualidad, aptos para cualquier circunstancia que se presente en su contexto, contribuyendo al bienestar y la estabilidad emocional de cada uno de ellos. No obstante, para lograr esto, es necesario que participen en actividades comunitarias y familiares, donde tengan la oportunidad de compartir y fortalecer vínculos afectivos para el desarrollo de una red de apoyo.

Limitaciones del estudio

Se presentó la dificultad de conseguir la familia para que participara del presente estudio ya que las que cumplían con los criterios de inclusión no tenían la disposición de colaborar con la investigación.

Manifiestar conflictos de interés

Ningún conflicto de interés declarado.

Referencias

1. Preguntas y respuestas sobre coronavirus (COVID-19). 2020. Disponible en: <https://bit.ly/3JStcDP>
2. Organización Mundial de la Salud. (2020). COVID-19: cronología de la actuación de la OMS. Disponible en: <https://bit.ly/36BbOAg>
3. Organización Mundial de la Salud. La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia. Disponible en: <https://bit.ly/3iRxxD7>
4. Ministerio de Salud y Protección Social (2020). Medidas frente a la pandemia COVID-19. <https://bit.ly/3Dtwqvi>
5. Decretos Abril 2020 [Internet]. [cited 2020 May 14]. Disponible en: <https://bit.ly/3wMOLLR>
6. Ministerio de Educación Nacional. (2020). Decreto 457 mediante el cual se imparten instrucciones para el cumplimiento del Aislamiento Preventivo Obligatorio. Disponible en: <https://bit.ly/3JXcyDi>
7. Naranjo, M., Morales, I. y Ron. (2020). Efectos de la pandemia en la familia

- y en la sociedad ecuatoriana. *ecuatoriana. RES NON VERBA*, 10(2), 115-135. Disponible en: <https://bit.ly/3JTMcC6>
8. Parada, D. y Zambrano, G. (2020). Reinención de la vida cotidiana en mujeres cucuteñas en tiempos de Covid-19. *Psicoperspectivas*, 19(3), 41-51. Disponible en: <https://bit.ly/3tQnYTI>
9. Torrente, G. (2020). COVID-19 disease: the hospital of the future is already here. *Revista Clínica Española*, 220(7), 439-441. Disponible en: <https://bit.ly/3qL9670>
10. Hernández, A. (2018). Familia, ciclo vital, y psicoterapia sistémica breve. Editorial El Buho
11. Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. Editorial McGraw Hill.
12. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (s.f.). Familia Extensa. Disponible en: <https://bit.ly/3iNdwFW>
13. Castaño, M., Sánchez-Trujillo, M. y Viveros-Chavarría, E. (2018). Familia homoparental, dinámicas familiares y prácticas parentales. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 10(2), 51-70. Disponible en: <https://bit.ly/3wIVYD5>
14. Vera, V., López, A., Pérez, M., Martínez, L. y Quintosa, Y. (2020). Funcionamiento familiar durante la pandemia: experiencias desde el psicogrupo adultos vs covid-19. *Revista cubana de psicología*, 2(2), 41-50. Disponible en: <https://bit.ly/3Djdsr8>
15. Román, J. (2020). La educación superior en tiempos de pandemia: una visión desde dentro del proceso formativo. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 1(1), 13-40. Disponible en: <https://bit.ly/3wIW65x>
16. Tardivo, G., Suárez-Vergne, A., y Díaz, E. (2021). Cohesión familiar y covid-19: los efectos de la pandemia sobre las relaciones familiares entre los jóvenes universitarios madrileños y sus padres. *Revista de Investigaciones Políticas y Sociológicas*, 20(1), 1-16. Disponible en: <https://bit.ly/3wNg6US>
17. Barotto, M., Samanón, M. y Taormina, M. (2020). Uso de Tecnologías y Dinámicas Familiares. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, 5(4), 38-52. Disponible en: <https://bit.ly/3JR8DYw>