

FACTORES PROTECTORES Y DE RIESGO DE LA FAMILIA

Dra. Eleana Oyarzún N.
adaptado Dra. Isabel Segovia D.

Los supuestos centrales del enfoque de riesgo en salud son (Maddaleno, Horwitz, Jara, Florenzano, Salazar):

- Las personas, familias y comunidad tienen distintos grados de posibilidad de desviarse de la salud y el bienestar
- Las variaciones en la salud y el bienestar dependen del equilibrio que exista entre esfuerzos, recursos y necesidades
- Los factores que determinan el nivel de salud y bienestar son múltiples e interrelacionados
- El control de los factores de riesgo, suprimiéndolos o compensándolos disminuye la probabilidad de daño
- El refuerzo de los factores protectores aumenta las posibilidades de una mejor salud y bienestar

El concepto de enfoque de riesgo plantea que:

- A mayor conocimiento sobre eventos negativos, mayor posibilidad de actuar anticipadamente sobre ellos, evitando su ocurrencia (prevención primaria)
- Al permitir modificar las consecuencias del daño actuando en la fase precoz del proceso, se interviene en la prevención de su desarrollo (prevención secundaria)
- Es posible planear estrategias para controlar la progresión del daño cuando éste ya se ha producido (prevención terciaria)

A continuación revisaremos los conceptos de:

- **Vulnerabilidad:** es el grado estimado de daño que puede sufrir un individuo, familia o comunidad, como resultado de la ocurrencia de un fenómeno de variada intensidad y que puede cuantificarse de ninguno a total. Es un estado continuo a través del ciclo vital, se encuentra en cambio permanente, es decir, disminuye, aumenta o desaparece.
- **Factores de riesgo:** son características o condiciones biológicas, psicológicas, conductuales o sociales cuya existencia en los individuos o familias incrementa la probabilidad de presentar algún daño en salud. Existen diversas clasificaciones de factores de riesgo, una de ellas puede ser clasificarlos en individuales, sociales, macrosociales. Además se puede clasificar por grupo étnico, o por riesgo de disfunción familiar en factores de riesgo menores, intermedios o mayores.
Ejemplos de factores de riesgo familiares:

- Focos cercanos de contaminación
 - Patología crónica de algún miembro de la familia (DM, HTA, EPI) o enfermedad terminal grave reciente de otro familiar
 - Inadecuado saneamiento básico (agua no potable, baño de pozo negro o letrina sin alcantarillado, acumulación de basuras en el patio o alrededor de la casa, vectores, animales intradomiciliarios)
 - Insatisfacción laboral: autopercepción de descontento con el trabajo actual
 - Sobrecarga laboral: autopercepción de trabajar demasiado, objetivable por más de ocho horas / día; fatiga, trabajo con turnos de noche o fines de semana
 - Nivel de endeudamiento elevado: mayor del 30% del ingreso familiar
 - Cesantía temporal: menos de un año sin trabajo, habiendo tenido previamente trabajo estable por un año o más
 - Ausencia de padre o madre
 - Analfabetismo madre o sustituto
 - Mala calidad de la vivienda: “vivienda inadecuada”, fallas estructurales, espacio insuficiente, material ligero más del 50%
 - Hacinamiento
 - Minusvalía física y / o mental del padre, madre y / o hijos
 - Enfermedad terminal del padre, madre y / o hijos
 - Duelo reciente (menos de seis meses)
 - Enfermedad grave reciente (por hospitalización, riesgo de muerte, invalidez por más de un mes, postración, secuela evidente)
 - Extrema pobreza: ingresos insuficientes para adquirir el contenido de alimentos de una canasta básica
 - Nivel sociocultural muy bajo: ambos padres analfabetos o semianalfabetos y nadie más en el hogar con estudios medios
 - Cesantía crónica: un año sin trabajo (requisito haber tenido trabajo previamente por un año o más)
 - Uniones de pareja inestables: uniones consensuales múltiples (dos o más) con duración menos de dos años cada una o una misma unión con dos o más separaciones previas por causa de problema conyugal
 - Patología psiquiátrica grave del padre, madre o hijos
 - Promiscuidad
 - Subsistema familiar cerrado: estilo de dirección autoritario, acumulación de poder en un solo miembro, límites con exterior cerrado con intercambio nulo o escaso, que limita la diferenciación de sus miembros
- **Conductas de riesgo:** corresponde a acciones voluntarias o involuntarias, efectuadas por un individuo o comunidad y que puede llevar a consecuencias

nocivas para su salud física, mental, emocional o espiritual. Son múltiples y pueden ser tanto biológicas como psicosociales.

Ejemplo: consumo de tabaco → cáncer pulmonar

relación sexual precoz sin protección → embarazo adolescente

consumo exagerado de alcohol → accidentes y cirrosis hepática

deserción escolar → drogadicción y embarazo adolescente

Ahora bien, el enfoque de riesgo va unido directamente al enfoque de protección, ya que permite a la vez, identificar las condiciones que impiden la aparición del riesgo y sus consecuencias, por lo que disminuye la vulnerabilidad y favorece la resistencia al daño.

La observación ha permitido comprobar, que individuos sometidos a los mismos factores de riesgo, elaboran conductas positivas que evitan el daño, por lo que se deduce que existen mecanismos y procesos que anulan, minimizan o atenúan los riesgos. Estos son los llamados FACTORES Y CONDUCTAS PROTECTORES.

- **Factores protectores:** son características o condiciones biológicas, psicológicas, conductuales o sociales cuya presencia facilita el desarrollo, permite la expresión de potencialidades y bloquea o disminuye el impacto de algunos factores de riesgo en el individuo y en la familia.

Al igual que los factores de riesgo, pueden clasificarse en individuales, sociales y macrosociales.

La clasificación que revisaremos, comprende:

1. Factores protectores estructurales:

- Amplias redes sociales y familiares de apoyo
- Nivel sociocultural adecuado
- Nivel de escolaridad adecuado (ambos padres con más de 8º básico)
- Vivienda adecuada
- Integración a subsistemas mayores
- Estabilidad y satisfacción laboral
- Necesidades vitales y de recreación cubiertas

2. Factores protectores funcionales:

- Subsistema familiar abierto: comunicación directa, reglas claras y flexibles, estilos de comunicación niveladores, desarrollo de los miembros de la familia
- Expresión de afecto y reconocimiento mutuo

- Sentido de pertenencia
 - Autoestima alta de los miembros de la familia
 - Relaciones claras con la familia de origen
 - Buen sentido de humor
 - Optimismo
- **Conductas protectoras:** corresponde a acciones voluntarias o involuntarias, que pueden llevar a consecuencias protectoras para la salud, son múltiples y pueden ser bio- psico-sociales.
Ejemplos de conductas protectoras:
Actividad física
Paternidad responsable
Alimentación saludable
Respeto hacia los demás
Participación en grupos
Comunicación familiar
Afectividad en la familia

La **resiliencia** es entendida como aquella característica humana que permite recuperarse y superar la adversidad. Es un concepto que nos centra en los factores protectores, que pueden ser propios como la inteligencia, locus de control interno, sentido del humor y habilidades empáticas; o externos o circunstanciales como por ejemplo la cohesión familiar, al menos un padre amoroso, sentido de pertenencia. Desde la resiliencia luego hemos avanzado al desarrollo humano positivo, al desarrollo normal y saludable en toda circunstancia, y no sólo en la adversidad.

Debemos centrarnos más en la protección que en el riesgo, basados en los siguientes hechos comprobados:

- Los factores y conductas protectores pueden compensar, ya sea total o parcialmente, a los factores de riesgo
- El enfrentamiento exitoso con el estrés, desde la etapa de la infancia y a través del ciclo vital, contribuye al desarrollo personal positivo y al autocuidado
- La promoción de la salud y prevención del daño, puede ser posible sin inversión de grandes recursos y apoyo externo, logrando exitosos resultados