

Familias

contemporáneas:
vínculos, cuidados y
transformaciones



DANIEL XAVIER CALVA NAGUA

Familias

— *contemporáneas:*
vínculos, cuidados y
transformaciones

Daniel Xavier Calva Nagua



Dirección Editorial: PhD. Jorge Luis León-González

Diseño de portada y edición: DI. Yunisley Bruno-Díaz

ISBN: 978-1-968794-60-6

DOI: <https://doi.org/10.64092/FVLD9796>

© Daniel Xavier Calva Nagua, 2026. All rights reserved.

La evaluación científica y metodológica de la obra se realizó a partir del método de Revisión por Pares Abierta (Open Peer Review).

Este libro es una publicación de acceso abierto licenciada bajo la Licencia Internacional Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 (CC BY-NC-SA 4.0), que permite compartir, copiar, redistribuir, adaptar, transformar y reproducir el material en cualquier medio o formato con fines no comerciales, siempre que se otorgue el crédito correspondiente al autor, se proporcione un enlace a la licencia y se indiquen los cambios realizados. Si el material se remezcla, transforma o se crea a partir de él, la obra resultante deberá distribuirse bajo la misma licencia que el original. No podrán aplicarse términos legales adicionales ni medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otras personas el ejercicio de los derechos concedidos por la licencia.



SOPHIA EDITIONS

8404 N Rome Ave, Tampa,
Florida, USA

Email: contact@sophiaeditions.com

Phone: +1 (813) 699-2557

<https://sophiaeditions.com/>

DEDICATORIA

A mi familia, por ser el espacio donde aprendí el valor del acompañamiento, la perseverancia y el compromiso con los demás. En especial, a mi madre, *Lcda. Sandra del Consuelo Nagua Valarezo, Psic.*, por su presencia constante, sus enseñanzas y el apoyo incondicional que ha acompañado cada etapa de mi vida personal, académica y profesional. Su ejemplo, fortaleza y confianza han sido una fuente permanente de inspiración para continuar construyendo nuevos caminos.

AGRADECIMIENTO

Expreso mi especial agradecimiento al *Dr. Eudaldo Enrique Espinoza Freire*, por su orientación, acompañamiento y valiosos aportes durante el proceso de elaboración de esta obra. Su experiencia académica y disposición para compartir conocimientos contribuyeron significativamente a transformar una idea inicial en el trabajo que hoy sale a la luz.

Agradezco igualmente a mi familia, por el respaldo constante y la comprensión brindada durante las distintas etapas de este proceso. Toda obra académica demanda tiempo, reflexión, constancia y dedicación, y contar con personas capaces de acompañar ese recorrido constituye un apoyo invaluable.

COMITÉ

EDITORIAL

PhD. Juan Gabriel Rivera-Ortiz, Ana G. Méndez University, Estados Unidos

PhD. Armanda Matos, Universidade de Coimbra, Portugal

PhD. Domingo Antonio Lilón-Larrauri, Universidad de Pécs, Hungría

PhD. Frida Díaz-Barriga Arceo, Universidad Nacional Autónoma de México, México

PhD. Lok Raj Sharma, Makawanpur Multiple Campus, Nepal

PhD. Pamela Marccone-Dapelo, Universidad de Playa Ancha, Chile

PhD. Sébastien Quenot, Università di Corsica, Francia

PhD. Rafael Ravina-Ripoll, Universidad de Cádiz, España

PhD. Karen Pesantes-Aldana, Universidad Privada Antenor Orrego, Perú

PhD. Pablo Páramo-Bernal, Universidad Pedagógica Nacional, Colombia

PhD. Eduardo Somarribas-Chávez, Centro Agronómico Tropical de Investigación y Enseñanza, Costa Rica

PhD. Lázaro Pino-Rivero, Lone Star College, Estados Unidos

PhD. Anurag Hazarika, Global Interfaith University, Estados Unidos

PhD. Setyamartana Parman, Sekolah

Tinggi Teknologi Kedirgantaraan, Indonesia

PhD. Vicenç Font-Moll, Universidad de Barcelona, España

PhD. Ricardo Rivero-Ortega, Universidad de Salamanca, España

PhD. María Elena Estrada-Martínez, Colegio Palms Day School, Estados Unidos

PhD. Annette Lourdes Padilla-Gómez, Instituto de Educación de Aguascalientes, México

PhD. José Fernando Escobedo-Gálvez, Universidad Señor de Sipán, Perú

PhD. Ahmed G. Hegazy, National Research Centre, Egipto

PhD. Lilibeth Portillo-Rumbo, Universidad Autónoma de Tlaxcala, México

PhD. Ana María Téllez-López, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, México

PhD. Alexandra Verónica Parra-Cárdenas, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, Ecuador

PhD. Faisal A. Alnaser, Imperial College London, Reino Unido

PhD. Berlan Rodríguez-Pérez, Pontificia Universidad Católica del Perú, Perú

PhD. José Alberto Rivera-Costales, Universidad de Santiago de Compostela, España

PhD. Claudia Wasserman,
Universidade Federal do
Rio Grande do Sul, Brasil

**PhD. Enrique Rafael
Farfán-Heredia,**
Universidad Autónoma
del Carmen, México

**PhD. Lali Viviana Cedeño-
Sánchez,** Universidad
de Guayaquil, Ecuador

PhD. Odette Martínez-Pérez,
Universidad Bolivariana
del Ecuador, Ecuador

PhD. Moacir Gadotti,
Universidade de São
Paulo, Brasil

**PhD. Cesar Augusto
Bernal-Torres,** Universidad
de La Sabana, Colombia

**PhD. Lázaro Jesús
Ojeda-Quintana,** URBE
University, Estados Unidos

**PhD. Ángel Deroncele-
Acosta,** Universidad San
Ignacio de Loyola, Perú

**PhD. Rafael Gutiérrez-
Núñez,** Universidad
de Ciencias Médicas
de Granma, Cuba

**PhD. Alfredo Noré Saluanja-
Muacachila,** Universidade
do Namibe, Angola

**PhD. Ronald Antonio
Prieto-Pulido,** Universidad
Simón Bolívar, Colombia

**PhD. Nurian Yamileth
Luna-Laínez de Quintanilla,**
Universidad Gerardo
Barrios, El Salvador

**PhD. Lina María Cano-
Vásquez,** Universidad
Pontificia Bolivariana,
Colombia

**PhD. Jarosław
Korpysa,** University of
Szczecin, Polonia

PhD. Silvia Finocchio,
Universidad Nacional
de La Plata, Argentina

**PhD. Pablo Pérez-
Navarro,** Universidad
de Coimbra, Portugal

**PhD. Oscar José Alejo-
Machado,** Instituto
Superior Tecnológico de
Investigación Científica
e Innovación, Ecuador

**PhD. Juan Díaz-
Godino,** Universidad
de Granada, España

**PhD. Thiago Duarte-
Pimentel,** Universidade
Federal de Juiz de
Fora, Brasil

**PhD. Guadalupe Velázquez-
Vázquez,** Benemérita
Universidad Autónoma
de Puebla, México

**PhD. Lillian Rocio Pintado-
Sosa,** Universidad Ana
G. Méndez, Puerto Rico

PhD. Alexandru Manole,
ARTIFEX University of
Bucharest, Rumania

PhD. Alina Borysova,
Kharkiv State Academy
of Culture, Ucrania

PhD. Irina Sokolova,
Don State Technical
University, Rusia

PhD. Nadezhda Fedko,
Rostov State Transport
University, Rusia

**PhD. Samikshya
Madhukullya,** Global
Interfaith University,
Estados Unidos

**PhD. Roberto Maurice
Robert,** 21st Century
Open University, Wyoming,
Estados Unidos.

Prefacio	i
-----------------------	---

Introducción	viii
---------------------------	------

Capítulo 1.

Familias contemporáneas: diversidad, parentalidad y transformación de los vínculos

1.1. Definición y evolución del concepto de familia: de la tradición a la diversidad contemporánea	1
--	---

1.2. Diversidad familiar: estructuras, configuraciones y trayectorias contemporáneas	14
--	----

1.3. Parentalidad y crianza en familias de parejas del mismo sexo	26
---	----

1.4. Transformación de roles y vínculos intergeneracionales en la familia contemporánea	37
---	----

Capítulo 2.

Construcción y dinámica de los vínculos familiares

2.1. Apego, seguridad emocional y construcción de los vínculo	53
---	----

2.2. Comunicación afectiva y regulación emocional en la familia	62
---	----

2.3. Conflicto familiar, negociación y reparación de los vínculos	74
---	----

2.4. Cohesión, pertenencia y experiencias que fortalecen la familia	86
---	----

Capítulo 3.

Crianza, infancia y adolescencia en el entorno familiar

3.1. Parentalidad, corresponsabilidad y estilos de crianza	101
--	-----

3.2. Familia y desarrollo emocional y social durante la infancia	105
--	-----

3.3. Familia y escuela: acompañamiento educativo y desarrollo integral	134
3.4. Adolescencia, identidad y construcción de la autonomía	149
3.5. Límites, autoridad y acompañamiento en las relaciones intergeneracionales	176

Capítulo 4.

Salud, discapacidad y cuidados en la dinámica familiar

4.1. Enfermedad crónica y adaptación familiar	206
4.2. Discapacidad, autonomía y participación en la familia	217
4.3. Cuidado familiar, sobrecarga y autocuidado	239
4.4. Redes de apoyo, adaptación y bienestar familiar...	255

Capítulo 5.

Crisis, vulnerabilidad y transiciones en la vida familiar

5.1. Crisis, separación, divorcio y reconstrucción familiar ..	271
5.2. Violencia intrafamiliar, vulnerabilidad social y protección	285
5.3. Consumo de drogas, adicciones y repercusiones en la dinámica familiar	301
5.4. Encarcelamiento y privación de libertad: impactos en los vínculos familiares	312
5.5. Duelo, pérdidas y reorganización familiar	325
5.6. Migración, familias transnacionales y reunificación	336

Referencias	351
--------------------------	-----

PREFACIO

La familia constituye una de las realidades humanas más universales y, al mismo tiempo, una de las más dinámicas. A lo largo de la historia ha experimentado transformaciones profundas en sus estructuras, funciones, formas de convivencia, relaciones de autoridad, prácticas de crianza y maneras de construir pertenencia. Hablar de familia en el presente exige, por ello, superar representaciones únicas o estáticas y reconocer la diversidad de experiencias mediante las cuales las personas crean vínculos, asumen responsabilidades, proporcionan cuidados, afrontan conflictos y organizan proyectos compartidos. En ese escenario se inscribe Familias contemporáneas: vínculos, cuidados y transformaciones, una obra concebida para aproximarse a la complejidad de la vida familiar desde una perspectiva amplia, actual y sensible a los cambios sociales que atraviesan las relaciones humanas.

La familia contemporánea no puede comprenderse exclusivamente a partir de su composición. Aunque las transformaciones estructurales resultan fundamentales para explicar su diversidad, aquello que define buena parte de la experiencia familiar se encuentra también en la calidad de los vínculos, la capacidad de cuidado, la comunicación, la construcción de seguridad emocional, la negociación de responsabilidades y las formas mediante las cuales sus integrantes responden a las diferentes etapas y acontecimientos de la vida. Las familias cambian porque cambia la sociedad, pero también porque cambian las personas que las integran. El nacimiento y crecimiento de los hijos, la adolescencia, el envejecimiento, la enfermedad, la discapacidad, las separaciones, las pérdidas, las migraciones y las crisis obligan a revisar acuerdos, redistribuir funciones y construir nuevas maneras de permanecer vinculados. La transformación, por tanto, no constituye una circunstancia excepcional de la experiencia familiar, sino una característica inherente a ella.

Esta obra parte precisamente de esa comprensión dinámica. No pretende establecer un modelo ideal de familia frente al cual deban evaluarse todas las demás configuraciones, sino examinar los procesos que pueden favorecer relaciones familiares capaces de proporcionar seguridad, reconocimiento, pertenencia y posibilidades de desarrollo. La diversidad familiar ocupa, en consecuencia, un lugar central. Las transformaciones de las últimas décadas han hecho más visibles configuraciones que durante mucho tiempo permanecieron insuficientemente representadas en determinados discursos sociales y académicos. Familias monoparentales, reconstituidas, extensas, transnacionales, adoptivas y aquellas constituidas por parejas del mismo sexo forman parte de una realidad plural que obliga a desplazar la atención desde la búsqueda de una estructura considerada normativa hacia el análisis de los procesos relacionales, educativos y afectivos que se desarrollan dentro de cada contexto.

Desde esta perspectiva, los vínculos constituyen uno de los ejes articuladores del libro. La pertenencia familiar no se construye únicamente mediante parentesco o convivencia, sino también a través de experiencias reiteradas de disponibilidad, reconocimiento, cuidado y reciprocidad. El apego y la seguridad emocional ofrecen una primera aproximación a estos procesos, pero su desarrollo continúa durante todo el ciclo vital. La comunicación afectiva, la regulación emocional, la confianza, la posibilidad de expresar desacuerdos y la capacidad de reparar los vínculos después del conflicto intervienen en la construcción cotidiana de las relaciones. Una familia cohesionada no es necesariamente aquella en la que existen pocas diferencias, sino aquella capaz de sostener la pertenencia sin eliminar la individualidad de sus integrantes. Esta distinción resulta particularmente importante en un tiempo en el que las relaciones familiares deben conciliar cercanía y autonomía, protección y libertad, continuidad y transformación.

El conflicto forma parte de la dinámica familiar y puede surgir por diferencias de expectativas, necesidades, valores y responsabilidades entre sus integrantes. Sus consecuencias dependen, en gran medida, de la forma en que se afronta.

La escucha, la regulación emocional, el reconocimiento de distintas perspectivas y la búsqueda de acuerdos permiten gestionar los desacuerdos de manera constructiva. Esto resulta especialmente importante en la relación entre progenitores e hijos, donde el establecimiento de límites y el ejercicio de la autoridad deben proporcionar orientación y seguridad sin restringir innecesariamente la autonomía.

La crianza constituye, por ello, otro de los ejes centrales de la obra. Las funciones parentales comprenden el cuidado, la protección, el establecimiento de límites y el acompañamiento del desarrollo emocional, social y progresivamente autónomo de niños y adolescentes. En este proceso, la corresponsabilidad resulta fundamental para distribuir de manera equilibrada las tareas de cuidado y educación, evitando su concentración en un único integrante. Las transformaciones de los roles familiares exigen revisar formas tradicionales de organización y promover una participación parental ajustada a las necesidades y posibilidades de cada familia.

La relación entre familia y escuela amplía este análisis al recordar que el desarrollo infantil y adolescente no ocurre dentro de espacios aislados. La educación constituye una responsabilidad en la que convergen diferentes actores, y la participación familiar puede contribuir significativamente al acompañamiento de las trayectorias educativas. Sin embargo, esta relación requiere colaboración y reconocimiento mutuo, evitando tanto trasladar a las familias responsabilidades propias de las instituciones como excluirlas de procesos en los que su conocimiento y participación resultan relevantes. Educar implica construir puentes entre contextos, comprender que los aprendizajes académicos se relacionan con dimensiones emocionales y sociales y reconocer que el bienestar de niños y adolescentes depende, en buena medida, de la coherencia y calidad de los entornos en los que transcurre su vida cotidiana.

La adolescencia ocupa un lugar particularmente significativo dentro de este recorrido porque hace visible una de las tensiones fundamentales de las relaciones familiares: acompañar mientras se aprende a dejar decidir. La construcción de identidad y autonomía exige una modificación progresiva de los vínculos

entre generaciones. Los adolescentes necesitan espacios para explorar, elegir, equivocarse, asumir consecuencias y desarrollar criterios propios; mientras continúan requiriendo seguridad, orientación y límites. Para las familias, esta transición puede resultar compleja porque demanda transformar formas de protección que fueron adecuadas durante etapas anteriores. La autonomía no surge de una retirada repentina del acompañamiento, sino de una transferencia gradual de responsabilidades sustentada en la confianza, el diálogo y el reconocimiento de capacidades crecientes.

El cuidado constituye otro hilo conductor esencial. Ante una enfermedad crónica, discapacidad o situación de dependencia, la familia suele asumir nuevas responsabilidades que pueden modificar rutinas, recursos económicos, funciones y proyectos. Estas experiencias también plantean la necesidad de conciliar cuidado y autonomía, pues requerir apoyo no elimina el derecho de la persona a participar en las decisiones que afectan su vida. El desafío consiste en proporcionar la ayuda necesaria sin sustituir innecesariamente su capacidad de elección ni convertir la protección en control.

El cuidado prolongado también repercute sobre quienes lo proporcionan y puede generar cansancio, aislamiento, sobrecarga emocional y limitaciones laborales o personales. Atender el bienestar del cuidador resulta, por ello, fundamental para la sostenibilidad del cuidado y del propio funcionamiento familiar. Distribuir responsabilidades, reconocer límites, preservar espacios personales y disponer de apoyos externos permite reducir la concentración de las demandas en una sola persona. La familia constituye una fuente esencial de cuidado, pero no debe sustituir las responsabilidades que corresponden también a los servicios y las instituciones.

Las redes de apoyo complementan estos recursos familiares. Parientes, amistades, comunidad, profesionales e instituciones pueden proporcionar ayuda emocional, práctica e informativa durante distintas etapas y situaciones del ciclo vital. Su valor depende no solo de su existencia, sino de su disponibilidad, accesibilidad y capacidad para responder a necesidades concretas. Estas redes resultan especialmente importantes

ante enfermedad, discapacidad, dependencia y cuidados prolongados, aunque también pueden facilitar la adaptación frente a pérdidas, separaciones, migraciones y otras transiciones familiares.

Las crisis familiares permiten observar con especial claridad la capacidad de los vínculos para reorganizarse. Separaciones y divorcios exigen redefinir acuerdos, roles y responsabilidades; la violencia intrafamiliar requiere priorizar protección y seguridad; el duelo transforma presencias y funciones; y la migración obliga a mantener vínculos, cuidados y responsabilidades a pesar de la distancia. Estas experiencias muestran que la adaptación familiar no siempre consiste en conservar intacta su estructura, sino que puede requerir nuevas formas de relación, límites, apoyos externos y reorganizaciones capaces de responder a las circunstancias.

La vulnerabilidad, además, no puede interpretarse exclusivamente como una característica interna de determinadas familias. Las posibilidades de afrontar una crisis están condicionadas por recursos económicos, condiciones laborales, acceso a vivienda, servicios sanitarios y educativos, redes comunitarias y sistemas de protección. Una familia puede disponer de importantes capacidades relacionales y encontrarse, sin embargo, sometida a condiciones materiales que dificultan su adaptación. Esta consideración evita responsabilizar exclusivamente a las personas por dificultades que poseen también dimensiones sociales y estructurales. Comprender a las familias contemporáneas exige observarlas en relación con los contextos en los que viven y reconocer que el bienestar familiar constituye una responsabilidad compartida entre individuos, comunidades, instituciones y políticas sociales.

A lo largo de estas páginas aparece, portanto, una idea transversal: las familias no son realidades terminadas. Se construyen y reconstruyen continuamente mediante decisiones cotidianas, vínculos afectivos, responsabilidades compartidas, conflictos, cuidados, pérdidas y aprendizajes. Algunas transformaciones son elegidas; otras irrumpen inesperadamente. Algunas amplían posibilidades; otras obligan a afrontar dolor, incertidumbre o vulnerabilidad. En todos los casos, la capacidad de adaptación

no debería confundirse con la obligación de soportarlo todo. Una familia resiliente no es aquella que nunca experimenta cansancio, conflicto o necesidad de ayuda, sino aquella que puede reconocer sus dificultades, movilizar recursos, revisar su organización y buscar apoyo cuando sus propias capacidades resultan insuficientes.

Familias contemporáneas: vínculos, cuidados y transformaciones propone así una aproximación que integra diversidad, relaciones, desarrollo, cuidado, autonomía, crisis y bienestar. Los cinco capítulos mantienen una continuidad deliberada: se parte de la transformación histórica y estructural de las familias; se avanza hacia la construcción de los vínculos y sus dinámicas emocionales; se examinan la crianza, la infancia y la adolescencia; se profundiza en las implicaciones familiares de la salud, la discapacidad y los cuidados; y finalmente se abordan crisis, vulnerabilidades y transiciones capaces de exigir profundas reorganizaciones. Esta estructura responde a una comprensión de la familia como sistema relacional en movimiento, atravesado por etapas vitales y circunstancias sociales que modifican constantemente las necesidades de sus integrantes.

El propósito último de esta obra no es ofrecer respuestas uniformes para realidades necesariamente diversas. Su aspiración es contribuir a una comprensión de la familia que reconozca simultáneamente la fuerza de los vínculos y la necesidad de autonomía, el valor del cuidado y los límites de quienes cuidan, la importancia de la pertenencia y el derecho a la diferenciación, así como la capacidad de adaptación y la necesidad legítima de recibir apoyo. Comprender las familias contemporáneas supone aceptar que su diversidad no constituye una excepción que deba explicarse frente a un único modelo, sino una expresión de las múltiples maneras en que los seres humanos construyen convivencia, responsabilidad, afecto y continuidad entre generaciones.

En una época marcada por transformaciones sociales aceleradas, movilidad humana, nuevas configuraciones familiares, cambios en los roles de género, prolongación de los cuidados, envejecimiento poblacional y renovadas demandas

de autonomía e inclusión, estudiar la familia continúa siendo imprescindible. Quizá precisamente porque cambia, la familia conserva una extraordinaria relevancia. En ella se experimentan algunas de las primeras formas de confianza y pertenencia, pero también pueden aparecer conflictos, desigualdades y vulnerabilidades que requieren reconocimiento e intervención. Mirarla en toda su complejidad significa evitar tanto su idealización como su reducción a sus dificultades.

Este libro invita, finalmente, a comprender la familia como una realidad profundamente humana: imperfecta, cambiante, diversa y capaz de reconstruirse. Sus vínculos necesitan cuidado; sus cuidados necesitan límites y apoyos; su pertenencia necesita espacio para la autonomía; y sus transformaciones necesitan ser comprendidas dentro de las circunstancias históricas, sociales y personales en las que ocurren. Desde esa mirada, la familia deja de ser únicamente una estructura y se revela como un proceso continuo de construcción compartida, donde permanecer unidos no significa permanecer iguales y donde transformarse puede constituir, en muchas ocasiones, una de las formas más profundas de continuar siendo familia.

INTRODUCCIÓN



Ninguna persona llega al mundo fuera de una trama de relaciones. Antes de comprender las normas sociales, ingresar a una institución educativa, establecer amistades duraderas o construir un proyecto propio, existe ya un entramado de afectos, responsabilidades, expectativas y circunstancias que influye en las primeras experiencias de vida. Para una gran parte de los seres humanos, ese entramado se encuentra vinculado de alguna manera con la familia. Allí se aprende a confiar, pedir ayuda, compartir, negociar, obedecer, disentir, cuidar y ser cuidado. Allí pueden encontrarse seguridad y pertenencia, pero también tensiones, desigualdades, ausencias y conflictos. La familia constituye, por ello, una realidad profundamente humana que no puede comprenderse únicamente mediante definiciones jurídicas, estructuras de parentesco o clasificaciones demográficas.

Estudiar las familias en el siglo XXI implica enfrentarse a una realidad que ha desbordado muchas de las categorías utilizadas tradicionalmente para explicarlas. Las transformaciones sociales, culturales, económicas y tecnológicas han modificado las formas de convivencia, la duración y configuración de las relaciones de pareja, la distribución de responsabilidades, las experiencias de maternidad y paternidad, los vínculos entre generaciones y las maneras de proporcionar cuidados. A ello se suman la movilidad humana, las migraciones internacionales, el envejecimiento poblacional, los cambios en la participación laboral de mujeres y hombres y una creciente valoración de la autonomía individual. La familia no ha desaparecido ante estas transformaciones; ha modificado sus formas de organizarse, relacionarse y responder a las necesidades de quienes la integran.

Esta realidad obliga a formular preguntas distintas de aquellas que durante mucho tiempo dominaron el estudio de la vida familiar. Ya no resulta suficiente identificar una estructura determinada y asumir, a partir de ella, cómo serán sus relaciones internas. Una clasificación puede indicar quién vive con quién, qué vínculos de parentesco existen o cómo se distribuyen formalmente determinadas responsabilidades, pero ofrece información limitada acerca de la calidad de la comunicación,

la disponibilidad emocional, la confianza, la capacidad para resolver conflictos o el respeto por la autonomía. Dos familias con estructuras semejantes pueden construir experiencias profundamente diferentes, mientras configuraciones distintas pueden desarrollar relaciones caracterizadas por niveles comparables de compromiso, estabilidad y cuidado.

Desde esta perspectiva, la diversidad familiar debe comprenderse como una realidad social y humana, no como una desviación respecto de un único modelo considerado normativo. Familias monoparentales, reconstituidas, extensas, adoptivas, transnacionales y constituidas por parejas del mismo sexo forman parte del panorama contemporáneo. Cada configuración plantea necesidades y dinámicas particulares, pero ninguna estructura determina por sí sola la calidad de los vínculos o el bienestar de sus integrantes. Lo verdaderamente relevante es analizar cómo cada familia organiza el cuidado, distribuye responsabilidades, establece límites, acompaña el desarrollo de niños y adolescentes y responde a las transformaciones que atraviesa a lo largo del tiempo.

Hablar de diversidad tampoco significa ignorar la existencia de necesidades comunes. Independientemente de la configuración familiar, las personas necesitan reconocimiento, seguridad, protección, pertenencia y posibilidades de participar en las decisiones que afectan sus vidas. Lo que varía son las formas mediante las cuales estas necesidades se atienden y los recursos disponibles para hacerlo. Esta distinción permite desplazar la mirada desde la búsqueda de una estructura ideal hacia el análisis de los procesos relacionales que favorecen o comprometen el bienestar.

Los vínculos ocupan una posición central dentro de esta mirada. Una relación familiar no se sostiene únicamente por parentesco o convivencia, sino mediante experiencias repetidas de disponibilidad, reciprocidad, comunicación, confianza y cuidado. Estos elementos se construyen con el tiempo y pueden fortalecerse, deteriorarse o repararse. La seguridad emocional desarrollada en las primeras etapas de la vida constituye una base importante para explorar el entorno y establecer nuevas relaciones, pero la historia afectiva continúa modificándose

mediante experiencias posteriores. La familia es, por tanto, un espacio donde los vínculos poseen continuidad, pero también capacidad de cambio.

Esta capacidad de transformación resulta especialmente visible en la crianza. Ser madre, padre o asumir funciones parentales implica mucho más que proporcionar recursos materiales o ejercer autoridad. La parentalidad comprende afecto, protección, acompañamiento, establecimiento de límites y orientación progresiva hacia la autonomía. Estas funciones deben modificarse conforme cambian las necesidades de niños y adolescentes. Lo que constituye protección indispensable durante los primeros años puede convertirse posteriormente en una limitación innecesaria si no se ajusta al desarrollo de nuevas capacidades. Educar dentro de la familia supone también aprender a transformar la propia forma de acompañar.

La corresponsabilidad forma parte de este proceso. Cuidar, educar, sostener económicamente un hogar y asumir tareas domésticas requiere organización y distribución. Cuando estas responsabilidades recaen de forma permanente y desproporcionada sobre una sola persona, pueden aparecer agotamiento, desigualdad y sobrecarga. La corresponsabilidad no exige que todos realicen exactamente las mismas actividades, sino que las tareas sean reconocidas, valoradas y distribuidas de una manera compatible con las posibilidades y necesidades de quienes integran la familia.

El conflicto también forma parte de la vida familiar. Personas que comparten espacios, decisiones, recursos y afectos inevitablemente experimentarán diferencias de expectativas, necesidades y perspectivas. El problema no reside en la existencia del desacuerdo, sino en la forma en que se gestiona. Escuchar, negociar, reconocer errores, establecer límites y reparar el daño permiten preservar relaciones significativas incluso después de momentos difíciles. Esta capacidad de reparación cuestiona la expectativa irreal de familias sin tensiones y reconoce que las relaciones saludables no son aquellas donde nunca ocurre el conflicto, sino aquellas que disponen de recursos para enfrentarlo sin destruir la dignidad de quienes participan.

Sin embargo, el conflicto no debe confundirse con violencia. Cuando aparecen coerción, intimidación, control, agresión o conductas que comprometen la integridad física, psicológica o sexual de una persona, la prioridad debe situarse en la protección y la seguridad. La preservación de la unidad familiar no puede convertirse en una justificación para mantener situaciones perjudiciales. Esta distinción resulta fundamental para analizar la familia con una mirada que reconozca tanto su potencial protector como la existencia de circunstancias que requieren intervención y apoyo especializado.

La infancia constituye uno de los períodos en los que la influencia de las relaciones familiares resulta especialmente significativa. En el hogar se aprenden formas de comunicación, regulación emocional, resolución de conflictos y participación social. La familia no determina de manera absoluta el futuro de un niño, pero constituye uno de los principales contextos desde los cuales comienza a relacionarse con el mundo. La disponibilidad emocional, los límites coherentes y las oportunidades para explorar pueden contribuir a construir condiciones favorables para el desarrollo.

Durante la adolescencia, estas relaciones deben transformarse. La construcción de identidad, la ampliación de los vínculos sociales y la necesidad de mayores espacios de independencia modifican inevitablemente la relación entre generaciones. La autonomía adolescente no implica ruptura, del mismo modo que la protección parental no debe transformarse en control permanente. Entre ambos extremos existe un proceso gradual de transferencia de responsabilidades en el que las familias necesitan renegociar límites, confianza, privacidad y participación en las decisiones.

El desarrollo de niños y adolescentes tampoco ocurre exclusivamente dentro del hogar. La escuela representa otro escenario fundamental de aprendizaje y socialización. Familia y escuela observan aspectos diferentes de una misma persona y pueden disponer de información complementaria acerca de sus necesidades. La comunicación entre ambas adquiere especial importancia cuando aparecen dificultades académicas, alteraciones emocionales o problemas de convivencia. Su

cooperación no significa que una sustituya a la otra, sino que ambas reconozcan sus responsabilidades y puedan coordinar respuestas cuando la situación del estudiante lo requiere.

Las tecnologías digitales han añadido nuevas dimensiones a estas relaciones. Buena parte de la comunicación, el aprendizaje y la socialización ocurre actualmente mediante dispositivos y plataformas que atraviesan las fronteras tradicionales entre hogar, escuela y vida social. Las familias deben afrontar cuestiones relacionadas con privacidad, exposición a contenidos, nuevas formas de interacción y uso del tiempo. Al mismo tiempo, estas tecnologías permiten mantener vínculos significativos entre personas separadas geográficamente y han transformado las posibilidades de comunicación de las familias transnacionales.

La migración permite observar con claridad que convivencia y pertenencia no son necesariamente equivalentes. Madres, padres, hijos, parejas y otros familiares pueden permanecer vinculados aunque vivan en países diferentes. Las comunicaciones, las remesas, las decisiones compartidas y distintas formas de cuidado a distancia permiten sostener responsabilidades familiares más allá de las fronteras. Sin embargo, la separación prolongada puede modificar la autoridad, las expectativas y la intimidad, mientras la reunificación puede exigir una nueva etapa de adaptación.

La enfermedad crónica, la discapacidad y la dependencia introducen otros desafíos. Un diagnóstico puede alterar rutinas, recursos económicos, proyectos y responsabilidades de toda la familia. Estas situaciones obligan a buscar un equilibrio entre cuidado y autonomía. Necesitar ayuda no equivale a perder capacidad para decidir. Una persona puede requerir asistencia para determinadas actividades y conservar, al mismo tiempo, su derecho a expresar preferencias, participar en decisiones y desarrollar proyectos propios.

El cuidado prolongado hace visible otra cuestión esencial: quién cuida a quien cuida. Cuando una persona asume durante meses o años gran parte de las responsabilidades relacionadas con una enfermedad o dependencia, pueden aparecer agotamiento físico, sobrecarga emocional, aislamiento y dificultades

económicas o laborales. Reconocer estas consecuencias no reduce el valor del cuidado familiar; permite comprender sus límites. Preservar el bienestar del cuidador constituye también una condición para sostener relaciones de cuidado de manera saludable.

Las redes de apoyo adquieren aquí un valor fundamental. Familia extensa, amistades, instituciones educativas, profesionales sanitarios, servicios sociales y organizaciones comunitarias pueden convertirse en recursos decisivos. Sin embargo, la existencia nominal de una red no garantiza apoyo efectivo. Su verdadero valor reside en la posibilidad de ofrecer ayuda concreta, accesible y pertinente cuando surge una necesidad.

Las condiciones sociales también influyen en las posibilidades de respuesta de las familias. Los ingresos, la vivienda, las condiciones laborales, el acceso a servicios sanitarios y educativos y la disponibilidad de protección social pueden ampliar o limitar considerablemente su capacidad para afrontar dificultades. Una familia puede poseer fuertes vínculos afectivos y encontrarse, sin embargo, sometida a circunstancias materiales que dificulten el cuidado. De esta manera, el bienestar familiar no puede explicarse exclusivamente por características internas del hogar.

Las crisis revelan con especial claridad esta interacción entre recursos, vínculos y contexto. Separaciones, divorcios, pérdidas, migraciones, adicciones, encarcelamiento o violencia pueden alterar profundamente la organización familiar. Cada situación exige respuestas diferentes. Algunas requieren negociación y redistribución de responsabilidades; otras demandan apoyo profesional, intervención sanitaria o protección social. Adaptarse no significa necesariamente recuperar la organización anterior, sino construir una nueva forma de funcionamiento capaz de responder a las circunstancias presentes.

Desde estas premisas se organiza Familias contemporáneas: vínculos, cuidados y transformaciones. La estructura del libro responde a una secuencia deliberada que permite avanzar desde la comprensión de la diversidad familiar hasta el análisis de las situaciones que exigen mayores procesos de reorganización.

No se trata de bloques aislados, sino de un recorrido en el que estructura, relaciones, desarrollo, cuidado y vulnerabilidad se conectan progresivamente.

El primer capítulo aborda la evolución del concepto de familia y las transformaciones que han ampliado la comprensión de sus estructuras y trayectorias. Se examina la diversidad de configuraciones familiares, la parentalidad en familias constituidas por parejas del mismo sexo y los cambios en los roles y vínculos intergeneracionales. Este punto de partida permite establecer una mirada plural que evita reducir la experiencia familiar a un único modelo.

El segundo capítulo desplaza la atención hacia la construcción de los vínculos. Apego, seguridad emocional, comunicación afectiva, regulación emocional, conflicto, negociación, reparación, cohesión y pertenencia permiten analizar cómo se sostienen las relaciones familiares y qué recursos favorecen su estabilidad. La atención se centra menos en quiénes integran una familia y más en cómo se relacionan quienes la componen.

El tercer capítulo se ocupa de la crianza, la infancia y la adolescencia. La parentalidad, la corresponsabilidad y los estilos de crianza se relacionan con el desarrollo emocional y social, mientras la relación entre familia y escuela amplía el análisis hacia los contextos educativos. La adolescencia introduce posteriormente las cuestiones de identidad y autonomía, mostrando cómo los vínculos deben transformarse conforme aumentan las capacidades de decisión.

El cuarto capítulo aborda la salud, la discapacidad y los cuidados dentro de la dinámica familiar. La enfermedad crónica puede modificar profundamente la organización cotidiana; la discapacidad plantea interrogantes acerca de autonomía, participación y apoyos; y el cuidado prolongado hace visible la sobrecarga de quienes asumen responsabilidades continuas. Las redes de apoyo y el bienestar familiar completan este análisis.

El quinto capítulo examina situaciones de crisis, vulnerabilidad y transición. Separación, divorcio, violencia intrafamiliar, consumo de drogas, encarcelamiento, duelo, migración y reunificación

representan circunstancias diferentes, pero comparten la capacidad de modificar vínculos, roles y responsabilidades. Este recorrido permite cerrar la obra mostrando que las familias no solo cambian mediante las transiciones esperadas del ciclo vital, sino también ante acontecimientos que pueden exigir profundas reorganizaciones.

La secuencia de estos cinco capítulos responde a una lógica progresiva: comprender cómo son las familias contemporáneas, analizar cómo construyen sus vínculos, observar cómo acompañan el desarrollo de niños y adolescentes, estudiar cómo responden cuando aparecen necesidades de cuidado y finalmente examinar qué ocurre cuando las crisis desafían su equilibrio. Esta organización permite conectar diferentes dimensiones de la experiencia familiar sin fragmentarlas.

La obra no pretende ofrecer recetas universales ni establecer una forma correcta de ser familia. Las diferencias culturales, económicas, generacionales y personales modifican la manera de interpretar afectos, responsabilidades, límites y autonomía. El propósito consiste en proporcionar herramientas para comprender estas diferencias y reconocer procesos que favorecen el bienestar sin convertirlos en modelos rígidos.

Esta perspectiva posee implicaciones para la educación, la psicología, la salud, el trabajo social y las políticas públicas. Una intervención que desconozca el contexto familiar puede interpretar de manera incompleta una necesidad. Un problema escolar puede relacionarse con acontecimientos ocurridos en el hogar; una enfermedad crónica puede modificar la economía y las relaciones familiares; una dificultad de cuidado puede depender tanto de capacidades personales como de la ausencia de servicios. Comprender estas interdependencias permite construir respuestas más sensibles y fundamentadas.

Familias contemporáneas: vínculos, cuidados y transformaciones parte, por tanto, de una convicción esencial: comprender a las familias requiere observar menos cuánto se aproximan a un modelo predeterminado y mucho más cómo responden a las necesidades humanas de quienes las integran. Cuidar sin anular, establecer límites sin violentar, acompañar sin impedir

crecer, reconocer diferencias sin convertirlas en exclusión y buscar ayuda cuando los propios recursos dejan de ser suficientes constituyen desafíos centrales de la vida familiar.

En una sociedad que continuará transformándose, las familias también seguirán cambiando. Probablemente surgirán nuevas formas de convivencia, nuevas maneras de ejercer la parentalidad, nuevas demandas de cuidado y nuevos desafíos asociados con la tecnología, la movilidad humana y el envejecimiento. Pretender fijar definitivamente qué es una familia significaría ignorar una de sus características más persistentes: su capacidad para reorganizarse frente a los cambios de la vida y de la sociedad.

Desde esa mirada comienza esta obra. No desde la búsqueda de una familia perfecta, porque tal familia no existe, ni desde la pretensión de establecer una única manera legítima de convivir. Comienza desde una realidad mucho más humana: personas diferentes que atraviesan etapas, conflictos, aprendizajes, cuidados, pérdidas y reconstrucciones mientras intentan conservar vínculos significativos. Comprender cómo esos vínculos nacen, se sostienen, se transforman y, cuando es necesario, se reparan constituye una vía fundamental para comprender no solo a las familias contemporáneas, sino también una parte esencial de la experiencia humana.



01.

Familias contemporáneas: diversidad, parentalidad y transformación de los vínculos

1.1. Definición y evolución del concepto de familia: de la tradición a la diversidad contemporánea

La familia constituye una de las instituciones sociales más antiguas y, al mismo tiempo, una de las que mayores transformaciones ha experimentado a lo largo de la historia. Su presencia atraviesa sociedades, culturas y períodos históricos diversos, aunque las formas concretas mediante las cuales las personas organizan la convivencia, establecen relaciones de parentesco, distribuyen responsabilidades, ejercen los cuidados y reconocen la pertenencia familiar han variado considerablemente. Por esta razón, definir la familia únicamente a partir de

una estructura determinada resulta insuficiente para comprender la pluralidad de experiencias familiares presentes en las sociedades contemporáneas.

La dificultad para establecer una definición universal no significa que el concepto carezca de elementos comunes. Determinadas funciones relacionadas con el afecto, el cuidado, la protección, la socialización, la cooperación y la construcción de pertenencia aparecen de manera recurrente en distintas aproximaciones. Sin embargo, estas funciones se manifiestan de formas diferentes según las características históricas, culturales y sociales de cada contexto. En consecuencia, la familia puede comprenderse simultáneamente como institución social, espacio de convivencia, sistema de relaciones, ámbito de socialización, red de cuidados y escenario para la construcción de identidades individuales y colectivas.

Desde una perspectiva histórica, la familia nunca ha constituido una realidad completamente estática. Sus transformaciones se encuentran estrechamente relacionadas con los cambios económicos, políticos, demográficos, culturales y jurídicos experimentados por las sociedades. Las formas familiares se modifican junto con las condiciones de vida y con las maneras en que las personas comprenden el matrimonio, la maternidad, la paternidad, la infancia, la sexualidad, la autonomía individual y las responsabilidades asociadas al cuidado. Moyano et al. (2013) plantean precisamente la necesidad de repensar las familias mediante aproximaciones históricas e interdisciplinarias, perspectiva que permite superar interpretaciones que presentan una determinada configuración familiar como universal o inmutable.

Durante largos períodos, especialmente en las sociedades occidentales, predominó una representación de la familia estrechamente vinculada con el matrimonio, la heterosexualidad, la procreación y una diferenciación marcada de las funciones asignadas a hombres y mujeres. Dentro de esta concepción, el modelo nuclear compuesto por padre, madre e

hijos adquirió una fuerte legitimidad social, cultural e institucional. Sin embargo, la existencia histórica de familias extensas, hogares encabezados por una sola persona adulta, redes amplias de parentesco y otras modalidades de convivencia demuestra que la diversidad familiar no constituye exclusivamente un fenómeno reciente. Lo que ha cambiado de manera significativa es su reconocimiento y visibilidad social.

Las transformaciones producidas durante los siglos XX y XXI hicieron especialmente evidente esta pluralidad. La incorporación creciente de las mujeres a la educación y al mercado laboral, las modificaciones en las relaciones de género, el descenso de la fecundidad, el aumento de la esperanza de vida, los movimientos migratorios, las separaciones y divorcios, la formación de nuevas uniones, las modificaciones de las legislaciones familiares y la creciente valoración de la autonomía individual han contribuido a modificar tanto las estructuras familiares como las expectativas sociales depositadas sobre ellas. Fernández Escárcaga y Vázquez Soto (2017) relacionan la evolución de la familia con transformaciones en las formas de educación y en las relaciones establecidas entre sus integrantes, mostrando que los cambios estructurales también repercuten sobre las prácticas desarrolladas dentro del hogar.

Estas transformaciones permiten comprender por qué resulta cada vez más pertinente hablar de familias en plural. Esta expresión reconoce la coexistencia de configuraciones diferentes sin asumir que una de ellas representa necesariamente el patrón normativo frente al cual deben evaluarse las demás. En las sociedades contemporáneas conviven familias nucleares, extensas, monoparentales, reconstituidas, adoptivas, homoparentales, transnacionales y otras formas de organización articuladas mediante relaciones de parentesco, convivencia, afectividad, responsabilidad y cuidado. La diversidad familiar constituye así una característica estructural de las sociedades contemporáneas y no simplemente una desviación respecto de un modelo considerado tradicional.



Uno de los antecedentes fundamentales para comprender el reconocimiento jurídico y social de la familia se encuentra en la Declaración Universal de Derechos Humanos. El artículo 16 reconoce el derecho de hombres y mujeres a contraer matrimonio y fundar una familia sobre la base del libre y pleno consentimiento. Asimismo, establece que la familia constituye el elemento natural y fundamental de la sociedad y que tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado (Organización de las Naciones Unidas, 1948). Esta formulación adquirió especial relevancia porque situó internacionalmente a la familia dentro del ámbito de los derechos humanos y reconoció la responsabilidad de los Estados respecto de su protección.

La importancia de este reconocimiento trasciende la protección formal de la institución familiar. La vida familiar comienza a relacionarse directamente con principios como la dignidad, la igualdad, la libertad y el consentimiento. De esta manera, la concepción jurídica de la familia se vincula progresivamente con la protección de los derechos de quienes la integran. Esta perspectiva resulta fundamental porque permite comprender que la protección de la familia no puede interpretarse de manera independiente de la protección de las personas que forman parte de ella.

En las últimas décadas, los sistemas jurídicos han debido responder a realidades familiares cada vez más diversas. Del Picó Rubio (2011), al analizar la evolución de la concepción de familia en relación con las transformaciones del derecho matrimonial chileno, muestra cómo las reformas jurídicas reflejan modificaciones más profundas en las relaciones familiares y en la valoración social del matrimonio. El derecho de familia no permanece aislado de los procesos culturales y sociales, sino que se transforma en interacción con ellos. Las normas jurídicas pueden conservar determinadas concepciones durante períodos prolongados, pero también pueden modificarse cuando las realidades sociales hacen

evidente la necesidad de ampliar su capacidad de reconocimiento y protección.

Castillo Yara (2022), desde el contexto colombiano, muestra igualmente la evolución experimentada por el concepto jurídico de familia a partir de la Constitución de 1991. El análisis resulta significativo porque evidencia cómo una categoría constitucional puede experimentar reinterpretaciones a medida que cambian las condiciones sociales y se amplía el reconocimiento de derechos. En este proceso, la protección jurídica de la familia tiende a desplazarse desde una concepción centrada exclusivamente en una estructura predeterminada hacia perspectivas capaces de reconocer la relevancia de los vínculos, la solidaridad, la responsabilidad y el cuidado presentes en configuraciones familiares diversas.

Desde la psicología, las aportaciones de Arés Muzio (1990, 2003) resultan particularmente útiles para comprender la complejidad de la familia. La autora identifica tres criterios relevantes para su conceptualización: el vínculo consanguíneo, el vínculo cohabitacional y el vínculo afectivo. Esta perspectiva permite superar una definición limitada exclusivamente al parentesco biológico y reconoce que la pertenencia familiar puede construirse mediante diferentes dimensiones que interactúan entre sí.

El vínculo consanguíneo constituye históricamente uno de los criterios más utilizados para determinar quién pertenece a una familia. No obstante, la realidad contemporánea demuestra que la consanguinidad no puede funcionar como criterio exclusivo. La adopción constituye un ejemplo evidente, pero también lo son las familias reconstituidas y otras relaciones en las que las responsabilidades parentales, el cuidado y el afecto se desarrollan entre personas que no comparten vínculos biológicos. La familia, por tanto, no puede reducirse a una genealogía.

La cohabitación constituye otro elemento tradicionalmente asociado con la definición familiar. Compartir un hogar favorece la construcción de

rutinas, responsabilidades, recursos y experiencias comunes. Sin embargo, tampoco constituye una condición absoluta. Las migraciones internacionales, las separaciones derivadas del trabajo, los procesos educativos en otros territorios y las familias transnacionales muestran que una familia puede mantener vínculos significativos aun cuando sus integrantes no compartan permanentemente el mismo espacio físico. En estos casos, la distancia modifica las formas de convivencia, pero no necesariamente elimina el sentido de pertenencia familiar.

El vínculo afectivo introduce una dimensión particularmente relevante para comprender las concepciones actuales. La familia constituye uno de los primeros espacios en los que las personas experimentan afecto, seguridad, reconocimiento, protección, conflicto, cooperación y cuidado. Arés Muzio (1990, 2003) permite integrar estos elementos dentro de una comprensión que no separa completamente la estructura familiar de las relaciones que se desarrollan en su interior. Desde esta perspectiva, identificar quiénes integran una familia requiere considerar no solo quién está relacionado biológicamente con quién, sino también cómo se construyen y mantienen los vínculos.

Desde el ámbito educativo, González Soca (2002) concibe la familia como una célula social básica y como un núcleo primario en el que se establecen las primeras relaciones afectivas y se adquieren modelos de comportamiento. Esta aproximación pone de relieve la función socializadora de la familia. El hogar constituye generalmente uno de los primeros espacios en los que los niños aprenden formas de comunicación, normas, valores, responsabilidades, prácticas culturales y maneras de relacionarse con otras personas.

La función educativa de la familia no debe entenderse, sin embargo, como una transmisión mecánica de valores de una generación a otra. Las relaciones familiares constituyen procesos dinámicos en los que todos sus integrantes participan. Las familias educan,

pero también aprenden y transforman sus prácticas mediante su relación con la escuela, la comunidad, las instituciones sanitarias, los medios de comunicación y el conjunto de la sociedad. En este sentido, familia y sociedad mantienen una relación de influencia recíproca.

Las investigaciones centradas en las percepciones sociales han contribuido a ampliar aún más el concepto. Levin y Trost (1992) mostraron la complejidad que supone determinar quién es considerado integrante de una familia desde la experiencia de las propias personas. Este planteamiento introduce una dimensión subjetiva que no puede ser ignorada. La pertenencia familiar no depende siempre de criterios jurídicos o genealógicos, sino también de la manera en que las personas interpretan, reconocen y significan determinadas relaciones.

Weigel (2008) profundiza en esta cuestión al estudiar las concepciones que las personas construyen acerca de la familia. Esta perspectiva permite advertir que las representaciones cotidianas no responden necesariamente a una definición única y que diferentes criterios pueden adquirir mayor o menor importancia según las experiencias personales y los contextos socioculturales. Una persona puede conceder especial relevancia al parentesco; mientras otra puede considerar decisivos el cuidado, la convivencia, el compromiso o el afecto. El concepto de familia existe, por tanto, tanto en el ámbito científico y jurídico como en las representaciones sociales construidas en la vida cotidiana.

La diversificación de las configuraciones familiares ha llevado también a revisar las clasificaciones utilizadas en ámbitos profesionales. Sharma (2013), desde la medicina familiar y la atención primaria, plantea la necesidad de redefinir las clasificaciones de las estructuras familiares para responder a las condiciones contemporáneas. Esta cuestión posee consecuencias prácticas importantes. Conocer la estructura y el funcionamiento de una familia puede resultar esencial para identificar recursos de apoyo, responsabilidades

de cuidado y factores relacionados con la salud de sus integrantes.

Scorsolini-Comin (2022) aborda las rupturas y permanencias del concepto de familia en el campo de la salud. Esta perspectiva permite reconocer que la transformación de las estructuras no supone necesariamente la desaparición de funciones históricamente vinculadas con la familia. El cuidado, el acompañamiento, la protección y el apoyo continúan siendo dimensiones centrales. El desafío consiste en reconocer esas funciones sin convertirlas en criterios rígidos capaces de excluir configuraciones que las desarrollan de maneras diferentes.

Esta cuestión adquiere particular importancia en las ciencias de la salud. Torres-López et al. (2026) revisan la evolución histórica de la familia y proponen una aproximación funcional para la medicina familiar. Una perspectiva funcional desplaza parcialmente la atención desde la composición del hogar hacia la manera en que este organiza sus relaciones. Preguntas como quién proporciona cuidados, quién toma determinadas decisiones, cómo se distribuyen las responsabilidades o qué recursos pueden movilizarse ante una enfermedad pueden resultar más relevantes que la simple clasificación estructural de la familia.

Vásquez y Ferragut Reinoso (2024) recuperan la consideración de la familia como célula básica de la sociedad desde una perspectiva contemporánea. Esta continuidad resulta importante porque la ampliación del concepto de familia no implica disminuir su relevancia social. Por el contrario, reconocer su diversidad permite comprender con mayor precisión las múltiples maneras mediante las cuales las familias participan en la socialización, la protección, la educación, la transmisión cultural y el cuidado.

Las transformaciones contemporáneas también han generado nuevas discusiones filosóficas sobre los criterios utilizados para determinar qué constituye una familia. Wijaya (2023) sitúa este debate dentro de una sociedad globalizada caracterizada por una creciente movilidad de personas, ideas y modelos culturales.

La globalización permite que diferentes concepciones familiares entren en contacto y hace más visibles las diferencias existentes entre sociedades respecto de las formas de parentesco, convivencia, matrimonio y cuidado.

Lee et al. (2024) retoman la pregunta fundamental acerca de qué es una familia y muestran la dificultad de resolverla exclusivamente mediante criterios estructurales. Las aproximaciones contemporáneas otorgan creciente importancia al reconocimiento de las relaciones y a la manera en que las personas construyen pertenencia y compromiso. Esta perspectiva resulta particularmente significativa cuando los vínculos biológicos, jurídicos, residenciales y afectivos no coinciden completamente.

Los cambios demográficos han contribuido de manera decisiva a estas transformaciones conceptuales. El descenso de la fecundidad, el aumento de la esperanza de vida, el retraso de la maternidad y la paternidad, el incremento de las separaciones y nuevas uniones, así como el envejecimiento poblacional, han modificado la composición de numerosos hogares. En muchas sociedades es cada vez más frecuente la coexistencia prolongada de varias generaciones, lo que produce nuevas dinámicas de apoyo y cuidado entre hijos adultos, padres mayores, abuelos y nietos.

El envejecimiento poblacional modifica especialmente la distribución tradicional de las responsabilidades familiares. Si durante determinadas etapas históricas la función de cuidado estuvo asociada principalmente a la crianza infantil, actualmente muchas familias deben combinar simultáneamente el cuidado de niños, adolescentes, personas mayores y familiares con diferentes grados de dependencia. La familia contemporánea constituye, en este sentido, una red de cuidados que puede extenderse durante todo el ciclo vital.

Las transformaciones económicas también repercuten directamente en la organización familiar. La participación laboral de diferentes integrantes del hogar, la precariedad del empleo, los procesos

migratorios, las desigualdades económicas y las dificultades para conciliar las responsabilidades profesionales con los cuidados condicionan las decisiones familiares. La distribución del trabajo doméstico y de cuidado constituye, además, uno de los ámbitos donde se expresan con mayor claridad los cambios en los roles de género.

Durante mucho tiempo, las responsabilidades de cuidado fueron atribuidas principalmente a las mujeres; mientras que la provisión económica fue considerada una responsabilidad predominantemente masculina. Aunque estas divisiones continúan presentes en diferentes contextos, los cambios sociales han impulsado modelos orientados hacia una mayor corresponsabilidad. Estas transformaciones no afectan únicamente la distribución de tareas, sino también las concepciones de maternidad, paternidad y autoridad dentro del hogar.

A ello se suman cambios culturales relacionados con una mayor valoración de la autonomía personal, la igualdad y el reconocimiento de diferentes trayectorias vitales. El matrimonio ha dejado de constituir en numerosos contextos la única vía socialmente aceptada para establecer convivencia o formar una familia. Las uniones consensuales, las familias reconstituidas después de separaciones, la adopción, las familias monoparentales, las familias homoparentales y las familias transnacionales forman parte de una realidad social que obliga a ampliar las categorías analíticas utilizadas para estudiar la vida familiar.

En este escenario resulta especialmente importante diferenciar estructura y funcionamiento familiar. Dos familias con estructuras diferentes pueden desarrollar funciones semejantes de cuidado, socialización, protección y apoyo. Del mismo modo, la existencia de una estructura considerada tradicional no garantiza por sí misma relaciones saludables, estabilidad emocional o cumplimiento adecuado de las responsabilidades familiares. La composición constituye una dimensión

de análisis, pero no debe convertirse en un indicador automático de la calidad de la vida familiar.

Esta distinción permite evitar interpretaciones que valoren a las familias exclusivamente por su semejanza con un modelo previamente establecido. Una familia monoparental, adoptiva, reconstituida u homoparental no puede ser evaluada únicamente a partir de su configuración. Resulta necesario considerar la calidad de los vínculos, las condiciones materiales, las prácticas de cuidado, la comunicación, la estabilidad, la capacidad para afrontar conflictos y los recursos de apoyo disponibles.

Al mismo tiempo, reconocer la diversidad no significa que cualquier relación interpersonal pueda considerarse automáticamente una familia. Es necesario identificar determinados elementos que otorguen especificidad a las relaciones familiares. Entre ellos pueden señalarse la existencia de vínculos relativamente estables, el reconocimiento mutuo de pertenencia, determinadas responsabilidades compartidas y prácticas de cuidado, protección, solidaridad y apoyo que se mantienen a través del tiempo.

Desde esta perspectiva, la familia contemporánea puede comprenderse como una red relativamente estable de relaciones de parentesco, afinidad, convivencia, reconocimiento y afectividad, dentro de la cual se desarrollan responsabilidades de cuidado, protección, socialización, apoyo y cooperación. Estos componentes no necesariamente aparecen de manera idéntica en todas las familias, ni requieren una estructura determinada para manifestarse. Su expresión depende del contexto histórico, cultural, económico y jurídico en el que las relaciones familiares se construyen.

Esta definición integradora permite articular las principales perspectivas examinadas. Reconoce la importancia del parentesco sin reducir la familia a la consanguinidad; considera la convivencia sin exigir necesariamente la residencia permanente bajo





un mismo techo; incorpora los vínculos afectivos sin desconocer las responsabilidades materiales y sociales; y reconoce la diversidad estructural sin renunciar a identificar funciones que otorgan especificidad a las relaciones familiares.

En consecuencia, la evolución del concepto de familia puede interpretarse como un tránsito progresivo desde definiciones predominantemente estructurales y normativas hacia aproximaciones más relacionales, funcionales y plurales. Esto no significa que las concepciones anteriores hayan desaparecido completamente. Por el contrario, en las sociedades actuales conviven diferentes maneras de comprender la familia, algunas asociadas a tradiciones culturales y religiosas y otras relacionadas con cambios jurídicos, demográficos y sociales más recientes.

Precisamente esta coexistencia convierte a la familia en un objeto de estudio especialmente complejo. Las transformaciones familiares no ocurren de manera uniforme en todos los países, territorios o grupos sociales. Una determinada configuración puede encontrarse ampliamente reconocida en un contexto y enfrentar obstáculos jurídicos o sociales en otro. Las diferencias culturales continúan desempeñando un papel decisivo en la manera en que se definen las responsabilidades parentales, el matrimonio, la convivencia, el parentesco y el cuidado.

Por ello, cualquier definición contemporánea de familia debe ser suficientemente amplia para reconocer la diversidad y, al mismo tiempo, suficientemente precisa para identificar las características que distinguen las relaciones familiares de otras relaciones sociales. El equilibrio entre ambas exigencias constituye uno de los principales desafíos conceptuales. Una definición excesivamente rígida corre el riesgo de excluir realidades familiares existentes; mientras que una definición demasiado indeterminada puede dificultar el análisis científico, jurídico y social.

Comprender esta evolución resulta fundamental para las intervenciones educativas, psicológicas,

sanitarias, sociales y jurídicas. Los profesionales necesitan aproximarse a las familias que existen realmente y no únicamente a modelos contruidos desde expectativas históricas. Esto supone reconocer diferentes configuraciones, analizar sus necesidades específicas y evitar inferir automáticamente fortalezas o dificultades a partir de su estructura.

En definitiva, la familia continúa ocupando un lugar central en la organización social, pero su permanencia no depende de la conservación inalterable de una estructura determinada. Su capacidad de adaptación constituye precisamente una de sus características históricas más significativas. Las familias cambian porque cambian las sociedades y, simultáneamente, las transformaciones familiares contribuyen a modificar las sociedades en las que se desarrollan.

La evolución del concepto refleja este movimiento. De una comprensión fuertemente asociada al parentesco, al matrimonio y a una distribución tradicional de roles se ha avanzado hacia perspectivas que conceden mayor importancia a la pluralidad de configuraciones, la afectividad, el reconocimiento, la responsabilidad y el cuidado. Esta transformación no elimina la dimensión histórica de la familia, sino que permite comprenderla como una institución dinámica capaz de reorganizarse ante nuevas condiciones demográficas, económicas, culturales y jurídicas.

Así, hablar de familias contemporáneas implica reconocer simultáneamente continuidad y transformación. Permanecen necesidades humanas fundamentales relacionadas con el cuidado, el afecto, la protección, la pertenencia y la socialización, pero cambian las estructuras y relaciones mediante las cuales esas necesidades son atendidas. Esta tensión entre permanencia y cambio constituye una de las claves para comprender la evolución del concepto de familia y proporciona el punto de partida necesario para analizar, posteriormente, la diversidad de estructuras y configuraciones familiares presentes en las sociedades actuales.



1.2. Diversidad familiar: estructuras, configuraciones y trayectorias contemporáneas

La diversidad constituye uno de los rasgos más visibles de las familias contemporáneas. Las transformaciones demográficas, económicas, culturales y relacionales ocurridas durante las últimas décadas han ampliado las formas mediante las cuales las personas organizan la convivencia, desarrollan vínculos afectivos, ejercen la parentalidad y distribuyen las responsabilidades de cuidado. En consecuencia, la familia actual difícilmente puede comprenderse mediante una clasificación única basada exclusivamente en la composición del hogar. Las configuraciones familiares expresan trayectorias, relaciones y procesos que pueden modificarse a lo largo del curso de vida, por lo que una misma persona puede formar parte de estructuras familiares diferentes en distintos momentos de su existencia (Fine et al., 2023; Pearce et al., 2018; Schadler, 2016).

Esta perspectiva supone superar la identificación automática de la familia con una estructura determinada. Durante un largo periodo, la familia nuclear integrada por una pareja heterosexual y sus hijos fue utilizada como referente predominante para interpretar la organización familiar. Sin embargo, la evidencia contemporánea muestra una realidad considerablemente más heterogénea. Familias extensas, monoparentales, reconstituidas, adoptivas, transnacionales, convivientes y otras configuraciones forman parte de las sociedades actuales y responden a circunstancias históricas, culturales y biográficas específicas. Esta pluralidad no representa necesariamente una ruptura con la institución familiar, sino una manifestación de su capacidad de transformación y adaptación ante condiciones sociales cambiantes (Berenstein, 2002; Pinillos-Guzmán, 2020; Sánchez Molina et al., 2009).

La distinción entre estructura y configuración resulta particularmente útil para comprender esta diversidad. La estructura familiar permite identificar quiénes integran el hogar y cuáles son las relaciones



existentes entre sus miembros; mientras que la noción de configuración amplía el análisis hacia los vínculos, las trayectorias, las posiciones familiares y las relaciones que pueden extenderse más allá de la residencia compartida. Fine et al. (2023) señalan que las categorías habituales, entre ellas los hogares nucleares biparentales, monoparentales, reconstituidos y de parejas convivientes, continúan siendo útiles, pero resultan insuficientes para representar la complejidad de las familias contemporáneas. Aspectos como la presencia de hijos biológicos, adoptivos o provenientes de relaciones anteriores, la convivencia entre varias generaciones y la existencia de familiares que mantienen vínculos significativos, aunque residan en lugares diferentes amplían considerablemente el concepto de estructura familiar.

Desde una perspectiva todavía más dinámica, Schadler (2016) propone comprender las configuraciones familiares como realidades situadas y en permanente transformación. Esta aproximación evita considerar las categorías familiares como entidades rígidas e invariables y permite reconocer que las relaciones familiares se construyen y reorganizan mediante prácticas cotidianas. En un sentido semejante, Constantine (2024) plantea que los tipos familiares no deberían confundirse con grados predeterminados de funcionalidad. Una estructura específica no determina por sí misma el funcionamiento de una familia, pues sistemas familiares diferentes pueden responder de maneras también diferentes a sus necesidades, conflictos y procesos de cambio.

La familia nuclear continúa siendo una configuración relevante en las sociedades contemporáneas. Generalmente se encuentra constituida por dos progenitores y sus hijos que comparten un hogar. No obstante, incluso dentro de esta categoría existe una importante heterogeneidad. Las relaciones entre sus integrantes, la distribución de responsabilidades, el ejercicio de la autoridad, las condiciones económicas y los modelos de convivencia pueden variar ampliamente. Por ello, compartir una estructura





aparentemente semejante no implica que dos familias desarrollen dinámicas equivalentes. El análisis contemporáneo debe considerar tanto la composición como los procesos mediante los cuales sus integrantes construyen relaciones, distribuyen funciones y responden a las necesidades individuales y colectivas (Guatrochi et al., 2020).

La permanencia de la familia nuclear tampoco significa que constituya necesariamente la forma predominante en todos los contextos sociales ni que deba utilizarse como patrón para valorar las restantes configuraciones. La investigación sobre diversidad familiar ha mostrado que la composición de los hogares varía considerablemente según factores socioeconómicos, culturales y demográficos. Juteau et al. (2023), al analizar la diversidad de estructuras entre niños pertenecientes a familias de bajos ingresos, muestran precisamente la amplitud de situaciones familiares en las que pueden desarrollarse niños y adolescentes. Esta heterogeneidad exige evitar interpretaciones en las que las diferencias estructurales sean consideradas automáticamente indicadores de desventaja o disfuncionalidad.

Otra configuración históricamente significativa es la familia extensa, caracterizada por incorporar relaciones que exceden el núcleo constituido por progenitores e hijos. Abuelos, tíos, primos y otros parientes pueden participar de manera estable en la convivencia, el cuidado, el apoyo económico y la socialización. En determinados contextos, varias generaciones comparten la misma vivienda; mientras que en otros mantienen residencias diferentes pero desarrollan intercambios cotidianos suficientemente intensos como para constituir una red familiar activa. La importancia de estas relaciones muestra que la coresidencia no constituye el único criterio válido para establecer quién participa efectivamente en la vida familiar.

Las familias extensas adquieren especial relevancia cuando las redes intergeneracionales funcionan como mecanismos de cooperación. El cuidado de niños,

personas mayores o familiares dependientes puede distribuirse entre distintos integrantes, del mismo modo que los recursos económicos y las responsabilidades domésticas. Esta organización cuestiona una interpretación exclusivamente residencial de la familia, porque determinadas funciones esenciales pueden ser desarrolladas por personas que no forman parte permanente del hogar. Sánchez Molina et al. (2009) destacan, desde aproximaciones etnográficas, la necesidad de examinar las configuraciones familiares atendiendo a las prácticas concretas mediante las cuales se producen y mantienen los vínculos.

En diferentes contextos culturales, además, la participación de la familia extensa constituye una práctica profundamente arraigada. El análisis sistémico presentado por Sikhakhane y Roman (2025) sobre una familia sudafricana evidencia la importancia de considerar la adaptación cultural y los desafíos contemporáneos dentro de las dinámicas familiares. Esta perspectiva recuerda que las categorías familiares no pueden interpretarse independientemente de los sistemas culturales donde adquieren significado. Aquello que en un contexto puede describirse como una extensión de la familia nuclear puede constituir en otro una modalidad ordinaria de organización y pertenencia.

Las familias monoparentales representan igualmente una configuración significativa. Se caracterizan por la presencia de un progenitor que asume la convivencia cotidiana con uno o varios hijos, aunque las circunstancias que conducen a esta estructura pueden ser muy diferentes. Separación, divorcio, fallecimiento, decisiones reproductivas individuales y distintas trayectorias personales pueden originar hogares monoparentales. Esta diversidad de antecedentes impide interpretar la monoparentalidad como una experiencia homogénea.

Fine et al. (2023) ofrecen un ejemplo especialmente ilustrativo de esta complejidad al señalar que dos hogares clasificados como monoparentales pueden haber llegado a esa situación mediante trayectorias



completamente diferentes. Una familia puede constituirse como monoparental después de una única separación; mientras otra puede presentar sucesivas experiencias de divorcio, nuevas uniones, convivencia y posteriores rupturas. Aunque ambas aparezcan estadísticamente dentro de la misma categoría, las experiencias acumuladas por sus integrantes son distintas. Esta observación resulta fundamental porque desplaza el análisis desde una fotografía estática de la composición familiar hacia las transiciones experimentadas a lo largo del tiempo.

Pearce et al. (2018) profundizan esta perspectiva al estudiar la creciente diversidad y complejidad de las estructuras familiares durante la adolescencia. Sus aportes permiten reconocer que los jóvenes pueden experimentar modificaciones sucesivas en la composición de sus hogares. Por tanto, no resulta suficiente registrar únicamente la estructura familiar presente en un momento específico. La trayectoria familiar, la duración de determinadas configuraciones y las transiciones entre ellas forman parte de la experiencia de desarrollo.

Los estudios longitudinales refuerzan esta necesidad de incorporar el tiempo al análisis. Johnston et al. (2020) examinan patrones de estructura familiar desde la infancia hasta la adolescencia y muestran la importancia de las experiencias familiares acumuladas para comprender acontecimientos posteriores durante la juventud. La estructura familiar deja así de ser concebida exclusivamente como una categoría fija y pasa a entenderse también como una trayectoria. Este enfoque resulta especialmente pertinente en sociedades donde las separaciones, nuevas uniones y reorganizaciones domésticas pueden producir diversas configuraciones durante el curso de vida.

Las familias reconstituidas son una expresión clara de estos procesos. Se forman cuando uno o ambos integrantes de una pareja tienen hijos procedentes de relaciones anteriores y construyen una nueva unidad familiar. Pueden incorporar padrastros,

madrastras, hermanastros, medios hermanos y otros vínculos que amplían la red de relaciones familiares. Su característica distintiva no consiste únicamente en la incorporación de nuevos integrantes, sino en la necesidad de articular historias familiares previamente existentes.

La reconstitución implica procesos de adaptación que pueden involucrar la redefinición de roles, responsabilidades, autoridad y pertenencia. Los hijos pueden mantener relaciones significativas con progenitores que no viven en el mismo hogar; mientras simultáneamente construyen vínculos con nuevas figuras parentales. De este modo, las fronteras familiares pueden extenderse entre varios hogares. Fine et al. (2023) sostienen que las transiciones familiares deben analizarse acumulativamente, porque la experiencia de una nueva configuración se encuentra relacionada con las estructuras y transiciones precedentes.

Esta perspectiva también permite comprender por qué las denominaciones tradicionales pueden resultar insuficientes. Un niño puede convivir con su madre y la nueva pareja de esta, mantener contacto cotidiano con su padre residente en otro hogar y relacionarse regularmente con hermanos o abuelos que tampoco comparten su vivienda. Clasificar su familia únicamente según las personas registradas en un domicilio puede ocultar una parte sustancial de su red afectiva y de cuidado. Las configuraciones contemporáneas demandan, por tanto, considerar simultáneamente residencia, filiación, vínculos, responsabilidades y trayectorias.

Las familias adoptivas constituyen otra modalidad cuya particularidad se encuentra vinculada a la constitución de relaciones de filiación mediante la adopción. La parentalidad adoptiva evidencia con particular claridad que los vínculos familiares no pueden reducirse exclusivamente a la consanguinidad. La pertenencia familiar se construye también mediante relaciones jurídicas, afectivas y cotidianas de cuidado. Fine et al. (2023) incluyen explícitamente la presencia



de hijos adoptivos entre las dimensiones que deben considerarse para comprender adecuadamente la diversidad de las estructuras familiares contemporáneas.

Desde esta perspectiva, la familia adoptiva comparte con otras configuraciones funciones fundamentales relacionadas con el cuidado, la protección, la socialización y el desarrollo. El análisis de Picón Pallares y Aristizábal Becerra (2026) enfatiza precisamente la importancia de considerar a la familia contemporánea como entorno protector para el desarrollo infantil dentro de contextos socioculturales cambiantes. El elemento central no reside exclusivamente en el origen biológico de la relación, sino en la capacidad del entorno familiar para generar condiciones de protección y acompañamiento.

La importancia de las relaciones y funciones familiares también permite evitar jerarquizaciones entre configuraciones. La diversidad estructural no constituye por sí misma un indicador suficiente de la calidad de la experiencia familiar. Una perspectiva centrada exclusivamente en la composición corre el riesgo de atribuir determinadas características a las familias antes de analizar sus relaciones concretas. Guatrochi et al. (2020) vinculan el estudio de las nuevas configuraciones familiares con los tipos, funciones y estructuras, lo cual permite distinguir dimensiones que, aunque relacionadas, no son equivalentes.

Esta distinción resulta particularmente importante porque la transformación de las estructuras también modifica la distribución de los roles familiares. Delfín-Ruiz et al. (2021), al estudiar los roles y su impacto en las familias mexicanas, muestran la relevancia de analizar las funciones asumidas por los integrantes dentro del sistema familiar. Las responsabilidades domésticas, económicas, parentales y de cuidado no dependen necesariamente de una distribución única. Las transformaciones sociales han favorecido procesos de redefinición de las posiciones tradicionalmente asignadas a madres, padres y otros

integrantes, aunque estos cambios presentan ritmos y características diferentes según los contextos.

Las familias transnacionales hacen todavía más evidente la necesidad de separar familia y hogar. En estas configuraciones, algunos integrantes residen en países o territorios diferentes y, pese a la distancia, mantienen relaciones de pertenencia, cuidado, responsabilidad económica y participación en decisiones familiares. La migración puede separar físicamente a padres e hijos, parejas u otros familiares sin eliminar necesariamente la unidad relacional que los vincula. Fine et al. (2023) incorporan explícitamente a las familias transnacionales dentro de las complejidades que deben ser consideradas al estudiar las estructuras familiares contemporáneas.

En estos casos, las fronteras de la familia atraviesan las fronteras territoriales. El envío de recursos económicos, la comunicación cotidiana, las decisiones compartidas y las expectativas de reunificación pueden sostener relaciones familiares a distancia. La configuración familiar no coincide entonces con un único hogar físico. Este fenómeno demuestra que definir a la familia exclusivamente mediante la convivencia dejaría fuera relaciones que poseen una importancia central para quienes participan en ellas.

Las formas de convivencia no matrimonial constituyen asimismo una dimensión importante de la diversificación contemporánea. Arteaga et al. (2012), en su caracterización de las convivencias en Chile, muestran la necesidad de examinar la diversificación de las estructuras familiares considerando modalidades que no responden necesariamente al matrimonio como fundamento organizativo. La convivencia puede representar una etapa previa al matrimonio en algunos casos; mientras que en otros constituye una forma familiar elegida y relativamente estable.

Este cambio adquiere especial relevancia en el marco de transformaciones demográficas más amplias. Fine et al. (2023) señalan modificaciones en la temporalidad y prevalencia del matrimonio y la parentalidad, así como



una mayor presencia de formas alternativas de pareja y parentalidad fuera del matrimonio. Estas tendencias han llevado a los estudios familiares a ampliar su mirada más allá de las categorías centradas históricamente en matrimonio, divorcio y nuevas nupcias.

La diversidad contemporánea incluye igualmente hogares en los que conviven múltiples generaciones, familias con hijos biológicos y adoptivos, hogares de acogida, familias constituidas después de sucesivas transiciones y configuraciones cuyos integrantes significativos se distribuyen entre varias viviendas. Fine et al. (2023) destacan que una comprensión amplia de la estructura familiar debe considerar no solamente cuántos adultos y niños viven juntos, sino también la naturaleza de sus relaciones, la existencia de integrantes fuera del hogar, la presencia de varias generaciones y las distintas formas de filiación.

Juteau et al. (2023) muestran igualmente que la diversidad estructural puede ser particularmente amplia cuando se examinan las experiencias infantiles. Este aspecto es relevante porque las clasificaciones convencionales tienden a reducir realidades complejas a un conjunto limitado de categorías. La utilidad descriptiva de estas categorías no debe confundirse con la totalidad de la experiencia familiar. Dos niños que viven en hogares clasificados del mismo modo pueden experimentar relaciones, apoyos, recursos y trayectorias muy diferentes.

Por esta razón, la investigación actual se orienta progresivamente hacia modelos capaces de integrar estructura, procesos y transiciones. La propuesta de Constantine (2024) resulta pertinente porque diferencia los tipos de sistemas familiares de su funcionamiento. Desde este enfoque, ninguna tipología debería utilizarse para establecer de manera automática qué familias son funcionales o disfuncionales. Una familia puede presentar características organizativas distintas de otra y, sin embargo, responder adecuadamente a las necesidades colectivas e individuales de sus integrantes.

Esta consideración permite cuestionar las aproximaciones que históricamente situaron determinadas estructuras como modelos ideales. El análisis de la familia contemporánea requiere distinguir entre diferencia y déficit. Una configuración diferente de aquella considerada tradicional no implica necesariamente carencia, inestabilidad o deterioro. Pinillos-Guzmán (2020) sitúa precisamente la diversidad como una dimensión constitutiva de la configuración familiar; mientras que Sánchez Molina et al. (2009) muestran la utilidad de aproximaciones capaces de captar las experiencias familiares en contextos concretos.

Berenstein (2002) plantea la relación entre invariancia y novedad para analizar los problemas y situaciones familiares contemporáneas. Esta tensión resulta útil para comprender la evolución actual de las familias. Aunque las configuraciones cambian, permanecen determinadas necesidades relacionadas con pertenencia, reconocimiento, cuidado y construcción de vínculos. La novedad reside en que estas funciones y experiencias pueden desarrollarse dentro de organizaciones diferentes a aquellas que históricamente fueron consideradas convencionales.

La familia contemporánea puede entenderse, en consecuencia, como una realidad simultáneamente estable y cambiante. Mantiene su importancia como espacio de relaciones significativas, pero transforma sus estructuras y mecanismos de organización. Las nuevas configuraciones no eliminan necesariamente las anteriores. Familias nucleares, extensas, monoparentales, reconstituidas, adoptivas, transnacionales y otras modalidades coexisten y pueden incluso superponerse a lo largo de las trayectorias individuales y colectivas.

Las transformaciones familiares también deben analizarse desde una perspectiva contextual. Sikhakhane y Roman (2025) muestran que las dinámicas familiares se relacionan con procesos de adaptación cultural y desafíos contemporáneos. Esto impide universalizar una única interpretación de las





estructuras familiares. Las formas de autoridad, apoyo intergeneracional, distribución de responsabilidades y pertenencia pueden adquirir significados distintos según las tradiciones, valores y condiciones sociales de cada contexto.

A su vez, la perspectiva sistémica permite comprender que las modificaciones experimentadas por un integrante o por una relación repercuten sobre el conjunto familiar. Una separación, migración, adopción, nueva unión o incorporación de otro miembro modifica posiciones y relaciones previamente existentes. Por ello, las configuraciones familiares deben estudiarse como sistemas de interdependencia y no únicamente como agrupaciones de individuos (Constantine, 2024; Sikhakhane & Roman, 2025).

El análisis de las configuraciones contemporáneas también requiere prestar atención a las condiciones materiales en las que se desarrolla la vida familiar. La diversidad estructural se entrecruza con desigualdades económicas y sociales que pueden afectar las posibilidades de cuidado y bienestar. Los hallazgos presentados por Juteau et al. (2023) respecto de niños pertenecientes a familias de bajos ingresos recuerdan la necesidad de no atribuir a la estructura familiar efectos que pueden encontrarse relacionados con las condiciones socioeconómicas en las que las familias desarrollan su vida cotidiana.

Este aspecto resulta esencial para evitar explicaciones simplificadoras. Cuando una determinada configuración presenta mayores dificultades en un contexto específico, es necesario analizar simultáneamente los recursos disponibles, las redes de apoyo, las condiciones laborales, la vivienda, el acceso a servicios y las experiencias acumuladas de transición. La estructura constituye una dimensión del análisis, pero no explica por sí sola el funcionamiento familiar.

Picón Pallares y Aristizábal Becerra (2026) refuerzan esta perspectiva al situar el carácter protector de la familia en relación con contextos socioculturales

cambiantes. La protección infantil depende de procesos relacionales y condiciones concretas que trascienden una clasificación estructural. En consecuencia, la pregunta relevante no debería limitarse a qué tipo de familia pertenece una persona, sino también cómo se desarrollan los vínculos, qué recursos existen, cómo se distribuyen las responsabilidades y de qué manera el sistema responde a las necesidades de sus integrantes.

La noción de transición familiar aporta finalmente una dimensión temporal indispensable. Fine et al. (2023) proponen atender a los cambios en la estructura familiar a lo largo del tiempo y a la acumulación de diferentes transiciones. Johnston et al. (2020); y Pearce et al. (2018) muestran igualmente la importancia de considerar las experiencias estructurales durante distintas etapas del desarrollo. Desde esta perspectiva, la familia no constituye una categoría biográfica permanente, sino una configuración susceptible de reorganizarse.

Una persona puede nacer en una familia nuclear, atravesar posteriormente una estructura monoparental, integrarse en una familia reconstituida y mantener simultáneamente relaciones significativas con una familia extensa distribuida entre distintos hogares. Más adelante puede constituir una nueva familia bajo una modalidad diferente. Cada transición incorpora experiencias previas y produce nuevos vínculos, responsabilidades y formas de pertenencia. Por ello, el estudio contemporáneo de las familias requiere observar tanto las estructuras presentes como las trayectorias mediante las cuales se han configurado.

En síntesis, la diversidad familiar contemporánea no puede reducirse a una enumeración de tipos. Las categorías nuclear, extensa, monoparental, reconstituida, adoptiva y transnacional continúan siendo instrumentos descriptivos útiles, pero deben interpretarse como aproximaciones a realidades relacionales mucho más complejas. Las formas de convivencia, filiación, cuidado y pertenencia pueden atravesar hogares, generaciones y territorios; mientras





las familias experimentan transformaciones a lo largo del curso de vida (Fine et al., 2023; Schadler, 2016).

Comprender esta diversidad exige abandonar cualquier jerarquización automática entre configuraciones. Ninguna estructura familiar constituye por sí misma garantía de bienestar, del mismo modo que la diferencia respecto de un modelo tradicional no representa necesariamente una condición problemática. La calidad de las relaciones, la capacidad de cuidado, la adaptación, el apoyo, la protección y la respuesta a las necesidades de sus integrantes ofrecen dimensiones más amplias para comprender el funcionamiento familiar (Constantine, 2024; Picón Pallares & Aristizábal Becerra, 2026).

Las familias contemporáneas deben ser analizadas, por tanto, desde una perspectiva plural, dinámica y contextual. Su diversidad refleja cambios sociales, pero también la capacidad humana para construir vínculos y organizar el cuidado mediante formas diferentes. Reconocer familias nucleares, extensas, monoparentales, reconstituidas, adoptivas, transnacionales y otras configuraciones en condiciones de legitimidad analítica equivalentes permite estudiar sus particularidades sin convertir una de ellas en norma para juzgar a las demás. Esta perspectiva ofrece una comprensión más precisa de la realidad familiar actual y establece las bases para abordar posteriormente los vínculos, roles, procesos de convivencia y experiencias específicas que se desarrollan dentro de cada configuración.

1.3. Parentalidad y crianza en familias de parejas del mismo sexo

La diversidad de las configuraciones familiares contemporáneas ha situado a las familias encabezadas por parejas del mismo sexo en un espacio cada vez más visible dentro de los estudios sobre parentalidad, crianza y desarrollo infantil. Su reconocimiento obliga a revisar concepciones históricas que asociaban de manera casi exclusiva el ejercicio de la maternidad y la paternidad con una pareja heterosexual formada

por una mujer y un hombre. La evidencia acumulada durante las últimas décadas permite desplazar el análisis desde la orientación sexual de quienes ejercen la parentalidad hacia dimensiones más directamente relacionadas con el bienestar familiar, como la calidad de los vínculos afectivos, las prácticas de crianza, la estabilidad de las relaciones, la comunicación, la disponibilidad emocional, el apoyo social y las condiciones jurídicas y culturales en las que se desarrolla la vida familiar (Aristegui, 2014; Manning et al., 2014; Zhang et al., 2023).

El propio concepto de familia homoparental requiere una aproximación crítica. Aunque se ha extendido para designar familias en las que uno o varios adultos homosexuales ejercen funciones parentales, su utilización puede producir el efecto involuntario de convertir la orientación sexual en el atributo definitorio de toda la estructura familiar. Laguna Maqueda (2016) advierte acerca de los alcances y límites de categorías como homoparentalidad y familia homoparental, particularmente cuando estas simplifican la pluralidad de relaciones, vínculos y trayectorias que caracterizan a las personas de diversidad sexual que ejercen funciones parentales. Desde esta perspectiva, dos familias encabezadas por parejas del mismo sexo pueden diferir considerablemente entre sí en sus formas de organización, historia reproductiva, distribución de responsabilidades, relaciones con las familias de origen, recursos económicos, redes sociales y experiencias de reconocimiento o discriminación.

Esta consideración resulta relevante porque las familias encabezadas por dos madres o dos padres no constituyen una categoría internamente homogénea. La parentalidad puede originarse mediante relaciones heterosexuales anteriores, adopción, acogimiento, reproducción asistida, gestación por sustitución en aquellos contextos donde se encuentra legalmente permitida u otras trayectorias familiares. Gross (2015) sitúa estas transformaciones dentro de un proceso más amplio de pluralización de las formas de parentesco. En este sentido, la presencia de familias gays y



lesbianas no supone simplemente sustituir un modelo familiar por otro, sino hacer visible que la filiación, la parentalidad y el cuidado pueden articularse mediante diferentes trayectorias y relaciones sociales.

La experiencia de convertirse en madre o padre dentro de una pareja del mismo sexo presenta además particularidades vinculadas con la planificación de la parentalidad. Charlton (2024) muestra que estas parejas deben afrontar interrogantes y expectativas sociales que rara vez se plantean de la misma manera a las parejas heterosexuales. Preguntas aparentemente simples acerca de quién ocupa el lugar de la madre o del padre revelan la persistencia de una representación binaria de las funciones parentales. Sin embargo, el ejercicio cotidiano de la crianza demuestra que las responsabilidades familiares pueden organizarse de acuerdo con disponibilidad, preferencias, competencias, condiciones laborales y acuerdos entre los miembros de la pareja, sin necesidad de reproducir una división estrictamente asociada al sexo.

Esta reorganización también plantea cuestiones relacionadas con los roles de género. Cruz y Llantén Oyarce (2018) analizan las familias homoparentales desde la tensión entre reproducción y transformación de los patrones hegemónicos de género. La existencia de dos madres o dos padres no implica automáticamente relaciones familiares igualitarias, pero puede generar escenarios en los que determinadas responsabilidades tradicionalmente consideradas femeninas o masculinas sean negociadas de manera diferente. La crianza, el cuidado cotidiano, la provisión económica, la disciplina, la expresión afectiva y las tareas domésticas pueden distribuirse sin depender necesariamente de la complementariedad tradicional entre una figura masculina y otra femenina.

Precisamente, uno de los principales interrogantes planteados históricamente alrededor de estas familias ha sido si la orientación sexual de los progenitores influye negativamente en el desarrollo de los hijos. Las investigaciones disponibles han abordado variables

como adaptación psicológica, comportamiento, salud, rendimiento educativo, identidad, relaciones sociales, vínculos de apego y funcionamiento familiar. La revisión realizada por Manning et al. (2014) concluyó que, en términos generales, los estudios disponibles no mostraban desventajas sistemáticas en el bienestar infantil atribuibles al hecho de crecer con padres del mismo sexo. Aristegui (2014), al revisar la parentalidad gay y lesbica desde el funcionamiento emocional y la adaptación psicológica de los hijos, también destaca la importancia de diferenciar la estructura familiar de los procesos relacionales que se producen dentro de ella.

Una de las aportaciones más relevantes en esta dirección procede de la revisión sistemática y metaanálisis de Zhang et al. (2023). El estudio reunió 34 investigaciones que compararon diferentes resultados en familias con progenitores pertenecientes a minorías sexuales y familias heterosexuales. En términos globales, la mayoría de los resultados familiares fueron semejantes entre ambos grupos. El análisis cuantitativo encontró incluso resultados favorables en determinados dominios para las familias de minorías sexuales, particularmente en ajuste psicológico infantil y calidad de la relación entre padres e hijos. En cambio, no se identificaron diferencias significativas en satisfacción de pareja, salud mental parental, estrés relacionado con la crianza o funcionamiento familiar. Estos hallazgos permiten sostener que la orientación sexual parental, considerada aisladamente, no constituye un determinante relevante del desarrollo infantil (Zhang et al., 2023).

La calidad de las relaciones entre progenitores e hijos constituye, en cambio, una dimensión especialmente significativa. Zhang et al. (2023) encontraron una mayor calidad global de la relación parental en algunos de los estudios incluidos, expresada mediante indicadores como calidez, interacción y comportamientos de apoyo. Estos resultados son importantes porque desplazan la discusión desde la composición sexual de la pareja hacia el funcionamiento real del sistema familiar. En



otras palabras, para comprender el desarrollo de un niño resulta más informativo estudiar cómo es cuidado, escuchado, protegido y acompañado que establecer únicamente si vive con un padre y una madre, dos madres o dos padres.

Los estudios sobre apego fortalecen esta interpretación. Balma y De Grandis (2025), mediante una revisión sistemática centrada específicamente en los vínculos de apego en familias homoparentales, examinan una dimensión fundamental del desarrollo socioemocional. Desde la teoría del apego, la seguridad infantil depende principalmente de la sensibilidad, disponibilidad y capacidad de respuesta de las figuras cuidadoras. Por ello, la evaluación de estas familias debe considerar la calidad del vínculo y no asumir que una determinada configuración familiar produce por sí misma un patrón específico de apego. Esta aproximación permite comprender la parentalidad como una relación construida mediante cuidado consistente, protección, interacción y disponibilidad afectiva.

Las dinámicas familiares y las prácticas parentales constituyen igualmente elementos centrales. Castaño et al. (2018) destacan que el estudio de las familias homoparentales requiere examinar cómo se organizan internamente, cómo se distribuyen las responsabilidades y qué prácticas se utilizan para educar y acompañar a los hijos. La parentalidad no se reduce al parentesco biológico ni al sexo de las figuras adultas. Comprende un conjunto de funciones vinculadas con protección, socialización, establecimiento de normas, acompañamiento emocional, transmisión cultural y satisfacción de necesidades materiales y afectivas.

Los procesos de comunicación y resolución de conflictos ofrecen otro indicador relevante. El trabajo divulgado por Piercy (2019), basado en investigaciones de Rachel Farr con familias adoptivas, señala que no se observaron diferencias relevantes entre familias con progenitores lesbianas, gays y heterosexuales respecto de los comportamientos

familiares durante los conflictos ni en los resultados infantiles estudiados. La cohesión familiar y la manera constructiva de resolver desacuerdos aparecieron relacionadas con resultados positivos. Este hallazgo resulta particularmente significativo porque demuestra que el conflicto familiar no debe analizarse únicamente por su existencia, sino por las estrategias mediante las cuales la familia lo gestiona. Una familia cohesionada puede discrepar y experimentar tensiones sin que ello implique necesariamente deterioro de sus vínculos.

La educación constituye otra dimensión sometida a comparación. La University of Oxford (2020) difundió resultados de una investigación que encontró un desempeño escolar favorable entre niños criados por parejas del mismo sexo en el contexto analizado. Estos resultados contribuyen a cuestionar la hipótesis de una desventaja educativa inherente a esta estructura familiar. No obstante, la relación entre configuración familiar y rendimiento escolar debe interpretarse considerando variables socioeconómicas, educativas, contextuales y de selección familiar. Por ello, no resulta metodológicamente adecuado atribuir diferencias observadas exclusivamente a la orientación sexual de los progenitores.

El metaanálisis de Zhang et al. (2023) resulta especialmente ilustrativo sobre esta cuestión porque encontró resultados educativos heterogéneos entre las investigaciones analizadas. Algunos estudios informaron resultados menos favorables y otros identificaron ventajas en pruebas estandarizadas, graduación, acceso universitario o competencia académica. Esta heterogeneidad refuerza la necesidad de evitar generalizaciones y examinar las condiciones específicas de cada estudio. La estabilidad familiar, los recursos socioeconómicos, la participación de los progenitores en la educación y el contexto escolar pueden desempeñar un papel considerablemente más explicativo que la orientación sexual parental.

La literatura sobre parentalidad del mismo sexo no ha estado exenta de controversias científicas y sociales. Algunos autores y organizaciones han





interpretado determinados estudios como evidencia de resultados desfavorables. Fitzgibbons (2015); el American College of Pediatricians (2019); y Sprigg (2012) representan posiciones críticas respecto de las conclusiones predominantes sobre equivalencia en el bienestar infantil. En particular, Sprigg (2012) se apoyó en los resultados del New Family Structures Study para argumentar diferencias entre hijos de progenitores que habían mantenido relaciones homosexuales y aquellos procedentes de familias biológicas heterosexuales intactas.

Estas posiciones deben incorporarse a una revisión académica del tema, pero también requieren una valoración metodológica de la evidencia en la que se sustentan. La revisión sistemática de Zhang et al. (2023) advierte expresamente que determinados resultados derivados del estudio de Regnerus deben interpretarse con cautela debido a la controversia en torno a la definición utilizada para clasificar a los hijos de progenitores del mismo sexo. Comparar grupos familiares exige controlar adecuadamente variables como divorcio, separación, estabilidad residencial, duración de la convivencia, nivel socioeconómico y trayectoria familiar. Cuando estas dimensiones difieren entre los grupos comparados, atribuir los resultados exclusivamente a la orientación sexual de los progenitores puede conducir a interpretaciones causales que los datos no permiten establecer.

Por tanto, la existencia de resultados discrepantes no debe ocultarse, pero tampoco presentarse como si todos los estudios poseyeran idéntico peso metodológico. Una evaluación científica exige distinguir estudios individuales, revisiones narrativas, documentos institucionales, investigaciones longitudinales, revisiones sistemáticas y metaanálisis. Cuando se considera conjuntamente la literatura disponible, las síntesis de mayor alcance muestran que las diferencias asociadas directamente con la orientación sexual parental son limitadas y que numerosas variables relacionadas con los procesos familiares y el contexto social explican mejor el

bienestar de niños y progenitores (Manning et al., 2014; Zhang et al., 2023).

También resulta necesario separar el bienestar infantil de las consecuencias producidas por la discriminación. Un niño puede desarrollarse adecuadamente dentro de su hogar y, simultáneamente, experimentar dificultades derivadas del rechazo externo hacia su configuración familiar. El estigma puede aparecer en la escuela, entre pares, en instituciones, servicios sanitarios, espacios comunitarios o incluso dentro de las familias extensas. En consecuencia, cuando se observan dificultades psicológicas o sociales no resulta suficiente atribuir las a la estructura familiar. Es necesario determinar si se encuentran relacionadas con experiencias de discriminación, inseguridad jurídica, exclusión o ausencia de apoyo social.

Zhang et al. (2023) identifican precisamente el estigma, la discriminación y el apoyo social insuficiente entre los factores de riesgo relevantes para los resultados familiares. Esta distinción modifica sustancialmente la interpretación del fenómeno. La dificultad no se originaría necesariamente dentro de la familia, sino que puede proceder del entorno en el que esa familia intenta desarrollarse. De esta forma, un contexto social hostil puede convertirse en una fuente adicional de estrés para progenitores e hijos; mientras que ambientes inclusivos, redes de apoyo y reconocimiento institucional pueden actuar como factores protectores.

Las actitudes sociales hacia los derechos de estas familias son, además, susceptibles de transformación. Webb et al. (2020) estudiaron las actitudes hacia los derechos familiares de parejas del mismo sexo y mostraron la relevancia de la educación para favorecer cambios progresivos. Este aspecto resulta fundamental porque el reconocimiento familiar no depende exclusivamente de las relaciones privadas que se producen dentro del hogar. Las familias interactúan constantemente con escuelas, servicios de salud, sistemas judiciales, administraciones públicas y comunidades. Cuando estas instituciones reconocen únicamente un modelo familiar, pueden producir



situaciones de invisibilidad o exclusión que afectan la vida cotidiana.

Ambrosio (2021) aborda también la homoparentalidad desde la necesidad de contrastar prejuicios sociales con evidencia científica. El debate adquiere particular importancia cuando las creencias culturales sobre maternidad, paternidad y desarrollo infantil se presentan como afirmaciones científicas sin una base empírica suficiente. El análisis académico debe distinguir entre valores culturales, posiciones ideológicas y resultados derivados de investigaciones evaluables. La existencia de desacuerdos morales o políticos sobre determinadas formas familiares no constituye, por sí misma, evidencia acerca de la capacidad parental o del desarrollo psicológico de los niños.

La salud de quienes ejercen la parentalidad constituye otra dimensión que amplía el análisis. Jin y Mazrekaj (2024) compararon la asociación entre parentalidad y salud en personas que mantenían relaciones del mismo y diferente sexo. Este tipo de investigaciones resulta importante porque permite superar una visión exclusivamente centrada en los hijos y considerar el bienestar de todo el sistema familiar. La salud física y psicológica de los progenitores, el estrés parental, los recursos disponibles y las condiciones sociales influyen en la capacidad de proporcionar entornos familiares seguros y estables.

La dimensión jurídica resulta igualmente inseparable de la experiencia de estas familias. El reconocimiento legal del matrimonio, la filiación, la adopción y las responsabilidades parentales determina derechos concretos relacionados con custodia, herencia, seguridad social, representación médica y protección de los hijos. Velazco (2018), desde el análisis jurídico, evidencia las tensiones que pueden producirse cuando las transformaciones familiares avanzan a un ritmo diferente al de determinadas interpretaciones constitucionales y normativas. En este ámbito, la cuestión central no se limita al reconocimiento

simbólico de las parejas, sino que alcanza directamente la seguridad jurídica de niños y adultos.

La falta de reconocimiento de uno de los progenitores puede producir situaciones particularmente complejas. Una persona que participa diariamente en la crianza puede carecer, dependiendo de la legislación aplicable, de capacidad formal para tomar decisiones médicas, educativas o administrativas respecto del niño. De ahí que la regulación de la filiación sea un componente fundamental del bienestar familiar. Gross (2015) muestra que las nuevas formas de parentalidad obligan a reconsiderar categorías tradicionales del parentesco, particularmente cuando las dimensiones biológica, genética, gestacional, jurídica y social no coinciden en una misma persona.

La experiencia cotidiana de las parejas del mismo sexo que ejercen la parentalidad también puede estar marcada por una necesidad constante de explicar o legitimar su configuración familiar. Charlton (2024) evidencia cómo las expectativas sociales sobre quién debe desempeñar los papeles de madre y padre continúan influyendo en las interacciones de estas familias. Esta presión puede expresarse mediante preguntas, formularios institucionales, prácticas escolares o supuestos culturales que parten de la existencia obligatoria de una figura materna femenina y otra paterna masculina. Tales situaciones, aunque aparentemente menores, pueden producir procesos reiterados de visibilización y negociación de la identidad familiar.

En este contexto, las redes comunitarias adquieren especial importancia. El apoyo de familiares, amistades, escuelas, profesionales sanitarios y organizaciones sociales puede contribuir a disminuir el estrés asociado con el estigma y favorecer sentimientos de pertenencia. Zhang et al. (2023) destacan la relación existente entre el clima comunitario y el bienestar de progenitores e hijos. Esta evidencia sugiere que las intervenciones destinadas a mejorar los resultados familiares no deben dirigirse exclusivamente al interior



de la familia, sino también a los contextos sociales en los que esta participa.

El análisis de las familias encabezadas por dos madres o dos padres permite, finalmente, plantear una cuestión más amplia sobre el significado contemporáneo de la parentalidad. Si el desarrollo infantil depende sustancialmente de la calidad del cuidado, el apego, la estabilidad, la comunicación, la protección, los recursos y la capacidad de respuesta de las figuras parentales, entonces la evaluación de una familia no puede basarse únicamente en su correspondencia con una estructura tradicional (Aristegui, 2014; Balma & De Grandis, 2025). La evidencia científica contemporánea conduce a prestar mayor atención a lo que las personas hacen en el ejercicio de la parentalidad que a la composición sexual de la pareja que la ejerce (Manning et al., 2014; Zhang et al., 2023).

Esto tampoco significa idealizar las familias de parejas del mismo sexo. Como cualquier otra configuración familiar, pueden experimentar conflictos, rupturas, dificultades económicas, problemas de comunicación, estrés parental y situaciones que comprometan el bienestar de sus integrantes. Un enfoque no estigmatizante no consiste en asumir que estas familias son necesariamente mejores, sino en evaluarlas mediante los mismos criterios científicos utilizados para comprender cualquier sistema familiar. De manera semejante, la existencia de resultados positivos en determinados estudios no autoriza a establecer una superioridad general de una estructura sobre otra.

En consecuencia, el debate científico ha evolucionado desde la pregunta acerca de si dos madres o dos padres pueden criar adecuadamente a un niño hacia interrogantes más precisos sobre qué condiciones favorecen el bienestar en las distintas configuraciones familiares. La evidencia revisada señala que la orientación sexual de los progenitores no explica por sí sola la calidad de la parentalidad ni el desarrollo infantil. Por el contrario, adquieren mayor relevancia la estabilidad y calidad de los vínculos, la sensibilidad

parental, la cohesión, la resolución constructiva de conflictos, la salud de los cuidadores, los recursos familiares, la seguridad jurídica y el apoyo recibido del entorno (Piercy, 2019; Zhang et al., 2023).

Desde esta perspectiva, las familias encabezadas por parejas del mismo sexo forman parte de la pluralización contemporánea de las relaciones de parentesco y cuidado. Su estudio permite comprender que la familia no constituye únicamente una estructura definida por el sexo de sus integrantes, sino una red de relaciones en la que se construyen pertenencia, responsabilidad, protección y afecto. El desafío para la investigación, las instituciones y los marcos jurídicos consiste en analizar esta diversidad sin convertir las diferencias familiares en jerarquías preconcebidas. La evidencia científica disponible favorece una aproximación centrada en los procesos familiares y en las condiciones que permiten a niños y adultos desarrollarse en entornos estables, protectores y afectivamente significativos, al tiempo que identifica el estigma, la discriminación y la inseguridad jurídica como factores contextuales que pueden comprometer ese bienestar (Gross, 2015; Webb et al., 2020; Zhang et al., 2023).

1.4. Transformación de roles y vínculos intergeneracionales en la familia contemporánea

Las transformaciones experimentadas por las familias contemporáneas no se expresan únicamente en la diversificación de sus estructuras, sino también en una profunda reorganización de los papeles que desempeñan sus integrantes. Ser madre, padre, hijo, hija, abuelo o abuela ya no remite necesariamente a un conjunto rígido de funciones determinadas por el género, la edad o la posición ocupada dentro del parentesco. Las trayectorias educativas y laborales, la incorporación sostenida de las mujeres al trabajo remunerado, el envejecimiento poblacional, la prolongación de la vida, la reducción de la fecundidad, las migraciones, las separaciones y recomposiciones familiares y las nuevas formas de convivencia han modificado las expectativas respecto de quién cuida,





quién provee, quién ejerce autoridad y quién necesita apoyo. En este escenario, la familia aparece menos como una organización de posiciones invariables y más como un espacio dinámico de negociación de responsabilidades, afectos, recursos y cuidados entre generaciones (Agree, 2017; Hantrais et al., 2020; Hünteler, 2022).

Esta transformación no significa la desaparición de los roles familiares tradicionales, sino su coexistencia con prácticas emergentes. Persisten familias en las que la madre concentra las tareas domésticas y de cuidado, el padre ocupa principalmente el papel de proveedor y los hijos mantienen una posición subordinada frente a la autoridad adulta. Sin embargo, junto a ellas se desarrollan formas de convivencia caracterizadas por una mayor participación paterna en la crianza, incorporación de los hijos a determinadas decisiones familiares, redistribución de tareas domésticas y creciente intervención de los abuelos en el cuidado cotidiano. De este modo, tradición y cambio no constituyen necesariamente realidades excluyentes. Pueden coexistir dentro de una misma familia e incluso dentro de una misma persona a lo largo de su trayectoria vital (Gomila, 2005; Peralta Barbosa, 2026).

Comprender esta dinámica exige superar una interpretación estática de las generaciones. La posición generacional no depende únicamente de la edad cronológica. Una persona puede ser simultáneamente hija, madre y abuela, y las responsabilidades asociadas con cada una de esas posiciones cambian a medida que ocurren nacimientos, emancipaciones, enfermedades, separaciones, migraciones y fallecimientos. Hünteler (2022) propone precisamente analizar las estructuras generacionales como procesos que evolucionan a lo largo del curso de vida. Desde esta perspectiva, las familias no poseen una estructura generacional permanente, sino trayectorias en las que sus miembros ingresan, permanecen y transitan por diferentes posiciones. La llegada de un hijo convierte a una generación en progenitora y a otra en abuela; el envejecimiento puede transformar a

antiguos cuidadores en personas que requieren apoyo; la emancipación de los hijos modifica la convivencia; mientras que determinadas crisis económicas o personales pueden propiciar su regreso al hogar.

La duración creciente de la vida introduce además una característica históricamente significativa: varias generaciones pueden coexistir durante periodos prolongados. Padres, hijos, abuelos e incluso bisabuelos forman parte de redes familiares que pueden extenderse durante décadas. Esta mayor superposición generacional incrementa las posibilidades de intercambio afectivo y material, pero también prolonga responsabilidades y puede generar nuevas tensiones. Las relaciones intergeneracionales contemporáneas deben entenderse, portanto, mediante la combinación de continuidad y transformación. Aunque las estructuras familiares cambien, la familia continúa siendo una fuente central de apoyo emocional, económico y práctico para una parte importante de la población (Bonvalet, 2016; Gomila, 2005).

La transformación del papel de las mujeres constituye uno de los procesos fundamentales para comprender esta reorganización. Durante largos periodos, la división tradicional del trabajo familiar asignó predominantemente a las mujeres la responsabilidad de la crianza, el mantenimiento doméstico y la atención de personas dependientes. La creciente participación femenina en la educación superior y el mercado laboral ha modificado esa distribución, pero no ha eliminado automáticamente las expectativas culturales asociadas con el cuidado. Agree (2017) señala que los cambios en los roles de las mujeres tienen consecuencias directas sobre las familias y los vínculos generacionales. Cuando las mujeres desarrollan trayectorias laborales más extensas, las familias necesitan reorganizar tareas que anteriormente se daban por supuestas como responsabilidades femeninas.

La corresponsabilidad doméstica adquiere, en este contexto, una importancia que trasciende el reparto práctico de actividades. Implica reconocer que cocinar, limpiar, acompañar a los hijos, atender necesidades





escolares, cuidar a una persona enferma o apoyar a un adulto mayor son responsabilidades necesarias para el sostenimiento de la vida familiar. La redistribución de estas tareas modifica las relaciones de poder y las expectativas asociadas con la maternidad y la paternidad. Peralta Barbosa (2026) analiza los nuevos roles familiares en la crianza como expresión de una transformación generacional en la que las responsabilidades parentales experimentan procesos de redefinición. La crianza contemporánea tiende así a demandar una participación más activa de los distintos integrantes y una revisión de los modelos que concentraban el cuidado en una sola figura.

El papel del padre constituye un ejemplo particularmente visible. La figura paterna tradicionalmente vinculada con provisión económica, disciplina y autoridad convive actualmente con expectativas de mayor presencia afectiva y participación cotidiana. Cuidar, acompañar, escuchar y participar en actividades escolares o domésticas forman parte de una concepción más amplia de la paternidad. Este desplazamiento no supone que las diferencias en la distribución de tareas hayan desaparecido, sino que las expectativas culturales acerca de lo que significa ejercer la paternidad se han ampliado. Al mismo tiempo, la maternidad deja progresivamente de concebirse como una función incompatible con proyectos laborales, académicos o personales, aunque las tensiones entre estas dimensiones continúan formando parte de la experiencia de muchas familias (Agree, 2017; Peralta Barbosa, 2026).

Los hijos también ocupan posiciones diferentes a las atribuidas por los modelos familiares estrictamente jerárquicos. La ampliación de sus derechos y la transformación de las prácticas educativas han favorecido formas de convivencia en las que sus opiniones adquieren mayor presencia. Esto no elimina la necesidad de orientación y límites, pero transforma la forma de ejercer la autoridad. La autoridad familiar puede pasar de un modelo predominantemente vertical, fundamentado en la obediencia, hacia

otro más relacional en el que las normas requieren explicación, diálogo y negociación acordes con la edad y madurez de los hijos. En consecuencia, el desafío contemporáneo no consiste en sustituir autoridad por ausencia de límites, sino en construir formas de autoridad compatibles con el respeto, la comunicación y la autonomía progresiva.

Estas transformaciones deben situarse dentro de cambios más amplios en la convivencia. Ospina García y Trejos Ladino (2024) muestran que las nuevas formas de convivencia obligan a reconsiderar las relaciones familiares desde perspectivas capaces de reconocer la pluralidad de experiencias actuales. La convivencia no puede entenderse únicamente como compartir una residencia. Las relaciones familiares se mantienen también entre hogares diferentes y, en ocasiones, a grandes distancias. Una familia puede estar intensamente conectada sin residir bajo el mismo techo; mientras que la residencia conjunta no garantiza necesariamente proximidad emocional. Esta distinción resulta fundamental para analizar las relaciones intergeneracionales contemporáneas.

La familia funciona, en buena medida, como una red de relaciones que acompaña a las personas durante el curso vital. Antonucci et al. (2011), desde el enfoque de los convoyes sociales, permiten comprender la estabilidad y el cambio de los vínculos intergeneracionales a través del tiempo. Algunas relaciones permanecen durante décadas; mientras otras modifican su intensidad y función. Las personas avanzan por la vida acompañadas por redes que pueden proporcionar afecto, ayuda práctica, información, protección y apoyo económico. Dentro de ellas, los familiares suelen ocupar posiciones especialmente relevantes, aunque el significado y la intensidad de esos vínculos no permanezcan invariables.

Esta perspectiva permite evitar otra simplificación: considerar que todos los integrantes de una misma generación mantienen relaciones equivalentes con los demás miembros de la familia. Suitor et al. (2017) destacan la importancia de analizar las





diferencias dentro de las propias familias. Los padres pueden mantener distintos grados de proximidad emocional con cada hijo, ofrecer apoyos diferentes y experimentar conflictos particulares con determinados miembros. Del mismo modo, los hijos no necesariamente responden de forma idéntica ante las necesidades de sus progenitores. La historia compartida, la proximidad geográfica, el género, las responsabilidades laborales, la calidad previa del vínculo y las circunstancias personales influyen en la configuración de estas diferencias.

Por ello, hablar de solidaridad intergeneracional no significa asumir relaciones uniformemente armoniosas. Las familias pueden ser simultáneamente espacios de afecto, cooperación, obligación, conflicto y ambivalencia. Qi (2025) caracteriza las relaciones intergeneracionales precisamente a partir de esta integración paradójica de sentimientos, oportunidades y problemas. Una persona puede cuidar a un progenitor mayor por amor y, al mismo tiempo, experimentar agotamiento; un abuelo puede disfrutar intensamente del cuidado de sus nietos y sentir que esa responsabilidad limita otros aspectos de su vida; un hijo adulto puede recibir apoyo económico de sus padres mientras intenta alcanzar independencia. La complejidad de estas experiencias impide reducir las relaciones familiares a categorías simples de solidaridad o conflicto.

Esta ambivalencia se hace especialmente visible en el ámbito de los cuidados. El cuidado constituye uno de los principales espacios donde los nuevos roles familiares se negocian y, en ocasiones, entran en tensión. Durante la infancia, los flujos de ayuda se dirigen predominantemente desde las generaciones adultas hacia las más jóvenes. Con el paso del tiempo pueden invertirse. Los padres envejecen y los hijos adultos comienzan a acompañarlos en consultas médicas, administrar recursos, realizar compras, proporcionar transporte o asumir cuidados cotidianos. Sin embargo, esta inversión rara vez es absoluta. Incluso durante la vejez, los padres pueden continuar

proporcionando vivienda, apoyo económico, consejo, cuidado de nietos y asistencia emocional a sus descendientes.

Salazar Villanea y Castro Gómez (2019) permiten profundizar en esta dimensión al relacionar convivencia intergeneracional, soledad y resignificación del cuidado a lo largo del ciclo vital. El cuidado no debería concebirse exclusivamente como una actividad que una persona autónoma realiza sobre otra dependiente. Se trata de una relación que puede adquirir formas recíprocas y cambiar a través del tiempo. Esta concepción resulta especialmente pertinente en sociedades que envejecen, porque evita identificar automáticamente vejez con pasividad o dependencia. Las personas mayores pueden necesitar apoyo en determinadas dimensiones y, simultáneamente, continuar siendo fuentes fundamentales de afecto, experiencia, recursos y cuidado para otras generaciones.

El papel de los abuelos ilustra con particular claridad esta transformación. En muchas familias contemporáneas, los abuelos han dejado de ocupar una posición exclusivamente simbólica o periférica y participan directamente en la organización cotidiana. El cuidado de nietos puede facilitar la incorporación laboral de madres y padres, proporcionar estabilidad a los niños y fortalecer los vínculos entre generaciones. Los abuelos pueden transmitir memoria familiar, valores, conocimientos y experiencias que conectan a los miembros más jóvenes con una historia compartida. No obstante, la participación intensa en el cuidado también puede generar sobrecarga cuando deja de ser una elección flexible y se convierte en una responsabilidad permanente.

La relación entre generaciones adquiere especial importancia en sociedades donde las políticas públicas y los sistemas formales de cuidado resultan insuficientes. Hantrais et al. (2020) vinculan los cambios familiares y las relaciones intergeneracionales con sus implicaciones para las políticas sociales. Las transformaciones demográficas alteran la capacidad de las familias para responder a las necesidades de





cuidado. Familias más pequeñas pueden disponer de menos miembros para distribuir responsabilidades; mientras que una mayor longevidad puede extender durante años la necesidad de acompañamiento de las personas mayores. Al mismo tiempo, la movilidad laboral y geográfica puede separar físicamente a generaciones que anteriormente residían próximas.

Porestarazón, la solidaridad familiar no debe convertirse en argumento para trasladar de manera ilimitada a las familias responsabilidades que también corresponden a las instituciones y a las políticas públicas. Cuando el cuidado depende casi exclusivamente de los hogares, las desigualdades económicas y de género pueden intensificarse. Las familias con mayores recursos pueden contratar servicios o distribuir mejor determinadas responsabilidades; mientras aquellas con recursos limitados dependen en mayor medida del trabajo no remunerado de sus integrantes. Y dentro de estas últimas, la responsabilidad puede recaer desproporcionadamente sobre las mujeres (Agree, 2017; Hantrais et al., 2020).

Las transformaciones de las relaciones intergeneracionales tampoco siguen un patrón universal. Las normas culturales influyen profundamente en las expectativas sobre obediencia, reciprocidad, residencia, cuidado y responsabilidad filial. El estudio cualitativo de Jothikaran et al. (2023) en el sur de India evidencia cómo los hijos adultos interpretan sus relaciones con familiares mayores dentro de contextos culturales específicos. La responsabilidad hacia los progenitores puede estar vinculada con sentimientos de afecto y reciprocidad, pero también con obligaciones sociales y morales. Estas experiencias muestran que la autonomía individual y la solidaridad familiar no deben analizarse como categorías universales con idéntico significado en todas las sociedades.

Shi (2017), al estudiar la evolución de las relaciones intergeneracionales en un contexto de transición social, muestra igualmente que estas relaciones se encuentran atravesadas por mecanismos de cambio y tensiones

entre diferentes lógicas familiares. La modernización no conduce necesariamente a la desaparición de los vínculos intergeneracionales. Puede modificar las formas mediante las cuales se expresan. El respeto a los mayores puede coexistir con una creciente autonomía de los jóvenes; la obligación filial puede mantenerse mientras cambian las modalidades concretas del cuidado; la proximidad residencial puede disminuir sin que necesariamente desaparezcan los intercambios materiales y emocionales.

Este punto resulta fundamental porque durante mucho tiempo determinados discursos sobre modernización asociaron individualización con debilitamiento inevitable de la familia. Sin embargo, la evidencia permite una interpretación más compleja. Bonvalet (2016) cuestiona precisamente si las relaciones intergeneracionales constituyen un problema exclusivamente contemporáneo o si algunas de las tensiones atribuidas al presente poseen antecedentes históricos. La familia siempre ha sido escenario de intercambios entre generaciones, aunque las condiciones demográficas, económicas y culturales que organizan esos intercambios hayan cambiado.

Los adultos mayores continúan atribuyendo gran importancia a la familia y a sus relaciones internas. Barros et al. (2014), al estudiar las nociones sobre familia e interrelaciones entre sus miembros en personas mayores de 45 años, muestran la relevancia que conservan los vínculos familiares como espacios de cercanía, apoyo y reciprocidad. La edad no elimina la necesidad de autonomía ni convierte automáticamente a una persona en receptora pasiva de ayuda. De hecho, una de las tensiones centrales de las relaciones intergeneracionales contemporáneas consiste en encontrar un equilibrio entre disponibilidad familiar y respeto a la independencia de cada generación.

Este equilibrio adquiere especial importancia cuando aparecen necesidades de cuidado. Ayudar no equivale necesariamente a sustituir la capacidad de decisión de la persona mayor. Una familia puede proteger y, al mismo tiempo, generar dependencia innecesaria si



asume funciones que el adulto mayor todavía puede realizar. La convivencia intergeneracional requiere, por ello, reconocer capacidades y límites, evitando tanto el abandono como la sobreprotección. La autonomía puede entenderse de manera relacional: una persona puede necesitar ayuda para determinadas actividades y conservar capacidad de decisión sobre su vida.

Zeng et al. (2022) muestran la relevancia de las relaciones intergeneracionales para la satisfacción vital de padres de mediana y avanzada edad en familias urbanas con un solo hijo en Chengdu. En contextos caracterizados por estructuras familiares reducidas, la calidad de la relación entre generaciones adquiere un peso considerable. La interacción, el apoyo y las relaciones afectivas entre padres e hijos pueden convertirse en componentes importantes del bienestar durante el envejecimiento. Este fenómeno permite comprender que las relaciones intergeneracionales no representan únicamente mecanismos de asistencia material, sino dimensiones centrales de la experiencia emocional y social.

La reducción del número de hijos plantea, al mismo tiempo, desafíos para la distribución futura del cuidado. Cuando existen varios descendientes, las responsabilidades pueden potencialmente distribuirse, aunque ello no siempre ocurra de manera equitativa. En familias con un único hijo, las demandas de apoyo pueden concentrarse sobre una sola persona. Si además esta debe responder simultáneamente a las necesidades de sus propios hijos, su pareja, su empleo y sus progenitores mayores, puede encontrarse situada entre múltiples responsabilidades generacionales. Esta realidad convierte la corresponsabilidad en una cuestión que excede a la pareja y alcanza a la organización completa de los cuidados en la sociedad.

Las investigaciones sobre redes personales ofrecen una perspectiva adicional. Vacca y Bianchi (2024) muestran la diversidad, integración y variabilidad de las relaciones intergeneracionales durante la vejez.

Las personas mayores no se relacionan exclusivamente con hijos y nietos, sino que participan en redes compuestas por vínculos de distintas generaciones y características. La importancia de estos vínculos puede variar según la frecuencia de interacción, el tipo de apoyo intercambiado y la posición que ocupan dentro de la red social. Esta aproximación resulta especialmente valiosa porque permite comprender el envejecimiento más allá del hogar y situarlo dentro de entramados relacionales amplios.

En consecuencia, convivencia y relación familiar no son equivalentes. Puede existir convivencia sin una relación emocional satisfactoria y proximidad afectiva sin residencia compartida. Las tecnologías de comunicación, la movilidad geográfica y las transformaciones laborales permiten mantener contactos frecuentes entre familiares separados por grandes distancias. A su vez, los hogares multigeneracionales pueden responder a decisiones afectivas, necesidades económicas, necesidades de cuidado o combinaciones de estas circunstancias. Analizar la convivencia requiere entonces preguntarse no solo quién vive con quién, sino por qué lo hace, cómo se distribuyen los recursos, quién toma las decisiones y qué significado atribuyen sus integrantes a esa experiencia (Ospina García & Trejos Ladino, 2024; Vacca & Bianchi, 2024).

La autoridad familiar también se encuentra atravesada por estos cambios. En modelos tradicionales, edad y posición generacional podían conferir una autoridad relativamente incuestionable. En las familias contemporáneas, esa legitimidad tiende a depender en mayor medida de la calidad de los vínculos, la comunicación y el reconocimiento recíproco. Esto no significa que hayan desaparecido las jerarquías. Padres e hijos continúan ocupando posiciones diferentes, especialmente durante la infancia y adolescencia, y las generaciones pueden disponer de recursos económicos y capacidades decisorias desiguales. Lo que cambia es la forma en que esas diferencias se justifican y negocian.





A medida que los hijos alcanzan la adultez, las relaciones pueden evolucionar hacia una mayor horizontalidad. Los progenitores dejan progresivamente de dirigir sus decisiones y pasan a desempeñar funciones de acompañamiento, consejo y apoyo. Más adelante, cuando los padres envejecen, pueden producirse nuevas modificaciones. Los hijos adultos adquieren mayor participación en decisiones relacionadas con salud, vivienda o cuidados, generándose una inversión parcial de algunas responsabilidades. Sin embargo, interpretar este proceso simplemente como una inversión de roles puede resultar insuficiente, porque padres e hijos conservan identidades, historias y posiciones afectivas construidas durante décadas.

La perspectiva del curso de vida permite comprender mejor estas continuidades. Las relaciones familiares actuales son resultado de experiencias acumuladas. La calidad de una relación entre un hijo adulto y su progenitor mayor no comienza en la vejez. Se encuentra influida por años de cercanía, conflictos, intercambios y expectativas. Antonucci et al. (2011); y Sutor et al. (2017) muestran, desde aproximaciones diferentes, que estabilidad y cambio deben analizarse conjuntamente. Las relaciones pueden conservar elementos persistentes y, al mismo tiempo, reorganizarse ante acontecimientos vitales.

Esta continuidad histórica también explica por qué la obligación de cuidar puede vivirse de maneras diferentes dentro de una misma familia. Dos hermanos pueden responder de forma distinta ante la dependencia de un progenitor porque sus relaciones previas no han sido idénticas. Uno puede asumir gran parte del cuidado, otro proporcionar apoyo económico y otro mantener una participación limitada. Las diferencias pueden generar conflictos sobre justicia, reciprocidad y distribución de responsabilidades. El género continúa siendo relevante en estos procesos, ya que las expectativas culturales pueden atribuir a hijas, esposas o nueras una responsabilidad mayor en el cuidado cotidiano (Agree, 2017).

Por ello, la corresponsabilidad debe entenderse en un sentido amplio. No se limita a que hombres y mujeres compartan tareas dentro de una pareja. También supone distribuir de manera razonable las responsabilidades entre hermanos, generaciones, familias, comunidades e instituciones. Una cultura del cuidado sostenible requiere evitar que una sola persona concentre durante años las necesidades de múltiples familiares. La solidaridad pierde parte de su potencial protector cuando se convierte en sobrecarga permanente.

La dimensión emocional tampoco puede separarse de estas responsabilidades. Las relaciones intergeneracionales contienen memoria, identidad y pertenencia. Los abuelos conectan a las generaciones más jóvenes con historias familiares que anteceden su nacimiento; los hijos adultos pueden representar para los padres continuidad y apoyo; los nietos pueden renovar formas de participación y sentido durante la vejez. Pero precisamente porque estos vínculos poseen gran significado emocional, también pueden generar expectativas intensas, frustraciones y conflictos. Qi (2025) permite interpretar esta coexistencia sin reducirla a una anomalía: la ambivalencia forma parte de relaciones prolongadas en las que afecto, responsabilidad, dependencia y autonomía se encuentran profundamente entrelazados.

Desde esta perspectiva, una relación intergeneracional saludable no debería definirse por ausencia absoluta de conflictos. Las diferencias entre generaciones son previsibles porque sus integrantes se han socializado en momentos históricos distintos y pueden mantener concepciones diferentes sobre género, crianza, autoridad, trabajo, sexualidad, tecnología, independencia y cuidado. El desafío consiste en desarrollar mecanismos que permitan gestionar esas diferencias sin destruir el vínculo. Escucha, reconocimiento, negociación y establecimiento de límites pueden resultar tan importantes como la proximidad afectiva.





La convivencia multigeneracional ofrece un escenario especialmente intenso para esta negociación. Compartir vivienda puede facilitar ayuda cotidiana, reducir determinados costos y combatir la soledad, pero también puede generar tensiones relacionadas con privacidad, normas domésticas, decisiones económicas y distribución de tareas. Salazar Villanea y Castro Gómez (2019) permiten vincular estas cuestiones con la necesidad de resignificar el cuidado a lo largo del ciclo vital. La convivencia resulta protectora cuando posibilita relaciones de apoyo y reconocimiento, pero no debe idealizarse como solución automática frente a la soledad o la dependencia.

Las transformaciones familiares contemporáneas muestran así una aparente paradoja. Las personas poseen mayores posibilidades de autonomía individual, pero continúan profundamente vinculadas mediante redes de interdependencia. Los jóvenes pueden aspirar a independencia residencial y económica mientras reciben apoyo de sus padres; los adultos pueden mantener proyectos laborales propios mientras cuidan hijos y progenitores; los mayores pueden defender su autonomía mientras necesitan ayuda para determinadas actividades. La familia contemporánea no elimina la dependencia, sino que la redistribuye a lo largo de trayectorias vitales más extensas y complejas (Hantrais et al., 2020; Hünteler, 2022).

En este escenario, la solidaridad intergeneracional debe alejarse de dos extremos. El primero consiste en considerar que las generaciones jóvenes se han vuelto individualistas y han abandonado las responsabilidades familiares. El segundo supone idealizar el pasado como un periodo de convivencia armoniosa y solidaridad incondicional. Las investigaciones revisadas muestran una realidad mucho más compleja: los vínculos familiares persisten, pero cambian sus formas, significados y condiciones materiales. Las familias continúan movilizando cantidades importantes de apoyo, aunque lo hagan

mediante arreglos distintos a los tradicionales (Bonvalet, 2016; Shi, 2017).

El desafío futuro consiste, por tanto, en construir relaciones familiares capaces de combinar autonomía y solidaridad. La autonomía sin apoyo puede derivar en aislamiento; la solidaridad sin límites puede convertirse en dependencia o sobrecarga. Entre ambos extremos se sitúa una concepción relacional de la familia en la que sus integrantes pueden dar y recibir cuidado en diferentes momentos de sus vidas sin quedar permanentemente definidos por una única función. Esta mirada resulta especialmente necesaria ante el envejecimiento poblacional y la prolongación de la coexistencia entre generaciones.

Los nuevos roles familiares deben entenderse finalmente como resultado de una renegociación permanente. Madres y padres amplían y redistribuyen responsabilidades; hijos adquieren progresivamente autonomía y pueden convertirse posteriormente en cuidadores; abuelos participan activamente en la crianza y continúan siendo fuentes de apoyo mientras, con el paso del tiempo, pueden requerir cuidados; otros integrantes de las redes familiares complementan estas funciones. Ninguna de estas posiciones permanece completamente estable durante el curso de vida (Antonucci et al., 2011; Vacca & Bianchi, 2024).

La transformación de los roles no implica necesariamente debilitamiento de la familia. Puede representar una modificación de las formas mediante las cuales sus integrantes construyen reciprocidad, autoridad, cuidado y pertenencia. La familia contemporánea se encuentra menos determinada por una división invariable de funciones y más atravesada por negociaciones que responden a circunstancias vitales, recursos disponibles, valores y necesidades concretas. Esta flexibilidad puede favorecer relaciones más corresponsables, pero también generar tensiones cuando las expectativas cambian con mayor rapidez que las prácticas o cuando las necesidades de cuidado superan los recursos familiares.





Las relaciones intergeneracionales constituyen, en este sentido, uno de los principales espacios donde se observa la continuidad de la familia en medio del cambio. Las generaciones no existen como unidades aisladas, sino que sus trayectorias se encuentran conectadas. Las decisiones de una repercuten sobre las demás, los recursos circulan en múltiples direcciones y el cuidado cambia de sentido a medida que transcurre la vida (Hantrais et al., 2020).

Comprender estas relaciones exige abandonar tanto la imagen de una familia tradicional inmutable como la idea de que la modernización conduce inevitablemente a su fragmentación. Lo que emerge es una familia en transformación, caracterizada por mayor diversidad de roles y trayectorias, pero todavía sostenida por vínculos de interdependencia que articulan afecto, cuidado, responsabilidad, conflicto y solidaridad entre generaciones (Qi, 2025; Shi, 2017).



02.

Construcción y dinámica de los vínculos familiares

2.1. Apego, seguridad emocional y construcción de los vínculo

La familia constituye el primer espacio relacional en el que la persona aprende a sentirse segura, reconocida y protegida. Antes de comprender mediante el lenguaje las intenciones de quienes la rodean, el niño construye expectativas sobre la disponibilidad de sus cuidadores a partir de experiencias repetidas de proximidad, consuelo y respuesta a sus necesidades. Los vínculos afectivos no dependen exclusivamente del parentesco biológico, sino que se construyen mediante interacciones cotidianas que otorgan significado emocional a la presencia del otro y favorecen la confianza.

El apego representa uno de los procesos fundamentales de esta construcción



vincular, pues interviene en la seguridad emocional, la exploración del entorno, la regulación de las emociones y las expectativas sobre las relaciones interpersonales. La evidencia contemporánea continúa situándolo como un componente central del desarrollo socioemocional y de la salud mental infantil, aunque advierte la necesidad de comprenderlo dentro de sistemas relacionales más amplios y no exclusivamente como una relación entre madre e hijo (Juul Darling et al., 2024; Paquette et al., 2024; Rimascca Rodríguez et al., 2026). Desde esta perspectiva, el apego se relaciona con la disponibilidad emocional, el cuidado y la reciprocidad. Cuando las expresiones infantiles encuentran respuestas sensibles y relativamente consistentes, el niño aprende que puede confiar en sus cuidadores, expresar sus necesidades y recibir apoyo sin poner en riesgo el vínculo; cuando predominan la imprevisibilidad, el rechazo o las respuestas contradictorias, pueden desarrollarse estrategias orientadas a afrontar esa incertidumbre.

Los fundamentos empíricos de la teoría del apego adquirieron especial relevancia con los trabajos de Mary Ainsworth y sus colaboradores. Mediante la denominada Situación Extraña, Ainsworth et al. (1978) estudiaron las respuestas infantiles ante episodios estructurados de separación y reencuentro con la figura cuidadora, observando diferencias sistemáticas en la manera de utilizarla como fuente de seguridad. Uno de los principales aportes de esta perspectiva consiste en comprender que el apego no busca mantener al niño permanentemente unido al cuidador, sino proporcionarle una base segura desde la cual explorar. Una relación segura favorece la autonomía porque permite alejarse, experimentar y regresar cuando se necesita protección o regulación emocional.

Seguridad y autonomía no constituyen, por tanto, dimensiones opuestas. La estabilidad del vínculo facilita la exploración y contribuye al desarrollo posterior de la regulación emocional, la confianza interpersonal, la capacidad para solicitar ayuda y el establecimiento de relaciones significativas fuera del

núcleo familiar. Cassidy et al. (2013) señalan que la teoría y la investigación sobre el apego proporcionan un marco con implicaciones para el desarrollo, la intervención y las políticas orientadas al bienestar infantil. Más recientemente, Juul Darling et al. (2024) han defendido la importancia de mantener la teoría del apego dentro de la atención de salud mental de niños y adolescentes. Estas aportaciones muestran que continúa siendo un marco relevante para comprender la relación entre las experiencias familiares tempranas y el bienestar psicológico.

Reconocer la importancia de las experiencias tempranas no implica asumir un determinismo rígido. Los vínculos son dinámicos y pueden modificarse conforme cambian las experiencias, las figuras significativas y las condiciones familiares. Su construcción ocurre mediante acontecimientos cotidianos como alimentar, consolar, escuchar, jugar, establecer límites o acompañar una frustración. A partir de su repetición, el niño identifica regularidades y desarrolla expectativas sobre lo que puede ocurrir cuando necesita ayuda, protección o proximidad.

La sensibilidad del cuidador ocupa un lugar central en este proceso e implica percibir las señales infantiles, interpretarlas adecuadamente y responder de manera congruente. Esto no exige perfección ni disponibilidad absoluta, pues la seguridad del vínculo depende más de una experiencia suficientemente consistente de disponibilidad, protección y reparación. Avalos Martínez (2024) destaca la importancia del vínculo de apego en la educación inicial y subraya el valor de la sensibilidad y de las respuestas adecuadas de los cuidadores ante las necesidades emocionales infantiles. La intervención con familias resulta especialmente relevante porque estas interacciones se desarrollan en la vida cotidiana, por lo que estrategias como las visitas domiciliarias pueden aproximar el acompañamiento educativo a los contextos reales de niños y cuidadores.

El vínculo tampoco se reduce a satisfacer necesidades materiales. Una familia puede garantizar alimentación, vivienda y escolarización y, al mismo tiempo, presentar





dificultades en la comunicación afectiva. Villavicencio Aguilar y Villarroel Carrión (2017) muestran la relevancia de esta comunicación al estudiar familias desligadas, evidenciando que pertenecer a una familia no garantiza por sí mismo cercanía emocional. La calidad del vínculo depende también de la posibilidad de expresar afecto, escuchar y reconocer necesidades. La comunicación constituye así uno de los medios mediante los cuales el apego se manifiesta y transforma: durante los primeros años predominan señales corporales y conductuales; posteriormente adquieren mayor importancia el lenguaje, la escucha y la interpretación de los estados emocionales.

Ruiz de la Hermosa Gutiérrez (2026) enfatiza la relación entre apego y construcción de vínculos emocionales, lo que permite comprender las experiencias familiares tempranas como un contexto donde se aprenden formas de acercarse a los demás, expresar necesidades y responder ante la intimidad emocional. De manera semejante, Ortega Pérez (2022) destaca la influencia de los vínculos familiares en el desarrollo y la importancia de generar lazos afectivos estables y saludables.

Una de las consecuencias más importantes de un vínculo seguro es la posibilidad de utilizar la relación como recurso de regulación emocional. Durante las primeras etapas, el niño posee capacidades limitadas para gestionar estados intensos de miedo, frustración o tristeza, por lo que la regulación ocurre inicialmente dentro de la relación mediante la voz, el contacto, la proximidad y la respuesta del cuidador. Con el desarrollo, estas experiencias de coregulación contribuyen a formas más autónomas de regulación: el niño aprende que las emociones intensas pueden tolerarse, expresarse y manejarse dentro de un marco de seguridad. Samuel (2024) relaciona el apego con dimensiones fundamentales del desarrollo social y emocional durante la primera infancia; mientras Rimascca Rodríguez et al. (2026) destacan la relevancia del apego seguro y su relación con condiciones favorables para el desarrollo infantil.

La confianza emerge de este proceso como una construcción relacional desarrollada mediante experiencias repetidas. Cuando el niño comprueba que puede recurrir a personas significativas en situaciones de necesidad, aprende que el apoyo interpersonal es posible y, simultáneamente, puede percibirse como alguien digno de atención y afecto. Seguridad emocional y autovaloración se encuentran así relacionadas, pues las experiencias vinculares proporcionan referencias iniciales sobre qué puede esperarse de los demás y de uno mismo dentro de una relación. Luna Cuevas (2026) destaca el papel de los vínculos parentales y del apego en el desarrollo emocional, reforzando la idea de que competencias como reconocer emociones, confiar, empatizar, solicitar ayuda y establecer límites se desarrollan inicialmente en contextos relacionales concretos.

La investigación contemporánea también ha ampliado la comprensión del apego más allá de una relación exclusiva entre madre e hijo. Los niños pueden desarrollar vínculos significativos con diferentes cuidadores dentro de un sistema familiar interdependiente. Paquette et al. (2024) analizan la estabilidad del apego infantil hacia madres, padres y ambos progenitores considerados como una red, así como sus asociaciones con el bienestar parental, la relación marital y los problemas conductuales infantiles. Esta perspectiva permite comprender que la calidad de cada vínculo se relaciona con otras dinámicas familiares y que el bienestar de los cuidadores, los conflictos entre adultos y su capacidad de coordinación pueden influir en las condiciones en que se ejerce la parentalidad.

La familia funciona, por tanto, como un sistema dinámico de vínculos interdependientes en el que los cambios producidos en una relación pueden repercutir en otras. El nacimiento de un hijo, una separación, la adolescencia, una pérdida, una migración o la incorporación de nuevas figuras familiares modifican las necesidades de proximidad, autonomía y seguridad. Bayas Choto y Fierro Villacrés (2026), al estudiar el





apego y la funcionalidad familiar en parejas con hijos situados en diferentes etapas del desarrollo, relacionan los procesos de apego con el funcionamiento familiar y las transformaciones propias del ciclo vital. Las necesidades relacionales cambian conforme avanzan las etapas del desarrollo y, por ello, también deben modificarse las formas de proporcionar seguridad.

Durante la primera infancia, la disponibilidad física y la respuesta inmediata ocupan un lugar especialmente importante; posteriormente, la seguridad puede expresarse mediante escucha, orientación, reconocimiento de la autonomía y disponibilidad emocional. En la adolescencia, el vínculo necesita coexistir con una creciente diferenciación respecto de las figuras parentales. El desafío no consiste en impedir la separación, sino en mantener una relación suficientemente segura para que la autonomía no sea experimentada como abandono ni la proximidad como pérdida de independencia.

La construcción de vínculos afectivos se relaciona también con la cohesión familiar. Roman et al. (2025), en una revisión sistemática sobre factores e intervenciones dirigidos a fortalecer los vínculos familiares, destacan la importancia de las condiciones que favorecen la cohesión. Esta no debe confundirse con dependencia ni ausencia de límites: una familia cohesionada puede mantener pertenencia y apoyo mientras reconoce las diferencias individuales. Desde la perspectiva del apego, esta combinación resulta coherente con el principio de base segura, pues sentirse vinculado permite explorar, diferenciarse y regresar a la relación sin que la autonomía amenace necesariamente el vínculo.

Esta distinción resulta importante para comprender familias con distintos grados de proximidad emocional. La distancia excesiva puede limitar el apoyo y la comunicación; mientras una cercanía que impide la diferenciación también puede dificultar el desarrollo. Este equilibrio debe reorganizarse según la edad, las necesidades individuales y las circunstancias familiares. La comunicación afectiva constituye un

mecanismo central en este proceso. Villavicencio Aguilar y Villarroel Carrión (2017), desde el análisis de familias desligadas, destacan la importancia de la dimensión emocional de la comunicación. No resulta determinante únicamente cuánto hablan los integrantes, sino qué comunican emocionalmente y cómo responden a las necesidades del otro. Los vínculos sólidos no se caracterizan por la ausencia de desacuerdos, sino por la capacidad de atravesarlos sin destruir la seguridad relacional. Cuando el conflicto se acompaña sistemáticamente de amenazas de abandono, humillación, silencios prolongados o retirada emocional, la confianza puede deteriorarse.

La integración entre teoría del apego y terapia familiar ha ampliado la comprensión de los problemas relacionales. Crittenden y Dallos (2009) sitúan el apego en diálogo con perspectivas sistémicas y narrativas, permitiendo analizar las estrategias relacionales dentro de sus contextos y evitando reducir las dificultades a características individuales. Desde esta mirada, conductas como la retirada, la búsqueda insistente de proximidad, el control o determinadas respuestas defensivas pueden entenderse como estrategias frente a la inseguridad o experiencias relacionales previas. Romero Escobar y Romero Escobar (2022) destacan igualmente la importancia del apego y las relaciones vinculares en la terapia familiar, de modo que la intervención puede explorar las necesidades de seguridad y conexión existentes detrás de determinados conflictos.

La terapia familiar puede convertirse así en un espacio de reorganización vincular. Identificar ciclos repetitivos, comprender las necesidades emocionales implicadas y desarrollar respuestas alternativas puede favorecer relaciones más seguras, flexibles y capaces de reparación. Este último proceso resulta fundamental porque ninguna relación mantiene una sintonía perfecta. Padres, madres e hijos pueden frustrarse, interpretar erróneamente señales o atravesar momentos de desconexión. La seguridad no depende de evitar todas las rupturas relacionales, sino también



de la capacidad para reconocer el daño, restablecer el contacto y reconstruir la confianza.

La relevancia del apego se amplía al considerar la familia como contexto de protección y desarrollo. Los vínculos seguros proporcionan recursos para afrontar situaciones de estrés al permitir comunicar el malestar, solicitar ayuda y recibir apoyo. Cassidy et al. (2013) plantean que la investigación sobre apego posee implicaciones para el desarrollo, la intervención y las políticas orientadas al bienestar infantil. Esta perspectiva exige considerar también las condiciones en que se desarrolla la crianza, pues el agotamiento, la precariedad, el aislamiento social y la falta de redes pueden reducir los recursos emocionales disponibles para responder a las necesidades infantiles. Promover vínculos saludables implica, por tanto, fortalecer también las condiciones que sostienen a quienes cuidan.

Avalos Martínez (2024) sitúa la promoción del apego dentro de un programa de educación inicial mediante visitas a los hogares, mostrando la relevancia del acompañamiento en los contextos cotidianos para favorecer prácticas sensibles a las necesidades infantiles. De manera complementaria, Roman et al. (2025) destacan la importancia de identificar factores e intervenciones que fortalecen los vínculos familiares. El interés no debería limitarse a determinar qué deteriora las relaciones, sino también a comprender los recursos de cohesión, comunicación y apoyo que pueden protegerlas.

En consecuencia, el apego debe entenderse como un proceso relacional que articula experiencias individuales y dinámicas familiares. Su importancia no reside en clasificar rígidamente a las personas, sino en comprender cómo la disponibilidad, la sensibilidad, la comunicación y la reparación contribuyen a generar seguridad. Esta perspectiva resulta especialmente pertinente en familias contemporáneas caracterizadas por estructuras y trayectorias diversas, pues la función protectora del vínculo no depende exclusivamente

de una configuración familiar determinada, sino de la calidad y estabilidad de las relaciones construidas.

Los vínculos afectivos durante la infancia constituyen también un proceso de aprendizaje relacional. Mediante sus primeras experiencias, el niño aprende cómo funcionan la proximidad, la confianza, el cuidado, el conflicto y la reparación. Estos aprendizajes proporcionan referencias para relaciones posteriores, pero no constituyen moldes inalterables. Una historia temprana de inseguridad no determina inevitablemente relaciones disfuncionales durante toda la vida, ya que experiencias posteriores de apoyo, procesos reflexivos e intervenciones terapéuticas pueden modificar expectativas y estrategias relacionales. La historia influye, pero no equivale a destino.

Ruiz de la Hermosa Gutiérrez (2026) aborda la relación entre el apego y la construcción de los vínculos emocionales; mientras que Romero Escobar y Romero Escobar (2022) trasladan esta comprensión al ámbito de la terapia familiar. Estas perspectivas permiten comprender el vínculo como una construcción susceptible de transformación: donde existió inconsistencia pueden desarrollarse nuevas experiencias de disponibilidad; donde predominó una comunicación distante pueden aprenderse formas más abiertas de expresión; y donde el conflicto debilitó la confianza pueden generarse procesos de reparación. Esta posibilidad de cambio resulta fundamental para el trabajo con familias, pues permite reorganizar patrones relacionales, reconocer necesidades previamente invisibilizadas y desarrollar nuevas formas de intercambio emocional.

El apego permite comprender, en definitiva, una dimensión fundamental de la experiencia familiar: la necesidad de contar con relaciones que proporcionen seguridad sin impedir la autonomía. La evidencia clásica estableció la función de la figura cuidadora como fuente de seguridad y base para la exploración (Ainsworth et al., 1978). Los desarrollos posteriores ampliaron esta perspectiva hacia la psicopatología del desarrollo, la intervención y las políticas relacionadas





con la infancia (Bayas Choto & Fierro Villacrés, 2026; Cassidy et al., 2013). Las investigaciones contemporáneas permiten, a su vez, comprender el apego dentro de redes familiares más complejas y relacionarlo con el bienestar parental, las relaciones entre progenitores, la funcionalidad familiar, la cohesión y el desarrollo socioemocional (Paquette et al., 2024; Roman et al., 2025).

Fortalecer los vínculos afectivos no significa promover dependencia, sobreprotección ni ausencia de conflicto. Significa construir relaciones suficientemente seguras para que pertenencia y autonomía puedan coexistir, responder a las necesidades emocionales sin anular la individualidad, establecer límites sin convertirlos en rechazo y reparar las desconexiones cuando ocurren. La familia constituye así uno de los primeros escenarios donde se aprende si es posible pedir ayuda, compartir emociones y mantener proximidad sin renunciar a la libertad individual. Cuando estas experiencias favorecen seguridad y confianza, los vínculos se convierten en una plataforma para el desarrollo socioemocional; cuando presentan dificultades, su reconocimiento abre posibilidades de intervención y transformación.

2.2. Comunicación afectiva y regulación emocional en la familia

La comunicación constituye uno de los procesos centrales mediante los cuales la familia construye y transforma sus vínculos. No se limita al intercambio verbal, sino que comprende gestos, silencios, tonos de voz, expresiones faciales y respuestas afectivas que permiten interpretar lo que los demás sienten, necesitan o esperan. Al repetirse, estas formas de interacción configuran patrones que influyen en el reconocimiento y expresión de las emociones, el afrontamiento de conflictos y el establecimiento de límites.

La dimensión emocional de la comunicación resulta especialmente relevante porque gran parte de los mensajes familiares se transmite de manera

implícita. Halberstadt (1983) mostró que los estilos de expresividad familiar guardan relación con las habilidades de comunicación no verbal. La familia constituye así un espacio de aprendizaje donde se interioriza qué emociones pueden expresarse y cómo responder ante las manifestaciones emocionales de los demás. El afecto, la aceptación y la preocupación pueden comunicar disponibilidad emocional; mientras la hostilidad, el desprecio, la indiferencia o el silenciamiento pueden transmitir rechazo y distanciamiento.

La comunicación familiar posee, por tanto, dimensiones informativas y relacionales. Las palabras transmiten contenidos, pero el tono, el momento, la disposición para escuchar y la respuesta del interlocutor también informan sobre la relación. Fitness y Duffield (2004) sitúan las emociones y la comunicación como componentes estrechamente relacionados de las dinámicas familiares. Desde esta perspectiva, el amor, la ira, la tristeza, la culpa, la vergüenza, el orgullo o el temor no permanecen exclusivamente en el ámbito individual, sino que se expresan, interpretan y regulan en las relaciones.

La familia constituye también uno de los principales escenarios de socialización emocional. Durante la infancia, la respuesta de los cuidadores ante el miedo, el enojo, la tristeza o el entusiasmo proporciona información sobre cómo interpretar y expresar esas emociones. La escucha y la validación pueden enseñar que la experiencia emocional es comprensible y comunicable sin poner en peligro el vínculo; mientras la ridiculización, la indiferencia, la censura o el castigo pueden favorecer su ocultamiento. Con el tiempo, estas experiencias contribuyen a configurar estrategias de expresión y regulación emocional.

Morris et al. (2007) plantean que el contexto familiar interviene en el desarrollo de la regulación emocional mediante la observación de las emociones y estrategias regulatorias de otros integrantes, las prácticas parentales relacionadas con las emociones y el clima emocional general de la familia. La educación



emocional no ocurre únicamente cuando los padres hablan explícitamente sobre los sentimientos, sino también cuando los niños observan cómo afrontan la frustración, resuelven conflictos, expresan afecto o manejan la ira. Por ello, la congruencia entre el discurso y las prácticas resulta fundamental: promover verbalmente el respeto mientras los conflictos se resuelven mediante gritos, amenazas o descalificaciones transmite mensajes contradictorios.

La expresividad emocional tampoco debe valorarse únicamente por la cantidad de emociones exteriorizadas. Una familia muy expresiva no necesariamente presenta un funcionamiento más saludable si predominan manifestaciones hostiles o desreguladas. Lo relevante es qué emociones circulan, cómo se expresan y qué posibilidades existen para comprenderlas y regularlas. Morris et al. (2007) sitúan estos procesos dentro del clima emocional familiar, donde las relaciones, el conflicto, la expresividad y las prácticas parentales participan conjuntamente en el desarrollo de la regulación emocional.

Fields-Olivieri et al. (2022) profundizan en la relación entre comunicación verbal y emocional al analizar cómo las familias utilizan el lenguaje para comunicar estados afectivos. Nombrar el miedo, la tristeza, la alegría, la frustración o la preocupación permite identificar y compartir la experiencia interna, reducir la ambigüedad y facilitar respuestas más ajustadas. Cuando el vocabulario emocional es limitado o las emociones se evitan sistemáticamente, estas pueden expresarse indirectamente mediante silencios, retraimiento o conflictos cuya causa resulta difícil de reconocer.

Hablar sobre las emociones posee, por ello, una función educativa y reguladora. Peet et al. (2025), al estudiar la regulación emocional de padres y niños pequeños, destacan la importancia de las conversaciones acerca de las emociones. Este diálogo ayuda a relacionar experiencias, palabras y estados internos, así como a comprender sus causas

y consecuencias. La regulación emocional no significa suprimir las emociones negativas, sino desarrollar recursos para reconocerlas, expresarlas y manejarlas de manera compatible con el bienestar propio y ajeno. Tobón Mora y Blair-Gómez (2023) sitúan el aprendizaje de la expresión emocional en interacción con la familia como una alternativa relevante para la promoción de la salud mental. Desde esta perspectiva, la dificultad no reside necesariamente en experimentar emociones intensas, sino en carecer de recursos para identificarlas, comunicarlas y regularlas.

La escucha constituye una condición indispensable para que la expresión emocional se convierta en comunicación genuina. No basta con permanecer en silencio mientras otro habla; escuchar supone atender al contenido y al estado emocional desde el cual se comunica, evitando interrupciones, descalificaciones y juicios anticipados. Cuando una persona percibe que su experiencia es escuchada, aumenta la posibilidad de expresar necesidades y desacuerdos sin recurrir a respuestas defensivas. La escucha también cumple una función de reconocimiento, especialmente en las relaciones entre padres e hijos. Escuchar no implica renunciar a las normas ni aprobar cualquier conducta, sino diferenciar entre validar una emoción y aceptar la forma en que se expresa. Un padre puede reconocer el enojo de un niño o adolescente y, al mismo tiempo, establecer límites sobre su manifestación.

Peces Gómez et al. (2022) destacan la importancia de la educación emocional dentro de la familia y proponen trabajar específicamente con padres y madres de adolescentes. Durante esta etapa, la búsqueda de autonomía, la diferenciación respecto de los progenitores y la creciente importancia de los pares pueden incrementar los desacuerdos. Una comunicación excesivamente controladora puede interpretarse como invasión; mientras una retirada completa del acompañamiento parental puede experimentarse como indiferencia. El desafío consiste en reajustar el diálogo a las nuevas necesidades evolutivas sin perder disponibilidad emocional.



La empatía resulta fundamental porque permite reconocer que los integrantes pueden experimentar una misma situación de maneras diferentes. Escuchar empáticamente no exige abandonar el propio punto de vista, sino reconocer la experiencia emocional del otro como punto de partida para el diálogo.

La expresividad emocional familiar puede proyectarse además hacia relaciones externas. Zhou et al. (2024), al estudiar adolescentes en situaciones relacionadas con observadores del ciberacoso, encontraron relaciones entre expresividad emocional familiar y empatía. Esto sugiere que los aprendizajes emocionales desarrollados en el hogar pueden contribuir a capacidades utilizadas posteriormente para comprender las experiencias de otras personas. Una familia donde se consideran diferentes perspectivas y se reconoce el efecto de las propias acciones ofrece oportunidades para ejercitar la empatía; mientras la descalificación sistemática de las experiencias emocionales puede limitar este aprendizaje.

Estos procesos adquieren especial importancia durante la infancia. Lara-Montero et al. (2025) analizan la influencia familiar en el desarrollo socioemocional de niños de educación inicial y refuerzan la consideración del entorno familiar como escenario relevante para adquirir competencias emocionales y sociales. Dávila Delgado et al. (2024), al estudiar la comunicación familiar y el desarrollo infantil en comunidades rurales, identificaron predominio de estilos autoritarios, escasas muestras de afecto y dificultades comunicativas vinculadas con sentimientos infantiles de temor, vergüenza e inseguridad. Sus resultados destacan la importancia del diálogo abierto, la comunicación asertiva y los ambientes de confianza y apoyo emocional.

La comunicación autoritaria puede resultar problemática cuando la obediencia sustituye sistemáticamente al diálogo. La autoridad parental cumple funciones necesarias de orientación, protección y establecimiento de límites, pero pierde potencial educativo cuando se ejerce sin explicación,

escucha o reconocimiento emocional. El niño puede aprender a obedecer por temor sin comprender las razones de las normas y, si expresar desacuerdo conduce habitualmente al castigo o la humillación, puede percibir la comunicación emocional como un riesgo. En el extremo contrario, la ausencia de límites tampoco garantiza un funcionamiento saludable. Una comunicación protectora combina expresión, escucha, empatía y límites comprensibles, permitiendo ejercer la autoridad dentro de un marco donde las normas pueden explicarse y las emociones asociadas con ellas ser reconocidas.

La comunicación familiar debe analizarse también desde su contexto cultural. Fuentes de Frutos (2025) aborda el funcionamiento familiar y la expresión emocional considerando las realidades culturales en las que se construyen estas prácticas. Las formas de comunicar afecto, respeto, autoridad o desacuerdo varían entre contextos, por lo que no resulta adecuado imponer un único modelo de expresividad como criterio universal. Reconocer esta diversidad no significa considerar igualmente beneficiosas todas las prácticas, sino interpretar sus formas dentro del contexto y valorar sus efectos sobre el bienestar, la dignidad y las posibilidades de expresión. Una familia puede ser poco expresiva verbalmente y comunicar afecto mediante cuidados y disponibilidad; mientras otra puede conversar frecuentemente mediante críticas, sarcasmos o descalificaciones.

Aya-Angarita y García-Suárez (2020), al revisar el universo emocional de las interacciones parentofiliales, profundizan en la naturaleza relacional de las emociones dentro de la familia. Las experiencias emocionales son producidas, negociadas y dotadas de significado mediante las interacciones. Una persona puede aprender que expresar tristeza genera apoyo, manifestar miedo provoca burla o mostrar enojo conduce a una confrontación. Estas experiencias crean expectativas que condicionan futuras formas de comunicación y explican por qué algunos conflictos aparentemente simples adquieren gran



intensidad. Una discusión presente puede activar significados contruidos durante años, por lo que mejorar la comunicación no consiste únicamente en enseñar técnicas, sino también en modificar patrones relacionales y disposiciones emocionales.

La convivencia se deteriora cuando la comunicación se convierte sistemáticamente en un espacio de amenaza. La crítica constante, el desprecio, la invalidación emocional y la incapacidad para escuchar pueden generar ciclos donde cada respuesta negativa incrementa la siguiente. En otros casos aparece una dinámica de persecución y retirada, en la que una persona insiste en hablar mientras otra evita la conversación, aumentando progresivamente la insistencia y el distanciamiento. El silencio tampoco es necesariamente negativo, pues puede facilitar la reflexión o evitar respuestas impulsivas; sin embargo, cuando se utiliza para castigar, excluir o controlar, puede convertirse en una forma de ruptura comunicativa.

La comunicación digital añade complejidad a estas dinámicas. Las tecnologías facilitan el contacto, pero una elevada frecuencia de mensajes no garantiza una comunicación emocional significativa. Además, la escritura elimina numerosos indicadores no verbales que ayudan a interpretar las intenciones, por lo que los conflictos pueden intensificarse cuando asuntos emocionalmente complejos se gestionan exclusivamente mediante mensajes breves o ambiguos. Su influencia depende, por tanto, de cómo las tecnologías se integran en las prácticas comunicativas familiares.

Finalmente, los aprendizajes comunicativos pueden mantenerse más allá de la infancia y la adolescencia. Price (2023), en una investigación con adultos jóvenes, encontró asociaciones entre las formas de comunicación familiar experimentadas durante la adolescencia y determinadas estrategias posteriores de regulación emocional. Una orientación familiar caracterizada por conversaciones frecuentes y abiertas se relacionó con mayor utilización de la

reevaluación; mientras una mayor orientación hacia la conformidad mostró asociaciones con la supresión emocional. Estos resultados sugieren que los patrones comunicativos familiares pueden generar aprendizajes emocionales que continúan operando durante la adultez.

La supresión emocional merece especial atención porque puede confundirse con autocontrol. No expresar una emoción en determinadas circunstancias puede ser funcional, pero convertir el silenciamiento en una respuesta habitual puede dificultar la comunicación de necesidades y la búsqueda de apoyo. Price (2023) encontró además relaciones entre la supresión y determinadas conductas de afrontamiento potencialmente evitativas. Regular implica modular una respuesta según el contexto y los objetivos; mientras inhibir sistemáticamente supone restringir su expresión independientemente de la necesidad que comunica. Por ello, la educación emocional no debería centrarse exclusivamente en controlar conductas visibles. Un niño que deja de llorar después de ser reprendido puede haber aprendido a ocultar su tristeza, y un adolescente que evita comunicar problemas para prevenir discusiones puede haber concluido que su familia no constituye un espacio seguro para compartirlos.

Tobón Mora y Blair-Gómez (2023) entienden la expresión emocional como un aprendizaje susceptible de intervención. Las personas pueden ampliar su vocabulario emocional, modificar interpretaciones y desarrollar estrategias más eficaces para regular emociones y comunicar necesidades. La familia constituye así no solo un posible contexto de riesgo, sino también un escenario de aprendizaje y cambio. Esta función continúa durante el ciclo vital. Simbaña Veloz y Quintana Medina (2025) examinan la comunicación familiar y la autoestima en población adulta, mostrando la pertinencia de ampliar su análisis más allá de las primeras etapas del desarrollo. En la adultez, la familia puede continuar proporcionando pertenencia, reconocimiento y apoyo, pero también



mantener conflictos o patrones de silenciamiento originados anteriormente.

Esta perspectiva adquiere especial importancia durante la vejez. Düzgün et al. (2026) encontraron una relación significativa entre inteligencia emocional y habilidades comunicativas en adultos mayores. Aunque su estudio no se limita específicamente a la comunicación familiar, refuerza la relación entre competencias emocionales y comunicativas a lo largo de la vida. Reconocer las propias emociones, comprender las ajenas y regular las respuestas puede favorecer las relaciones ante cambios de roles, pérdidas, dependencia y cuidados. Estas competencias, sin embargo, se expresan dentro de contextos que pueden facilitarlas o limitarlas. Existe, por tanto, una influencia recíproca entre capacidades personales y clima comunicativo familiar.

El carácter protector de una comunicación saludable no radica en impedir los problemas, sino en proporcionar recursos para afrontarlos. Una familia con buena comunicación también experimenta pérdidas, enfermedad, dificultades económicas y conflictos, pero dispone de mayores posibilidades para compartir y abordar esas experiencias. La revisión sistemática de Lloyd et al. (2023), centrada en intervenciones familiares sobre la comunicación en jóvenes de 14 a 24 años en contextos de ansiedad y depresión, muestra que la comunicación constituye un proceso potencialmente modificable y clínicamente relevante. Mejorar las interacciones puede favorecer la expresión de necesidades, el reconocimiento del malestar y la movilización del apoyo familiar.

En la vida cotidiana, una comunicación saludable facilita negociar responsabilidades, establecer límites y resolver desacuerdos antes de que se conviertan en conflictos persistentes. La asertividad permite expresar necesidades y defender límites sin negar los derechos del interlocutor, pero requiere más que utilizar expresiones formalmente correctas: implica claridad, respeto y responsabilidad sobre la propia experiencia. La empatía complementa esta capacidad

al incorporar las necesidades y perspectivas ajenas. Una familia emocionalmente saludable no es aquella donde todos piensan y sienten de manera semejante, sino aquella capaz de convivir con las diferencias sin convertirlas automáticamente en amenazas para el vínculo. Los hallazgos de Zhou et al. (2024) acerca de la función mediadora de la empatía refuerzan la importancia de estos procesos emocionales familiares para las conductas sociales.

La calidad de la comunicación depende también de la capacidad para reparar los errores. Ninguna familia mantiene permanentemente intercambios serenos y perfectamente regulados; pueden aparecer interrupciones, respuestas impulsivas o interpretaciones erróneas. Reconocer el daño, aclarar malentendidos, pedir disculpas y retomar una conversación permiten evitar que los conflictos se transformen en resentimientos persistentes. Esta reparación posee además valor educativo: cuando los adultos reconocen sus errores, muestran que la autoridad no exige infalibilidad y que el vínculo puede mantenerse a pesar del desacuerdo.

Morris et al. (2007) plantean que la regulación emocional se desarrolla en un contexto de influencia recíproca. Los padres socializan las emociones de sus hijos, pero las características y respuestas de estos también influyen sobre las conductas parentales y el clima familiar. La comunicación constituye así un proceso bidireccional en el que cada respuesta modifica las condiciones de la siguiente interacción. Esta perspectiva evita interpretaciones excesivamente culpabilizadoras y permite considerar también el temperamento, la etapa evolutiva, el estrés, las condiciones socioeconómicas, la cultura y las experiencias previas. Fuentes de Frutos (2025) contribuye a situar las prácticas familiares dentro de realidades socioculturales concretas, aspecto necesario para comprender sus significados antes de intervenir sobre ellas.

Una comunicación saludable tampoco exige verbalización emocional permanente. Las personas procesan sus experiencias de maneras y ritmos



diferentes, por lo que respetar el espacio individual puede ser tan importante como favorecer el diálogo. La diferencia reside en que el silencio sea una posibilidad y no una imposición derivada del miedo. Peces Gómez et al. (2022) subrayan la necesidad de proporcionar recursos a padres y madres para afrontar las demandas emocionales de la adolescencia, aunque habilidades como escucha, validación, identificación emocional, negociación y resolución de conflictos pueden fortalecerse durante todo el ciclo vital. Peet et al. (2025) muestran que este aprendizaje puede comenzar tempranamente mediante conversaciones sobre las emociones que progresivamente incorporen causas, consecuencias, conflictos y diferentes perspectivas.

Dávila Delgado et al. (2024); y Lara-Montero et al. (2025) permiten relacionar estas prácticas con el desarrollo socioemocional infantil. La familia constituye un primer escenario donde se aprende a expresar desacuerdos, reconocer errores y comunicar emociones, habilidades posteriormente aplicables en la escuela y otros contextos sociales. A su vez, Price (2023) sugiere que los aprendizajes comunicativos familiares pueden continuar vinculados con formas de regulación emocional durante la adultez joven. La relevancia de la comunicación familiar trasciende así la armonía inmediata del hogar y alcanza las herramientas emocionales y relacionales que contribuye a desarrollar.

La comunicación saludable puede entenderse como un proceso caracterizado por disponibilidad para el diálogo, escucha, reconocimiento emocional, empatía, claridad, respeto y capacidad de reparación. Estos componentes adquieren especial importancia durante los conflictos, pues la convivencia implica diferencias de necesidades, experiencias y expectativas. Las dificultades aparecen cuando determinados patrones se rigidizan y reducen progresivamente las posibilidades de expresión. La crítica puede favorecer el silencio; el silencio aumentar la incertidumbre; y esta generar interpretaciones negativas que producen

nuevas críticas. Romper estos ciclos requiere intervenir no solo sobre los mensajes individuales, sino también sobre las secuencias relacionales en las que adquieren significado.

La evidencia examinada permite sostener que comunicación y expresión emocional se encuentran estrechamente relacionadas dentro de la vida familiar. Morris et al. (2007) muestran el papel del contexto familiar en la regulación emocional; Halberstadt (1983) evidencia la relevancia de los estilos de expresividad y la comunicación no verbal; Fitness y Duffield (2004) sitúan las emociones dentro de los procesos comunicativos familiares; Fields-Olivieri et al. (2022) profundizan en la articulación entre lenguaje y emoción; y Peet et al. (2025) destacan el valor de conversar sobre las emociones desde la primera infancia. Los estudios recientes relacionan además la expresividad familiar con la empatía adolescente (Zhou et al., 2024); las experiencias comunicativas con estrategias posteriores de regulación emocional (Price, 2023); la familia con el desarrollo socioemocional infantil (Lara-Montero et al., 2025); y las dificultades comunicativas con experiencias de temor, vergüenza e inseguridad (Dávila Delgado et al., 2024). Asimismo, la relación entre inteligencia emocional y habilidades comunicativas continúa siendo observable en etapas avanzadas de la vida (Düzgün et al., 2026).

En términos preventivos, estos hallazgos permiten considerar la comunicación como un recurso para el bienestar familiar. La escucha favorece la expresión emocional; la empatía facilita la comprensión de perspectivas diferentes; la asertividad permite establecer límites sin agresión; y la reparación evita que los conflictos cotidianos se conviertan necesariamente en rupturas prolongadas. Las intervenciones familiares analizadas por Lloyd et al. (2023) confirman la pertinencia de trabajar sobre la comunicación en contextos de ansiedad y depresión en adolescentes y adultos jóvenes. Fortalecerla no significa simplemente hablar más, sino crear condiciones para hablar y ser escuchado, expresar desacuerdos sin temor, reconocer



emociones y afrontar conflictos sin convertir al otro en adversario.

De esta forma la comunicación familiar constituye una de las principales vías mediante las cuales el vínculo afectivo se expresa en la vida cotidiana. Escuchar, comprender, validar, negociar y reparar permiten transformar la coexistencia en relación y sostener la conexión emocional a pesar de las diferencias. Una comunicación saludable no elimina la adversidad, pero modifica la manera de afrontarla: frente al conflicto ofrece diálogo, frente a la incertidumbre permite preguntar, frente al sufrimiento facilita solicitar apoyo y frente al error abre posibilidades de reparación. De este modo, comunicación y expresión emocional se convierten en componentes esenciales del desarrollo socioemocional y del bienestar familiar a lo largo del ciclo vital.

2.3. Conflicto familiar, negociación y reparación de los vínculos

El conflicto constituye una dimensión inherente a la vida familiar y no debe interpretarse por sí mismo como evidencia de disfuncionalidad o deterioro de los vínculos. La convivencia entre personas con necesidades, expectativas, roles, etapas evolutivas e historias diferentes hace inevitable la aparición de desacuerdos. Por ello, lo fundamental no es determinar si una familia experimentará conflictos, sino comprender cómo los interpreta y resuelve. El desacuerdo puede deteriorar las relaciones o convertirse en una oportunidad para revisar pautas de convivencia, redefinir límites, expresar necesidades y construir formas más maduras de relación.

La existencia del conflicto y la manera de resolverlo constituyen fenómenos diferentes. Una familia puede experimentar desacuerdos frecuentes y disponer de recursos para gestionarlos sin comprometer el respeto ni la seguridad emocional; mientras otra aparentemente poco conflictiva puede sostener su equilibrio mediante evitación, silenciamiento o imposición. La baja frecuencia de discusiones

no constituye necesariamente un indicador de funcionamiento saludable. Desde los primeros estudios sobre resolución de conflictos familiares se reconoce que las discrepancias forman parte de la dinámica cotidiana y requieren mecanismos para conciliar intereses sin destruir los vínculos (Mudd, 1966). Investigaciones posteriores han reforzado la necesidad de considerar conjuntamente el nivel de conflicto y las estrategias utilizadas para resolverlo al analizar el ajuste psicológico familiar (Roskos et al., 2010).

Los conflictos pueden aparecer en cualquiera de los subsistemas familiares. Larsen y Barton (2025) destacan la importancia de analizar sus temas según las relaciones implicadas, pues los desacuerdos adquieren significados diferentes entre parejas, padres e hijos u otros integrantes. En la pareja pueden relacionarse con responsabilidades domésticas, dinero, crianza, intimidad, tiempo compartido o expectativas futuras; en las relaciones parentofiliales, con disciplina, responsabilidades, desempeño escolar, amistades, autonomía, tecnologías y horarios; y entre generaciones, con cuidados, patrimonio, responsabilidades y diferencias de valores. Esta diversidad impide explicaciones reduccionistas, ya que una discusión económica puede expresar necesidad de reconocimiento, un desacuerdo sobre horarios puede reflejar tensiones entre autonomía y autoridad y una disputa sobre tareas puede relacionarse con percepciones de inequidad. Resolver el conflicto exige, por tanto, identificar las necesidades, emociones y expectativas que subyacen al problema manifiesto.

Los conflictos económicos muestran claramente esta complejidad. El dinero puede representar no solo capacidad adquisitiva, sino también seguridad, independencia, poder, confianza o control. Pollack (2026) plantea que la resolución de los conflictos familiares relacionados con el dinero requiere identificar los intereses de las partes, favorecer una comunicación directa y buscar soluciones que respondan a las necesidades situadas detrás de las



posiciones enfrentadas. Diferenciar posición e interés amplía las posibilidades de negociación: discutir si un gasto debe realizarse expresa una posición; mientras identificar las necesidades de seguridad, autonomía o estabilidad que la sustentan permite abordar el conflicto con mayor profundidad.

Durante la adolescencia, los desacuerdos adquieren características particulares debido a la creciente búsqueda de autonomía y a la transformación de las relaciones entre padres e hijos. El adolescente demanda mayores espacios de decisión y privacidad; mientras los progenitores mantienen responsabilidades de orientación y protección. Guerrero San Martín (2019) aborda específicamente la resolución de conflictos en familias con hijos adolescentes y permite situar estos desacuerdos dentro de una dinámica familiar en transformación. La autoridad parental resulta más constructiva cuando los límites pueden explicarse, discutirse y ajustarse a la madurez progresiva, sin eliminar las responsabilidades de los adultos.

La exposición de niños y adolescentes a conflictos destructivos merece especial atención. El riesgo no reside simplemente en presenciar desacuerdos, pues observar diferencias gestionadas mediante diálogo, negociación y reparación puede proporcionar aprendizajes relevantes. El problema aumenta cuando predominan hostilidad persistente, amenazas, desprecio, descalificación, triangulación, imprevisibilidad o ausencia de reparación. Cummings et al. (2015) encontraron relaciones prospectivas entre conflicto familiar y problemas de ajuste adolescente, destacando la seguridad dentro del sistema familiar como proceso mediador. De este modo, resulta especialmente relevante cómo el adolescente interpreta el conflicto y si percibe que este amenaza la estabilidad familiar o sus vínculos significativos.

La distinción entre conflicto constructivo y destructivo depende, en gran medida, de cómo se protege la relación mientras se afronta el problema. Briz Clariget (2023) destaca la importancia del cuidado de los

vínculos dentro del sistema familiar ante situaciones conflictivas. Resolver un desacuerdo no consiste únicamente en alcanzar una decisión práctica, pues una solución puede resultar funcional y, al mismo tiempo, deteriorar la relación si se obtiene mediante humillación, coerción, amenazas o silenciamiento. El resultado debe valorarse tanto por la solución alcanzada como por la manera en que las personas fueron tratadas durante el proceso.

La regulación emocional ocupa un lugar central en la resolución de conflictos, pues las discusiones familiares suelen activar emociones intensas que dificultan escuchar, considerar otras perspectivas y responder sin atacar. Regular el conflicto implica reconocer la propia activación emocional y evitar que determine automáticamente la conducta. No significa suprimir la ira, el miedo o la frustración, sino impedir que emociones legítimas se conviertan en agresión, desprecio o respuestas impulsivas. Zahid y Darmawan (2025) vinculan las formas de resolución del conflicto familiar con las trayectorias de regulación emocional y los resultados psicosociales infantiles. Los niños aprenden no solo mediante instrucciones, sino observando cómo los adultos afrontan sus diferencias: gritos, amenazas o retirada hostil pueden convertirse en modelos disponibles; mientras el diálogo, la negociación, el reconocimiento de errores y la reparación muestran que el conflicto puede resolverse sin destruir la relación.

Enseñar a resolver conflictos constituye, por tanto, una tarea educativa dentro de la familia. Garey (2025) enfatiza la importancia de desarrollar en los niños habilidades útiles a lo largo de la vida. Los adultos no necesitan eliminar todos los conflictos infantiles ni resolver inmediatamente cada disputa, pues una intervención excesivamente directiva puede limitar oportunidades de aprendizaje. Resulta más formativo ayudar a identificar el problema, reconocer las emociones implicadas, diferenciar hechos de interpretaciones, considerar la perspectiva del otro y valorar posibles soluciones y consecuencias. De esta

manera, la resolución de conflictos se convierte en un proceso de aprendizaje socioemocional.

Una resolución constructiva requiere también superar la idea de que toda discusión debe producir vencedores y vencidos. Cuando el conflicto se concibe como una competición, las personas tienden a defender posiciones rígidas y cualquier concesión puede interpretarse como pérdida de poder. La negociación ofrece una alternativa al considerar intereses, necesidades, límites y posibilidades. En la familia, negociar no significa conceder todo ni adoptar todas las decisiones por consenso, pues existen responsabilidades parentales y límites que no pueden delegarse. Sin embargo, incluso cuando la decisión final corresponde a una persona, pueden reconocerse las perspectivas de quienes resultarán afectados. El Program on Negotiation Staff (2026) destaca la aplicabilidad de principios de negociación y resolución de conflictos al contexto familiar, especialmente la identificación de los intereses que subyacen a las posiciones.

Una negociación constructiva comienza por definir el problema sin convertirlo en una descalificación personal. Las acusaciones globales desplazan la discusión desde una conducta concreta hacia la identidad del interlocutor y favorecen respuestas defensivas. Una formulación más funcional identifica qué ocurre, cómo afecta a las partes y qué necesita modificarse. Posteriormente, resulta necesario escuchar las diferentes perspectivas antes de generar soluciones. Escuchar no significa aceptar todos los argumentos, sino comprenderlos suficientemente para disminuir la necesidad de repetirlos o radicalizarlos. Scott (2024) destaca además la importancia de diferenciar aquello que una persona puede controlar de lo que depende de otros, orientando la atención hacia las propias respuestas, límites y decisiones.

La búsqueda de alternativas permite superar la confrontación entre dos opciones rígidas y resulta especialmente útil cuando existen necesidades legítimas en ambas partes. Villax (2024) sostiene

que los procesos de resolución deben ser objetivos, justos e inclusivos y contar con la confianza de quienes participan. Aunque su análisis se orienta especialmente a familias vinculadas con decisiones patrimoniales y empresariales, algunos principios pueden trasladarse a la convivencia familiar, como establecer procedimientos conocidos, anticipar mecanismos de resolución y recurrir a apoyo externo cuando las partes no consiguen avanzar.

Los acuerdos constituyen la expresión práctica de la negociación y necesitan suficiente concreción para definir responsabilidades, tiempos, límites y procedimientos. Expresiones generales como mejorar la comunicación, colaborar más o gastar menos pueden resultar insuficientes si no se traducen en conductas observables. Esta precisión adquiere especial importancia en asuntos recurrentes como tareas domésticas, horarios, presupuesto, cuidado de familiares o normas relacionadas con los hijos. Los acuerdos tampoco deben considerarse inmutables, pues acontecimientos como el nacimiento de un hijo, la adolescencia, una enfermedad, una pérdida laboral, una mudanza o el envejecimiento pueden modificar las necesidades familiares. Revisarlos periódicamente constituye una forma de adaptación y no necesariamente un incumplimiento.

La estabilidad familiar no depende, en consecuencia, de eliminar todas las diferencias. Heim y Heim (2024) señalan, a partir de aprendizajes derivados de parejas de larga duración, la importancia de la manera en que se gestionan los desacuerdos. Las personas pueden mantener diferencias relevantes y preservar el vínculo cuando desarrollan formas de discutir que no convierten cada discrepancia en una amenaza para la relación. Algunos problemas requieren negociaciones reiteradas y determinados desacuerdos pueden no alcanzar una solución definitiva, por lo que la capacidad para convivir con diferencias y revisarlas constructivamente constituye también una competencia relacional.

En determinadas circunstancias, la negociación directa resulta insuficiente porque las posiciones se han



polarizado, la comunicación se encuentra deteriorada o la intensidad emocional impide escuchar. La mediación familiar adquiere especial relevancia en estos casos. Aldunate Martín (2025) la presenta como una herramienta para abordar desacuerdos sin asumir que la vía judicial constituye la única alternativa. El mediador no decide quién tiene razón, sino que facilita la comunicación, clarifica intereses y favorece la búsqueda de soluciones. Su neutralidad la diferencia de la intervención informal de familiares o amigos, quienes pueden ser percibidos como integrantes de alianzas previas. Este recurso resulta particularmente útil ante desacuerdos sobre convivencia, separación, responsabilidades parentales, cuidado de personas dependientes o cuestiones patrimoniales.

La mediación no implica necesariamente reconciliación ni renuncia al establecimiento de límites. Reid (2026) aborda la necesidad de manejar relaciones familiares disfuncionales mediante expectativas realistas y límites adecuados. La resolución constructiva puede favorecer mayor cercanía, pero también conducir a redefinir la relación, limitar determinados contactos o establecer condiciones para mantenerlos. Asimismo, no todos los conflictos pueden considerarse desacuerdos simétricos. Cuando existen violencia, amenazas, coerción, abuso, intimidación o control severo, la prioridad debe ser la protección de la persona afectada. La negociación presupone libertad suficiente para aceptar o rechazar propuestas; cuando esta desaparece, pueden requerirse intervención profesional especializada o mecanismos jurídicos.

Cuando los conflictos son persistentes y afectan múltiples relaciones, la terapia familiar constituye otra alternativa. Recio Reguera (2024) señala su utilidad para resolver conflictos y fortalecer las relaciones dentro del hogar. La perspectiva familiar permite analizar patrones de interacción en lugar de limitarse a determinar quién originó el problema. Algunas discusiones pueden repetirse sobre temas diferentes y

conservar la misma estructura relacional, como ocurre cuando una persona reclama con creciente intensidad y otra se retira, generando una circularidad que intensifica las respuestas de ambas. La intervención busca hacer visible este patrón y modificar la participación de cada integrante en su mantenimiento.

La reparación relacional resulta tan importante como la solución práctica del conflicto. Después de una discusión pueden permanecer emociones que no desaparecen simplemente porque se haya alcanzado un acuerdo. Una disculpa específica, el reconocimiento del daño, la aclaración de un malentendido o la reafirmación del afecto pueden contribuir a restablecer la seguridad emocional y evitar la acumulación de resentimientos (Briz Clariget, 2023). Reparar exige asumir responsabilidad sin renunciar necesariamente a la propia posición: es posible mantener un desacuerdo y reconocer simultáneamente que la forma de expresarlo fue inadecuada.

El perdón tampoco implica eliminar automáticamente las consecuencias. Cuando se ha producido un incumplimiento importante, la confianza puede requerir tiempo y comportamientos consistentes para reconstruirse. Una promesa de cambio posee valor limitado si no se acompaña de acciones sostenidas. La resolución de conflictos debe entenderse, por ello, como un proceso en el que la conversación puede iniciar la reparación, pero la coherencia posterior contribuye a consolidarla.

La evidencia relaciona las estrategias de resolución con dimensiones más amplias del bienestar. Roskos et al. (2010) analizaron la resolución de conflictos familiares y su relación con el conflicto y el ajuste psicológico, reforzando la necesidad de considerar no solo cuántas dificultades experimenta una familia, sino también qué recursos utiliza para afrontarlas. Joo et al. (2025) examinaron posteriormente la relación entre los métodos de resolución de conflictos familiares y los síntomas depresivos en personas con enfermedades crónicas, ampliando la comprensión de las dinámicas relacionales como parte del contexto de vulnerabilidad.





Las estrategias de resolución tampoco operan de manera idéntica en todas las familias. Los significados atribuidos a autoridad, autonomía, respeto y expresión emocional pueden variar según el contexto sociocultural. Kovaç et al. (2025) estudiaron la relación entre estrategias de manejo del conflicto y dimensiones del funcionamiento familiar en un contexto multicultural, lo que invita a evitar modelos rígidos. Una estrategia constructiva debe respetar la diversidad cultural sin utilizarla para justificar prácticas coercitivas o lesivas. Asimismo, Smiseth y Royle (2018), desde la biología evolutiva, muestran que la existencia de intereses parcialmente divergentes entre individuos relacionados no constituye una particularidad exclusivamente humana. Aunque estos hallazgos no deben trasladarse mecánicamente a las familias humanas, permiten recordar que afecto y cooperación pueden coexistir con intereses individuales diferentes.

La resolución constructiva puede comprenderse como un proceso flexible que comienza incluso antes de la aparición del conflicto. Las familias pueden establecer criterios sobre cómo afrontar sus diferencias, como evitar insultos, no utilizar información íntima para dañar, permitir pausas cuando la activación emocional es excesiva y retomar posteriormente los asuntos pendientes. Villax (2024) resalta el valor de establecer marcos para gestionar el conflicto antes de que las relaciones se deterioren. La prevención no elimina las discrepancias, pero evita que las reglas de interacción tengan que improvisarse durante cada enfrentamiento.

Una vez surgido el desacuerdo, resulta necesario regular la intensidad emocional, definir concretamente el problema, escuchar las perspectivas implicadas, identificar necesidades e intereses, generar alternativas y establecer acuerdos claros. Cuando el proceso se bloquea, puede recurrirse a mediación, terapia u otras formas de intervención profesional. Posteriormente, resulta importante revisar los acuerdos y reparar los daños producidos durante el conflicto. Estas acciones no constituyen una fórmula rígida, sino recursos que pueden desarrollarse mediante la práctica.

La prevención implica también atender las diferencias cuando todavía poseen una intensidad manejable. Las molestias ignoradas pueden transformarse progresivamente en resentimientos, aunque confrontar inmediatamente cada desacuerdo tampoco garantiza una resolución adecuada. La evitación puede ser útil como pausa temporal, pero se vuelve problemática cuando constituye el único recurso disponible. El momento, el lugar y el estado emocional de quienes participan forman parte de las condiciones necesarias para que el diálogo resulte productivo.

Una estrategia valiosa consiste en distinguir entre problemas urgentes e importantes, pues algunas discusiones se intensifican cuando se intentan resolver asuntos complejos bajo presión, cansancio o elevada activación emocional. Posponer deliberadamente una conversación puede ser responsable si existe el compromiso de retomarla. La pausa constructiva se diferencia del silencio punitivo porque busca recuperar condiciones adecuadas para continuar el diálogo y no castigar al otro mediante la retirada. La distribución del poder también condiciona la resolución de los conflictos. En las relaciones entre padres e hijos existe una asimetría derivada de las responsabilidades de cuidado, pero esta no elimina el derecho del menor a ser escuchado según su desarrollo. Entre adultos, una distribución persistentemente desigual de recursos o capacidad de decisión puede dificultar una negociación auténtica, por lo que la calidad de un acuerdo debe valorarse también según las condiciones en que se produjo el consentimiento.

En las familias con hijos, la resolución de conflictos posee además una función educativa. Garey (2025) destaca que enseñar a los niños a afrontar los proporciona herramientas aplicables más allá del hogar. Esperar turnos, tolerar frustraciones, expresar desacuerdos, reconocer perspectivas diferentes, disculparse y buscar soluciones son competencias que pueden trasladarse posteriormente a la escuela y otros espacios sociales. La participación infantil y adolescente en los acuerdos debe combinarse con





límites adecuados a su desarrollo. Guerrero San Martín (2019) permite situar la resolución de conflictos con adolescentes dentro de una dinámica familiar en transformación, donde negociar determinados aspectos puede favorecer la autonomía sin eliminar la autoridad ni las responsabilidades parentales.

La unidad familiar tampoco debe confundirse con unanimidad. Una familia cohesionada puede mantener diferencias significativas sin perder su sentido de pertenencia; mientras la exigencia de uniformidad puede generar conformidad aparente a costa de la autenticidad. Este principio adquiere especial relevancia en familias multigeneracionales y multiculturales, donde pueden coexistir distintas concepciones sobre autoridad, género, independencia, cuidado, religión, educación o relaciones de pareja. Kovaç et al. (2025) muestran la pertinencia de analizar las estrategias de manejo del conflicto en contextos multiculturales. Hacer explícitos los significados atribuidos a determinadas conductas permite distinguir diferencias culturales de intenciones negativas y facilita la negociación.

La resolución constructiva también exige aceptar que no todas las relaciones familiares pueden alcanzar el mismo grado de proximidad. Reid (2026) señala la necesidad de manejar las relaciones difíciles de manera realista. Algunas pueden mejorar mediante comunicación, negociación y límites; mientras otras requieren mantener cierta distancia para proteger el bienestar. Cuando la complejidad supera los recursos disponibles, la ayuda profesional puede evitar la cronificación del conflicto. La mediación facilita principalmente la construcción de acuerdos cuando las partes conservan capacidad para negociar; mientras la terapia familiar puede profundizar en emociones, historias y patrones relacionales. Aldunate Martín (2025) subraya el potencial de la mediación para abordar desacuerdos familiares; mientras que Recio Reguera (2024) destaca el papel de la terapia familiar en la resolución de conflictos y el fortalecimiento de las relaciones.

La perspectiva contemporánea sobre el conflicto familiar desplaza así la atención desde la eliminación del desacuerdo hacia el desarrollo de competencias para afrontarlo. Reconocer tempranamente las tensiones, regular la activación emocional, expresar necesidades sin atacar, escuchar perspectivas diferentes, negociar intereses, establecer acuerdos, respetar límites, solicitar ayuda cuando sea necesaria y reparar el vínculo constituyen recursos fundamentales. La calidad familiar no puede medirse únicamente por la ausencia de conflictos, sino también por la seguridad con que sus integrantes pueden atravesarlos. Los hallazgos sobre seguridad familiar y ajuste adolescente respaldan esta dimensión (Cummings et al., 2015); mientras que los estudios sobre resolución de conflictos y ajuste psicológico refuerzan la importancia de las estrategias empleadas para gestionar las tensiones (Roskos et al., 2010). Asimismo, la relación entre resolución familiar, regulación emocional y resultados psicosociales infantiles muestra que la forma de afrontar los conflictos puede adquirir relevancia a lo largo del desarrollo (Zahid & Darmawan, 2025).

Negociación, mediación, establecimiento de acuerdos y regulación emocional constituyen, por tanto, dimensiones complementarias de una misma competencia relacional. La negociación permite explorar los intereses situados detrás de posiciones rígidas; la regulación emocional crea condiciones para escuchar y decidir; los acuerdos convierten el diálogo en compromisos concretos; la mediación proporciona una estructura externa cuando las partes no consiguen avanzar; y la reparación protege el vínculo frente a las consecuencias emocionales del enfrentamiento. Integrar estos recursos permite sustituir una lógica de vencedores y vencidos por otra basada en comprensión, responsabilidad, decisión y respeto.

El potencial constructivo del conflicto aparece cuando una diferencia permite reconocer necesidades antes invisibles, corregir distribuciones inequitativas de responsabilidades, actualizar normas, favorecer la autonomía de los hijos o mejorar la coordinación familiar.





Estos resultados no se producen automáticamente, pues la hostilidad puede conducir al deterioro; sin embargo, cuando existen regulación emocional, escucha, negociación, límites y reparación, el desacuerdo puede convertirse en un mecanismo de adaptación familiar. Resolver conflictos no significa conseguir que una familia deje de discutir, sino desarrollar formas de relación en las que las diferencias puedan expresarse sin convertirse en amenazas, las emociones no justifiquen la agresión, la autoridad no anule la participación y la autonomía pueda crecer sin destruir la pertenencia. El objetivo no es construir familias sin tensiones, sino capaces de afrontarlas preservando el respeto, la seguridad emocional y la continuidad de sus vínculos.

2.4. Cohesión, pertenencia y experiencias que fortalecen la familia

La convivencia familiar constituye uno de los principales escenarios donde se construyen y transforman los vínculos afectivos. Convivir no significa únicamente compartir una vivienda o pertenecer a una misma estructura de parentesco, sino participar en una trama de cuidados, responsabilidades, afectos, normas y experiencias compartidas. La calidad de la convivencia depende especialmente de cómo cada integrante experimenta su lugar dentro del grupo: sentirse reconocido, escuchado, protegido y valorado favorece el sentido de pertenencia. Por ello, la proximidad física no garantiza vínculos sólidos, del mismo modo que la distancia geográfica no impide mantener relaciones significativas mediante prácticas continuas de comunicación, apoyo y cuidado.

La convivencia debe entenderse además como un proceso dinámico que se sostiene mediante interacciones cotidianas. Arango Cálad (2003) permite comprender los vínculos afectivos en relación con la estructura social y las condiciones concretas en que se desarrolla la convivencia. El vínculo no depende exclusivamente de sentimientos individuales, pues las formas de cuidar, acompañar y expresar afecto están

atravesadas por aprendizajes sociales, condiciones culturales y posibilidades materiales. Fortalecer los vínculos requiere, por tanto, considerar tanto la dimensión emocional como las prácticas mediante las cuales esta se expresa en la vida familiar.

El sentido de pertenencia ocupa una posición central en este proceso. Pertenecer implica percibirse como parte significativa de la familia y reconocer que se posee un lugar dentro de ella. No basta con identificar formalmente a los familiares, pues puede existir parentesco acompañado de aislamiento o indiferencia. Cuando existe pertenencia, la persona percibe que su presencia importa, que sus necesidades son consideradas y que participa de una historia compartida. Esta dimensión adquiere especial importancia durante la adolescencia, cuando aumentan las necesidades de autonomía y diferenciación sin desaparecer la necesidad de mantener una base familiar segura.

Rejaän et al. (2022) examinaron el papel del sentido de pertenencia y de la estructura familiar en el ajuste adolescente, permitiendo distinguir entre configuración familiar y experiencia subjetiva de pertenencia. La estructura proporciona un contexto, pero no determina por sí sola la calidad del ajuste. La inclusión, aceptación y conexión pueden adquirir especial importancia durante las transformaciones propias de esta etapa. Esta distinción evita asumir que determinadas estructuras familiares son inherentemente más funcionales y dirige la atención hacia la calidad de las relaciones construidas dentro de cada configuración.

Una consideración semejante se observa en las familias reconstituidas. King et al. (2015) estudiaron las percepciones adolescentes de pertenencia familiar en familias ensambladas y mostraron la relevancia de las relaciones construidas durante la reorganización de roles y vínculos. La incorporación de nuevas figuras parentales, hermanastros u otros integrantes no genera automáticamente una identidad familiar compartida. El sentido de pertenencia necesita desarrollarse progresivamente mediante experiencias de confianza,



reconocimiento y legitimación del lugar que ocupa cada integrante.

La cohesión familiar tampoco debe confundirse con uniformidad. Una familia cohesionada puede mantener conexiones significativas respetando la individualidad de sus miembros. Roman et al. (2025), en su revisión sistemática sobre factores e intervenciones que fortalecen la cohesión familiar, muestran el carácter multidimensional de este fenómeno, relacionado con comunicación, apoyo, actividades compartidas, funcionamiento relacional y otros recursos familiares. La cohesión saludable requiere equilibrar proximidad y diferenciación: cuando pertenecer exige renunciar a la individualidad puede aparecer dependencia o control; mientras una autonomía carente de conexión emocional puede favorecer el distanciamiento.

El apoyo mutuo constituye una expresión concreta de esa pertenencia. En la familia comprende disponibilidad emocional, cooperación práctica, acompañamiento, orientación y cuidado ante necesidades que cambian a lo largo del ciclo vital. Percibir que se puede recurrir a la familia en momentos de dificultad contribuye a experimentar el vínculo como fuente de seguridad. Sin embargo, el apoyo debe respetar la autonomía y las necesidades de quien lo recibe. Cuando la ayuda invade, genera dependencia o se utiliza como instrumento de control, puede perder su función protectora.

La relevancia de las relaciones familiares para el bienestar se extiende a lo largo del ciclo vital. Thomas et al. (2017) muestran que los vínculos familiares pueden constituir tanto fuentes de apoyo como de tensión, por lo que su efecto depende de la calidad de las relaciones. Aquellas caracterizadas por confianza, apoyo y cercanía pueden aportar recursos importantes; mientras las relaciones persistentemente conflictivas o demandantes pueden convertirse en fuentes de estrés. Grevenstein et al. (2019) refuerzan esta perspectiva al relacionar la calidad de las relaciones familiares con recursos vinculados a la salud. Tener familia, vivir acompañado o mantener numerosos contactos no

garantiza relaciones protectoras; resulta más relevante sentirse respaldado, comprendido y conectado.

El tiempo compartido constituye otro componente de la cohesión, aunque su valor no depende únicamente de la cantidad de horas que los integrantes permanecen juntos. Adquiere significado cuando ofrece oportunidades para conversar, cooperar, conocerse y construir experiencias comunes. Comer juntos, participar en celebraciones, realizar actividades recreativas o colaborar en tareas cotidianas pueden fortalecer los vínculos cuando comunican disponibilidad y reconocimiento. Nelson (2025) destaca diferentes prácticas asociadas con la construcción de relaciones familiares fuertes, entre ellas la comunicación, el compromiso, la expresión de aprecio y el tiempo compartido. El fortalecimiento familiar no requiere necesariamente acontecimientos extraordinarios, sino acciones pequeñas, consistentes y reiteradas que expresen interés por los demás.

Las rutinas contribuyen a esta dinámica al proporcionar previsibilidad y preservar espacios de encuentro frente a las demandas laborales, escolares y sociales. Las comidas compartidas, las conversaciones habituales, las actividades de fin de semana o las celebraciones pueden adquirir significado afectivo cuando proporcionan continuidad sin convertirse en prácticas rígidas. Su repetición favorece además la construcción de memoria familiar, pues experiencias ordinarias pueden transformarse en referencias compartidas y alimentar una narrativa sobre quiénes son sus integrantes como familia. La pertenencia se fortalece cuando la persona no solo convive con otros, sino que puede reconocerse como participante de una historia colectiva.

Las experiencias compartidas pueden utilizarse también de manera intencional para fortalecer los vínculos. Mesa y Vanegas Infante (2021), al abordar el fortalecimiento de vínculos sociales entre familias, niños y niñas mediante el cine, muestran las posibilidades de las actividades compartidas como escenarios de encuentro y construcción relacional. Su valor trasciende



el entretenimiento cuando generan conversación, intercambio de interpretaciones, expresión emocional y reconocimiento de perspectivas diferentes. De este modo, actividades culturales o recreativas pueden convertirse en mediadoras de procesos de comunicación y conexión familiar.

El reconocimiento constituye igualmente un componente esencial de la convivencia. Ser reconocido implica percibir que las propias emociones, esfuerzos, necesidades y contribuciones son consideradas por los demás. Muchas acciones de cuidado, como las tareas domésticas, la atención de niños o adultos mayores, la provisión económica o el acompañamiento emocional, pueden naturalizarse hasta volverse poco visibles, favoreciendo sentimientos de inequidad o falta de valoración. Por ello, el reconocimiento no debería reservarse para acontecimientos excepcionales. Expresar agradecimiento y valorar las contribuciones cotidianas permite que cada integrante perciba su participación como significativa. El sentido de pertenencia se construye no solo mediante el apoyo recibido, sino también mediante la posibilidad de contribuir al bienestar común.

La confianza se desarrolla de manera acumulativa a partir de la coherencia entre lo que se expresa y lo que se hace. Cumplir promesas, respetar la confidencialidad y los límites, actuar con honestidad y mantener disponibilidad favorecen expectativas de seguridad interpersonal; mientras la inconsistencia, la descalificación o la utilización de información íntima durante los conflictos pueden deteriorarlas. La confianza tampoco implica ausencia de desacuerdos. Briz Clariget (2023) destaca la importancia de cuidar los vínculos familiares precisamente frente a situaciones conflictivas. La fortaleza de una relación se manifiesta también en la capacidad de discutir sin retirar el afecto, expresar inconformidad sin humillar y restablecer la conexión después de una tensión. Una convivencia sólida no elimina las diferencias, sino que permite afrontarlas sin perder el reconocimiento del otro como integrante valioso de la relación.

El fortalecimiento de los vínculos incluye necesariamente la capacidad de reparación. Las relaciones familiares atraviesan malentendidos, expectativas incumplidas y momentos de distanciamiento, por lo que una convivencia permanentemente armoniosa constituye una expectativa poco realista. Lo decisivo es cómo se responde después de la ruptura. Reconocer el daño, escuchar la experiencia del otro, asumir responsabilidades, modificar comportamientos y reconstruir progresivamente la confianza permite que determinados conflictos se conviertan en oportunidades de reorganización. La reparación comunica que el vínculo posee suficiente importancia para ser cuidado incluso después de una dificultad.

Esta capacidad adquiere especial relevancia durante las crisis familiares. Domínguez De La Ossa et al. (2026) estudian las crisis, las relaciones y el funcionamiento familiar en contextos vulnerables, mostrando la necesidad de considerar las condiciones sociales en las que ocurre la convivencia. El desempleo, la precariedad económica, la inseguridad, la enfermedad, el desplazamiento o la sobrecarga de cuidado pueden incrementar el estrés y reducir los recursos disponibles. Por ello, las dificultades familiares no deberían atribuirse exclusivamente a deficiencias comunicativas o afectivas. El fortalecimiento de los vínculos necesita ajustarse a las condiciones concretas de existencia, protegiendo espacios de interacción significativa que sean sostenibles dentro de las posibilidades reales de cada familia.

La dimensión económica también interactúa con la convivencia. Van (2024) vincula el fortalecimiento familiar con dimensiones como apoyo, socialización y estabilidad económica. Los recursos materiales pueden reducir determinadas fuentes de estrés y ampliar oportunidades, pero no garantizan por sí mismos relaciones de calidad ni sustituyen el cuidado emocional. De manera semejante, las limitaciones económicas no impiden necesariamente construir solidaridad, pertenencia y apoyo. Rentería Pérez et al. (2008), desde elementos de la psicología social,





permiten comprender la convivencia como un proceso de interacción, construcción de significados y negociación cotidiana en el que se desarrollan formas de cooperación, reconocimiento y participación.

La convivencia saludable requiere también normas y responsabilidades. La pertenencia no se fortalece mediante la ausencia de límites, sino mediante reglas comprensibles, consistentes y adecuadas a las edades y responsabilidades de los integrantes. Cuando las normas se perciben arbitrarias, humillantes o desiguales pueden deteriorar el sentido de justicia; mientras su explicación y la participación en determinados acuerdos pueden favorecer responsabilidad y reconocimiento. Esta dimensión se expresa especialmente en la distribución del trabajo familiar. Cocinar, limpiar, organizar, cuidar, acompañar y atender necesidades constituyen tareas materiales y emocionales que, cuando recaen persistentemente sobre una sola persona, pueden generar sobrecarga y resentimiento. Hacer visible este trabajo y distribuirlo de manera más equitativa convierte la cooperación cotidiana en una práctica de pertenencia.

La pertenencia posee además una dimensión simbólica construida mediante historias, fotografías, objetos, celebraciones, comidas, relatos familiares y lugares significativos. Sin embargo, estos elementos adquieren fuerza cuando están acompañados por relaciones que les proporcionan significado. Las tradiciones pueden fortalecer la identidad familiar cuando facilitan encuentro, participación y continuidad, pero necesitan capacidad de adaptación. Nacimientos, adolescencia, salida de los hijos, nuevas parejas, separaciones, migraciones, envejecimiento, enfermedad y fallecimiento transforman los roles y necesidades familiares. La cohesión no implica inmovilidad, sino capacidad para reorganizar prácticas y formas de apoyo preservando la continuidad emocional del vínculo.

Las familias transnacionales muestran claramente esta capacidad de reorganización. Parella (2007), al analizar migrantes ecuatorianos y peruanos en España,

evidencia la complejidad de los vínculos afectivos y de cuidado cuando la migración separa físicamente a los integrantes. La distancia transforma las formas de proporcionar cuidado, mantener la autoridad, expresar afecto y participar en la vida familiar, pero no elimina necesariamente el vínculo. La pertenencia puede sostenerse mediante comunicación, apoyo económico, decisiones compartidas, visitas, recuerdos y proyectos de reunificación. Las tecnologías digitales amplían estas posibilidades mediante videollamadas, mensajes y otros recursos, aunque la frecuencia del contacto no equivale necesariamente a calidad relacional. Lo relevante es que las interacciones permitan reconocimiento, acompañamiento y participación efectiva en la vida del otro.

Las tecnologías también modifican la convivencia de quienes comparten el mismo hogar. Los dispositivos pueden facilitar comunicación, aprendizaje, entretenimiento y actividades conjuntas, pero también competir por la atención y fragmentar determinados momentos familiares. Su influencia depende de cómo se integran en las relaciones cotidianas. Proteger espacios de presencia interpersonal puede constituir una estrategia de cuidado del vínculo, pues la disponibilidad emocional trasciende la mera proximidad física. Escuchar un relato, interesarse por una actividad, recordar una preocupación o acompañar un acontecimiento importante son prácticas mediante las cuales se comunica que la experiencia del otro posee valor.

El sentido de pertenencia durante la adolescencia merece especial atención porque esta etapa combina una creciente orientación hacia los pares y otros espacios externos con la continuidad de las necesidades familiares. Los resultados obtenidos por King et al. (2015); y Rejaän et al. (2022) permiten sostener que pertenencia y autonomía no deben considerarse fuerzas necesariamente opuestas. La familia puede favorecer la exploración adolescente y mantener simultáneamente una base de conexión. Permitir una autonomía progresiva puede comunicar





confianza; mientras conservar disponibilidad ante las dificultades contribuye a preservar la seguridad relacional.

Esta perspectiva exige comprender la cohesión como una realidad flexible. En determinados momentos del ciclo vital, fortalecer un vínculo puede requerir permitir distancia: un adolescente necesita privacidad, un adulto joven puede abandonar el hogar y una persona mayor conservar autonomía aunque requiera apoyo. La cohesión saludable admite movimientos de proximidad y separación sin interpretar automáticamente la diferenciación como rechazo. De igual manera, la pertenencia no debería depender de la conformidad absoluta con las expectativas familiares. Un vínculo fortalecido permite discrepancias dentro de límites de respeto y reconoce que pueden coexistir diferencias generacionales, culturales, profesionales o de proyectos de vida sin comprometer necesariamente la pertenencia.

El reconocimiento de la diversidad familiar resulta igualmente indispensable. Los estudios de King et al. (2015); y Rejaán et al. (2022) desplazan la atención desde la estructura hacia la experiencia de las relaciones. Familias nucleares, monoparentales, reconstituidas, extensas o transnacionales pueden presentar diferentes niveles de cohesión, por lo que el criterio central debe situarse en cómo organizan el cuidado, la pertenencia, el apoyo y el reconocimiento. Fortalecer los vínculos tampoco significa incrementar indiscriminadamente la cercanía. La cohesión no justifica invasiones de privacidad, control excesivo ni disponibilidad permanente; un vínculo sólido reconoce espacios personales y permite autonomía sin interpretar cada diferencia como amenaza de abandono.

La calidad de las conexiones humanas posee implicaciones para el bienestar. Cambieri (2024), desde la Harvard T.H. Chan School of Public Health, destaca la importancia de las conexiones sociales para una vida más saludable. Sin embargo, no toda conexión familiar resulta protectora. Thomas et al.

(2017) advierten que las relaciones familiares pueden ser simultáneamente fuentes de apoyo y tensión; mientras que Grevenstein et al. (2019) resaltan la relevancia de la calidad relacional. Fortalecer los vínculos no consiste, por tanto, en aumentar simplemente el contacto, especialmente cuando existen hostilidad, descalificación o invasión, sino en mejorar las condiciones relacionales en las que este se produce.

La confianza, el reconocimiento y el apoyo necesitan coherencia temporal. Una demostración ocasional de afecto difícilmente compensa patrones persistentes de indiferencia, del mismo modo que una actividad excepcional no sustituye la ausencia cotidiana de disponibilidad. Los vínculos se fortalecen mediante la acumulación de experiencias de escucha, cumplimiento, cooperación y cuidado. En este proceso adquieren importancia los pequeños rituales cotidianos: saludar, despedirse, compartir determinadas comidas, interesarse por acontecimientos relevantes, celebrar logros, acompañar pérdidas o reservar momentos para actividades conjuntas. Su reiteración puede proporcionar continuidad emocional dentro de una vida familiar sometida a cambios constantes.

Roman et al. (2025) permiten integrar estos componentes al mostrar que la cohesión familiar se relaciona con múltiples factores y requiere una perspectiva amplia. Comunicación, apoyo, experiencias compartidas, funcionamiento familiar y recursos relacionales interactúan, por lo que intervenir únicamente sobre una dimensión puede resultar insuficiente. El apoyo pierde parte de su potencial sin reconocimiento; el tiempo compartido puede generar tensión sin respeto; las rutinas pueden resultar opresivas cuando son rígidas; y la confianza puede deteriorarse cuando los acuerdos se incumplen. El objetivo no consiste en acumular actividades familiares, sino en construir una cultura relacional donde las personas puedan participar de manera segura y significativa.

Esta cultura se transmite también mediante procesos de socialización. Los niños aprenden qué significa



pertenecer observando cómo son tratados y cómo se relacionan los adultos: aprenden apoyo cuando reciben y proporcionan ayuda, reconocimiento cuando sus aportes son valorados, confianza cuando las promesas se cumplen, cooperación cuando las responsabilidades se comparten y reparación cuando observan que los conflictos pueden resolverse sin destruir la relación. Mesa y Vanegas Infante (2021), al abordar el fortalecimiento de vínculos entre familias, niños y niñas, muestran la posibilidad de generar escenarios intencionales de encuentro. Actividades artísticas, deportivas, culturales o recreativas pueden favorecer la conexión cuando permiten conocerse más allá de las interacciones centradas exclusivamente en obligaciones y problemas.

Este aspecto resulta especialmente importante cuando la convivencia cotidiana se reduce a estudiar, trabajar, limpiar, cumplir horarios, pagar cuentas y resolver dificultades. El funcionamiento puede mantenerse, pero el vínculo corre el riesgo de empobrecerse si desaparecen las experiencias de disfrute compartido. Las situaciones adversas también pueden movilizar recursos familiares, aunque no deben idealizarse. Domínguez De La Ossa et al. (2026) permiten comprender cómo las crisis interactúan con las relaciones y el funcionamiento familiar. Una enfermedad, una migración, una pérdida o una crisis económica pueden deteriorar los vínculos cuando superan los recursos disponibles, pero también movilizar cooperación, reorganización y apoyo. En estas circunstancias, el sentido de pertenencia puede actuar como recurso, aunque una familia fortalecida no necesita ser autosuficiente: reconocer la necesidad de recurrir a redes comunitarias, instituciones, amistades o servicios profesionales también constituye una capacidad adaptativa.

La convivencia se inserta, por tanto, en redes sociales más amplias. Arango Cálad (2003) permite situar los vínculos afectivos dentro de una estructura social y una reflexión sobre el buen trato. La familia interactúa con escuelas, comunidades, instituciones

y otros entornos que pueden fortalecer o tensionar sus dinámicas. El buen trato no debe entenderse únicamente como ausencia de violencia, sino como presencia activa de reconocimiento, respeto y cuidado. Escuchar, agradecer, colaborar y respetar son prácticas cotidianas cuya repetición configura el clima emocional de la convivencia.

Este clima influye directamente en la posición que cada integrante percibe dentro de la familia. Cuando predominan disponibilidad y reconocimiento, resulta más probable que las necesidades puedan comunicarse, los errores reconocerse y las diferencias negociarse. Cuando prevalecen crítica, indiferencia o imprevisibilidad, pueden aparecer ocultamiento de necesidades, evitación y distanciamiento emocional. El sentido de pertenencia puede entenderse, en consecuencia, como uno de los resultados subjetivos de una convivencia suficientemente cuidadosa. No surge de una declaración formal de unidad, sino de experiencias reiteradas que permiten a la persona sentirse importante, escuchada, apoyada y libre para diferenciarse sin perder su lugar dentro del grupo.

El fortalecimiento de los vínculos exige reconocer que los integrantes pueden experimentar de manera diferente una misma realidad familiar. Los adultos pueden considerar suficiente el tiempo compartido mientras los hijos perciben ausencia emocional; un progenitor puede interpretar la provisión económica como expresión de cuidado mientras otro integrante necesita mayor cercanía afectiva; y una tradición apreciada por una generación puede resultar obligatoria para otra. Por ello, evaluar la convivencia requiere escuchar múltiples perspectivas, pues no existe una única versión del clima familiar. Crear espacios para expresar estas percepciones permite identificar qué actividades resultan significativas, qué formas de apoyo se necesitan y qué rutinas han dejado de funcionar, favoreciendo una participación más activa de los integrantes en la construcción de la convivencia.





Las rutinas necesitan equilibrarse con flexibilidad. Su función protectora disminuye cuando se convierten en reglas inmodificables que ignoran cambios de edad, horarios o circunstancias. Una rutina saludable proporciona estructura y, al mismo tiempo, permite adaptación. Algo semejante ocurre con las tradiciones: pueden ofrecer continuidad intergeneracional, pero incorporar aportes de las nuevas generaciones favorece una identidad familiar dinámica. La pertenencia también se construye mediante inclusión, especialmente en familias sometidas a reorganizaciones importantes. King et al. (2015) muestran la relevancia de examinar cómo los adolescentes perciben su pertenencia en familias ensambladas. Esta inclusión requiere participación, respeto a los vínculos previos y construcción progresiva de nuevas relaciones, pues forzar intimidad o expresiones afectivas antes de que exista confianza puede resultar contraproducente.

Parella (2007) amplía esta perspectiva al mostrar que el cuidado puede mantenerse a través de fronteras nacionales. La presencia familiar no siempre exige proximidad física, ya que una persona puede participar en decisiones, ofrecer apoyo y conservar vínculos significativos desde la distancia. Al mismo tiempo, una separación prolongada puede generar sentimientos de ausencia, tensiones y reorganización de roles, por lo que ambas dimensiones necesitan ser reconocidas. Desde la perspectiva del bienestar, estas conexiones mantienen relevancia durante todo el ciclo vital. Thomas et al. (2017) muestran la importancia continuada de las relaciones familiares; mientras que Cambieri (2024) sitúa las conexiones sociales dentro de un marco más amplio de salud y longevidad. Las formas de pertenencia cambian con el desarrollo, desde una mayor dependencia del cuidado durante la infancia hasta la reciprocidad adulta y nuevas necesidades de acompañamiento en edades avanzadas.

La convivencia intergeneracional plantea oportunidades y desafíos particulares. Las diferencias

en valores, hábitos, tecnologías, autonomía y formas de expresar afecto pueden generar tensiones, pero también ampliar los recursos familiares. Los adultos mayores pueden transmitir historias y memoria; mientras las generaciones jóvenes incorporan nuevas prácticas y conocimientos. El fortalecimiento se produce cuando estas diferencias favorecen intercambio en lugar de convertirse en jerarquías rígidas o descalificaciones. Roman et al. (2025) permiten integrar estos procesos dentro de una comprensión multidimensional de la cohesión; mientras que King et al. (2015); y Rejaän et al. (2022) subrayan la importancia específica de sentirse parte de la familia. Las aportaciones de Grevenstein et al. (2019); y Thomas et al. (2017) recuerdan, a su vez, que la calidad de estas relaciones posee implicaciones relevantes para el bienestar.

La convivencia saludable no puede definirse como ausencia de dificultades ni como proximidad permanente. Implica sostener la conexión a través de los cambios, permitiendo apoyo sin anular la autonomía, cercanía sin imposición, rutinas sin rigidez y confianza basada en la coherencia. La pertenencia sintetiza buena parte de estos procesos, pues sentirse parte de una familia significa experimentar que la propia presencia posee valor y que existe un espacio donde recibir y ofrecer cuidado. Esta experiencia se construye mediante acciones cotidianas como escuchar, acompañar, cumplir, preguntar, agradecer, compartir, respetar y reparar. Su acumulación proporciona consistencia al vínculo y convierte el afecto en una experiencia concreta.

El fortalecimiento de los vínculos no debería plantearse únicamente durante las crisis, sino también como una tarea preventiva y cotidiana. Crear espacios de encuentro antes de que aparezca el distanciamiento, expresar reconocimiento antes de que se acumule la sensación de invisibilidad, distribuir responsabilidades antes de que surja la sobrecarga y preservar rutinas significativas frente a las demandas externas constituyen formas de prevención relacional. La fortaleza familiar se construye mediante experiencias



reiteradas de confiabilidad y apoyo. Del mismo modo, las experiencias significativas pueden convertirse en memoria compartida y proporcionar recursos narrativos para interpretar la trayectoria familiar, siempre que no se imponga una única versión de los acontecimientos y se reconozca que cada integrante puede otorgarles significados diferentes.

La convivencia constituye, el espacio cotidiano donde el vínculo se convierte en práctica. El afecto necesita expresión; la pertenencia, inclusión; la confianza, coherencia; el apoyo, disponibilidad; y el reconocimiento necesita ser comunicado. Fortalecer los vínculos supone cuidar simultáneamente la unidad y la diversidad, la cercanía y la autonomía, la continuidad y el cambio. La cohesión no depende exclusivamente de la estructura familiar ni de la convivencia física, sino de la calidad de las relaciones construidas dentro de cada realidad familiar (Roman et al., 2025). Las familias pueden transformarse, reorganizarse, separarse geográficamente o atravesar crisis y continuar desarrollando pertenencia cuando existen prácticas capaces de preservar reconocimiento, cuidado y conexión (Dominguez De La Ossa et al., 2026; Parella, 2007).

Una convivencia que fortalece los vínculos no exige que todos permanezcan juntos permanentemente, que desaparezcan los desacuerdos o que sus integrantes respondan a un modelo homogéneo. Supone construir un nosotros que permita conservar la singularidad. El apoyo mutuo facilita afrontar dificultades; las rutinas proporcionan continuidad; el tiempo compartido genera oportunidades de encuentro; el reconocimiento confirma el valor de cada integrante; la confianza aporta seguridad; y las experiencias significativas construyen una historia común. Cuando estas dimensiones se sostienen mediante prácticas cotidianas de buen trato, comunicación y cuidado, la pertenencia se convierte en una experiencia vivida y la convivencia adquiere su mayor capacidad para fortalecer los vínculos y contribuir al bienestar familiar.



03.

Crianza, infancia y adolescencia en el entorno familiar

3.1. Parentalidad, corresponsabilidad y estilos de crianza

La parentalidad constituye una de las funciones más complejas dentro de la organización familiar porque articula cuidado, protección, socialización, autoridad, afecto, supervisión y acompañamiento del desarrollo. Ejercer funciones parentales no significa únicamente satisfacer necesidades materiales ni asumir formalmente una posición de padre o madre. Supone participar de manera sostenida en decisiones y prácticas que influyen sobre la seguridad, la autonomía, la regulación emocional, la conducta y la integración social de niños y adolescentes. Desde esta perspectiva, la crianza debe comprenderse como un proceso relacional y dinámico en el que los adultos orientan el desarrollo infantil mediante formas específicas



de responder, establecer normas, expresar afecto, supervisar, acompañar dificultades y distribuir responsabilidades.

La parentalidad tampoco puede reducirse a un conjunto de conductas aisladas. El sentido de una práctica depende del contexto relacional en el que ocurre, de su frecuencia, de la coherencia con otras acciones parentales y de la manera en que es interpretada por el niño. Establecer una norma, por ejemplo, puede representar una práctica protectora cuando se explica, se aplica con consistencia y mantiene proporcionalidad con la edad y la situación. La misma norma puede ser vivida de manera muy diferente cuando se impone mediante amenazas, humillación o imprevisibilidad. De este modo, el análisis de los estilos de crianza exige considerar no solo qué hacen los progenitores, sino cómo lo hacen y dentro de qué clima afectivo se desarrollan sus intervenciones.

Jorge y González (2017) destacan precisamente la importancia de los estilos parentales como configuraciones relativamente estables de actitudes y comportamientos que caracterizan la interacción entre adultos y niños. Esta aproximación permite superar una lectura fragmentada de la crianza. Las prácticas específicas adquieren significado dentro de patrones más amplios de relación donde se combinan dimensiones como control, exigencia, afecto, comunicación y respuesta a las necesidades infantiles. Por ello, hablar de estilos de crianza no implica clasificar rígidamente a los padres como si pertenecieran de manera permanente a una única categoría, sino identificar tendencias predominantes que pueden variar entre situaciones, etapas del desarrollo e incluso entre diferentes hijos.

Kuppens y Ceulemans (2019) profundizan en esta cuestión al revisar críticamente un concepto ampliamente utilizado en la investigación. Su trabajo recuerda que los estilos parentales deben analizarse con mayor precisión y que las categorías tradicionales no agotan la complejidad de las prácticas reales. En

la vida cotidiana, los progenitores pueden combinar niveles diferentes de apoyo y control, responder de manera distinta ante problemas escolares, conductuales o emocionales y modificar sus estrategias según la edad de los hijos. Por esta razón, las tipologías resultan útiles como herramientas analíticas, pero no deberían convertirse en etiquetas deterministas ni sustituir el examen de las prácticas concretas.

Una clasificación ampliamente reconocida diferencia estilos caracterizados por distintas combinaciones de exigencia y responsividad. El estilo autoritativo o democrático suele integrar normas y supervisión con afecto, comunicación y consideración de las necesidades del hijo. El estilo autoritario tiende a privilegiar obediencia, control y exigencia con menor apertura al diálogo. El permisivo se asocia con altos niveles de aceptación o afecto, pero con escasa regulación de la conducta y límites poco consistentes. Por su parte, formas negligentes o desvinculadas se caracterizan por bajos niveles tanto de supervisión como de involucramiento afectivo. Aunque estas categorías permiten organizar la evidencia, resulta necesario evitar interpretaciones simplistas, pues las prácticas de crianza se encuentran atravesadas por condiciones culturales, sociales y familiares.

Ahmed (2025), al revisar críticamente investigaciones contemporáneas sobre estilos parentales y desarrollo infantil, refuerza la necesidad de interpretar estos patrones en relación con múltiples resultados del desarrollo. El interés científico no reside únicamente en determinar cuál estilo es “mejor” de manera universal, sino en comprender qué combinaciones de apoyo, estructura, supervisión y autonomía generan condiciones más favorables para diferentes necesidades evolutivas. La crianza efectiva exige sensibilidad hacia las particularidades del niño, las características del contexto y las demandas de cada etapa.

El estilo autoritativo ha recibido especial atención porque combina exigencias relativamente claras con sensibilidad afectiva. En este marco, la autoridad no





desaparece, pero se ejerce mediante expectativas comprensibles, comunicación, razonamiento y disponibilidad para escuchar. El niño reconoce que existen límites, pero también que su experiencia puede ser expresada. Esta combinación resulta significativa porque disciplina y afecto no son dimensiones necesariamente opuestas. Establecer límites puede ser una expresión de cuidado cuando el objetivo es proteger, orientar y facilitar la adquisición progresiva de autocontrol.

Esta idea resulta esencial para evitar una concepción equivocada según la cual una crianza afectuosa debería minimizar normas o frustraciones. El afecto parental no consiste en evitar toda incomodidad. Los niños necesitan experimentar límites, esperar, tolerar negativas, cumplir responsabilidades y comprender que sus deseos no siempre pueden satisfacerse inmediatamente. El valor educativo de estas experiencias depende, sin embargo, de la manera en que los adultos las acompañan. Un límite explicado y sostenido con respeto puede favorecer aprendizaje y seguridad; el mismo límite impuesto mediante humillación puede deteriorar la confianza sin necesariamente mejorar la comprensión de la norma.

La disciplina, por tanto, debe distinguirse del castigo entendido exclusivamente como reacción punitiva. Disciplinar supone enseñar, orientar y establecer consecuencias capaces de ayudar al niño a comprender la relación entre conducta, responsabilidad y efecto sobre los demás. Una disciplina formativa busca desarrollar regulación interna, no únicamente obtener obediencia inmediata. Si el niño cumple una regla exclusivamente por temor a una reacción severa, puede haberse logrado control conductual momentáneo sin que necesariamente se haya producido aprendizaje autónomo. Por el contrario, cuando la norma se acompaña de explicación, consistencia y oportunidades de reparación, resulta más probable que su significado pueda ser progresivamente interiorizado.

Los estilos autoritarios ilustran esta diferencia. En ellos, el control puede ocupar una posición predominante; mientras que el diálogo y la negociación son más limitados. La obediencia suele adquirir gran importancia y los adultos pueden interpretar el cuestionamiento como desafío a la autoridad. Esto no significa que toda exigencia o firmeza sea autoritaria. La diferencia se encuentra en el clima general de relación y en el lugar concedido a la expresión infantil. La crianza autoritaria tiende a reducir la participación del niño en las decisiones y a utilizar con mayor frecuencia formas verticales de regulación.

3.2. Familia y desarrollo emocional y social durante la infancia

Los efectos asociados con determinados estilos parentales aparecen en diversos ámbitos. Aguilar-Yamuza et al. (2019) analizaron la relación entre estilos de crianza y síntomas de depresión y ansiedad en niños de 3 a 13 años. Sus resultados refuerzan la importancia de examinar cómo las características de la interacción parental pueden vincularse con el bienestar emocional infantil. Esta evidencia no permite interpretar los estilos de crianza como causas únicas de los problemas emocionales, dado que ansiedad y depresión responden a múltiples factores. Sin embargo, sí destaca que el clima parental forma parte de las condiciones relacionales que pueden contribuir al ajuste o al malestar.

Díaz Grijalva et al. (2025) amplían esta perspectiva al estudiar la percepción de los estilos parentales, el bienestar infantil y las conductas prosociales. La inclusión de la percepción infantil resulta particularmente importante. Los adultos pueden considerar que determinada práctica expresa cuidado o disciplina adecuada; mientras que el niño puede experimentarla como distancia, rigidez o falta de reconocimiento. Esto no significa que la percepción del hijo sea la única medida válida de la crianza, pero sí constituye información relevante porque los efectos psicológicos de una interacción dependen en parte del significado que adquiere para quien la experimenta.





La conducta prosocial también permite observar la dimensión socializadora de la parentalidad. Aguirre-Dávila (2015), al estudiar prácticas de crianza, temperamento y comportamiento prosocial en estudiantes de educación básica, muestra la importancia de analizar conjuntamente características infantiles y prácticas familiares. El comportamiento de los niños no emerge exclusivamente de la crianza ni exclusivamente de disposiciones temperamentales. Existe una interacción entre características individuales y condiciones relacionales. La parentalidad se desarrolla precisamente dentro de esa reciprocidad: los adultos influyen sobre los hijos, pero las características y respuestas de los hijos también modifican las estrategias parentales.

Esta bidireccionalidad evita responsabilizar mecánicamente a los progenitores por cada conducta infantil y, al mismo tiempo, conserva la importancia de la función parental. Un niño con alta reactividad emocional puede demandar mayores recursos de regulación y paciencia; un adolescente con conductas desafiantes puede aumentar el estrés parental; un hijo con necesidades específicas puede requerir formas particulares de supervisión. Las respuestas adultas pueden, a su vez, disminuir o intensificar determinadas dificultades. La crianza debe comprenderse como un sistema de influencias recíprocas, no como una transmisión unilateral desde el adulto hacia el niño.

García Peña et al. (2018), al estudiar estilos parentales en la crianza de niños con trastornos disruptivos, permiten apreciar esta complejidad con particular claridad. Cuando existen conductas externalizantes o dificultades persistentes para aceptar límites, la función parental enfrenta demandas intensas. Los adultos pueden responder aumentando el control, endureciendo las sanciones o entrando en ciclos de confrontación que terminan reforzando el conflicto. En estas circunstancias, analizar únicamente la conducta del niño resulta insuficiente; también es necesario estudiar las secuencias de interacción dentro de las cuales se desarrolla.

La supervisión representa otra dimensión central de la parentalidad. Supervisar no significa vigilar de manera invasiva cada acción del hijo. Implica conocer de forma razonable sus actividades, relaciones, rutinas y necesidades de acuerdo con su etapa evolutiva. Durante la primera infancia, la supervisión suele ser directa y continua debido a la dependencia del niño. Conforme aumenta la edad, necesita transformarse progresivamente en acompañamiento, orientación y disponibilidad. Una supervisión adecuada cambia a medida que el hijo adquiere competencias.

Esta transformación es especialmente importante durante la adolescencia. En esta etapa, la necesidad de autonomía aumenta y las estrategias parentales excesivamente intrusivas pueden ser vividas como desconfianza. Al mismo tiempo, una retirada absoluta de la supervisión puede dejar al adolescente sin orientación suficiente ante situaciones complejas. La tarea parental consiste en reajustar el equilibrio entre protección y autonomía. Esto implica conocer sin controlar excesivamente, orientar sin sustituir todas las decisiones y establecer límites sin impedir el desarrollo progresivo de responsabilidad personal.

El estudio de Zegarra-Chapoñan et al. (2023), centrado en la asociación entre estilos de crianza y los roles asumidos por adolescentes peruanos en el acoso escolar, resulta particularmente relevante porque muestra que las experiencias parentales pueden relacionarse con formas de participación social que exceden el espacio doméstico. Las estrategias de crianza contribuyen al aprendizaje de normas, autoridad, empatía, resolución de conflictos y uso del poder. Por ello, el modo en que se gestionan las relaciones dentro del hogar puede vincularse con la manera en que los adolescentes actúan posteriormente en escenarios escolares y entre pares.

La crianza funciona así como una forma de socialización cotidiana. Cada interacción contiene aprendizajes acerca de convivencia, poder, responsabilidad y reconocimiento. Cuando las normas familiares se aplican mediante explicación y consistencia, el niño



aprende que los límites pueden ser legítimos sin necesitar violencia. Cuando se le permite expresar desacuerdo respetuosamente, aprende que la autoridad y la participación pueden coexistir. Cuando observa que los adultos reparan sus errores, aprende que ejercer autoridad no significa ser infalible. Cuando las diferencias se resuelven mediante agresión o descalificación, también se produce aprendizaje, aunque el resultado sea menos favorable para la convivencia posterior.

La influencia de la crianza puede alcanzar ámbitos académicos. Becerra Gálvez y Pérez Ortiz (2024) examinaron los estilos de crianza y la condición emocional de los padres en relación con el promedio académico. Su trabajo permite ampliar la perspectiva más allá de la conducta infantil y considerar que las prácticas parentales se desarrollan dentro de condiciones emocionales adultas. El acompañamiento escolar, las expectativas, la respuesta ante el rendimiento y la capacidad para sostener rutinas pueden verse afectados por el bienestar psicológico de quienes ejercen la parentalidad.

Esta dimensión resulta importante porque la parentalidad no ocurre en un vacío emocional. Los padres y madres también experimentan cansancio, frustración, ansiedad, expectativas, presiones económicas y conflictos personales. Cuando estas tensiones son intensas pueden reducir la disponibilidad necesaria para responder de manera sensible. Una práctica considerada adecuada en términos teóricos puede resultar difícil de mantener cuando el adulto se encuentra sometido a estrés persistente. Por ello, promover una parentalidad saludable requiere atender también las condiciones que sostienen a quienes cuidan.

Bang y Jang (2022) aportan evidencia especialmente pertinente al analizar cómo el reparto del rol parental, el estrés de crianza y la felicidad influyen sobre las conductas de crianza cálida en madres de niños de seis años. Su enfoque muestra que el comportamiento parental no puede separarse de la distribución de

responsabilidades dentro del hogar. Cuando una persona concentra la mayor parte del cuidado, la organización y la carga mental asociada con los hijos, puede aumentar el estrés y disminuir la disponibilidad emocional. La corresponsabilidad se convierte entonces no solo en una cuestión de equidad entre adultos, sino también en una condición potencialmente relevante para la calidad de la crianza.

La corresponsabilidad parental supone que quienes ejercen funciones parentales comparten de manera efectiva las obligaciones derivadas del cuidado, la educación, la protección y el acompañamiento de los hijos. No significa necesariamente que todas las tareas deban distribuirse en partes matemáticamente iguales. Las familias pueden organizar responsabilidades de maneras diferentes según horarios, capacidades, circunstancias laborales y acuerdos particulares. Lo esencial es evitar que la responsabilidad parental sea considerada propiedad natural o exclusiva de uno de los progenitores mientras el otro ocupa un lugar meramente auxiliar.

Acuña San Martín (2013) analiza el principio de corresponsabilidad parental desde una perspectiva jurídica y muestra su relevancia para comprender las responsabilidades compartidas respecto de los hijos. La corresponsabilidad implica reconocer que ambos progenitores poseen deberes en el cuidado y desarrollo infantil, incluso cuando cambie la relación entre ellos. Esta perspectiva resulta particularmente importante en situaciones de separación porque permite distinguir la relación conyugal de la relación parental. La finalización de una pareja no elimina las responsabilidades hacia los hijos.

La corresponsabilidad tampoco debería entenderse únicamente como presencia física. Un adulto puede vivir en el hogar y participar poco en decisiones, cuidados o responsabilidades cotidianas. Del mismo modo, un progenitor que no comparte residencia puede mantener una participación significativa en la vida del hijo. Lo decisivo es la implicación efectiva en las funciones parentales. Esto incluye conocer



necesidades escolares y de salud, acompañar rutinas, participar en decisiones importantes, asumir tareas domésticas vinculadas al cuidado y ofrecer disponibilidad emocional.

Lind (2026) analiza la parentalidad y la responsabilidad parental desde el ámbito jurídico, prestando atención al poder de los mensajes que transmite la ley. Esta aportación permite advertir que la parentalidad posee simultáneamente una dimensión afectiva, social y normativa. Las leyes no solo distribuyen derechos y deberes, sino que también comunican determinadas concepciones acerca de lo que significa ser responsable de un hijo. La responsabilidad parental implica proteger intereses infantiles, sostener obligaciones y participar de decisiones que afectan su desarrollo.

Sin embargo, la existencia de un principio jurídico de corresponsabilidad no garantiza automáticamente una distribución equitativa de las tareas en la vida cotidiana. Las normas sociales y de género continúan influyendo sobre quién organiza, recuerda, ejecuta y supervisa determinadas responsabilidades familiares. Moreno Mínguez (2015) analiza precisamente la ambivalencia ante la corresponsabilidad parental en España desde una perspectiva de género. Su trabajo muestra que la aceptación discursiva de modelos más igualitarios puede coexistir con prácticas donde las responsabilidades continúan distribuyéndose de manera desigual.

Esta discrepancia entre ideales y prácticas constituye uno de los principales desafíos de la corresponsabilidad. Una familia puede afirmar que ambos progenitores participan por igual y, sin embargo, mantener diferencias sustanciales en la carga cotidiana. Llevar a los hijos a consultas médicas, organizar horarios, comprar materiales escolares, recordar fechas, comunicarse con docentes, supervisar tareas, preparar alimentos, coordinar actividades y anticipar necesidades constituye un conjunto de funciones que puede pasar inadvertido si la corresponsabilidad se mide únicamente mediante tareas visibles.

La denominada carga mental del cuidado resulta especialmente importante. No consiste solo en realizar una actividad, sino en recordar que debe realizarse, planificarla y prever sus consecuencias. La persona que concentra estas tareas puede experimentar una responsabilidad continua incluso cuando otros miembros colaboran ocasionalmente. Desde esta perspectiva, corresponsabilidad significa también compartir planificación, toma de decisiones y seguimiento, no únicamente “ayudar” cuando otra persona lo solicita.

La utilización del término ayuda puede incluso reproducir una distribución asimétrica cuando se aplica sistemáticamente a uno de los progenitores. Si un adulto “ayuda” con los hijos, la expresión puede sugerir que la responsabilidad principal pertenece naturalmente a otro. Una concepción corresponsable parte de una lógica diferente: cuidar, educar y organizar la vida de los hijos son funciones parentales compartidas, aunque su distribución concreta pueda variar.

Ishizuka (2025), al estudiar las autoevaluaciones parentales según género y clase social, muestra la persistencia de ideales compartidos de crianza junto con normas tradicionales relacionadas con el proveedor masculino y estándares más exigentes de autoevaluación materna. Estos hallazgos permiten comprender que la experiencia subjetiva de ser padre o madre continúa estructurada por expectativas sociales diferenciadas. Las madres pueden evaluar su propio desempeño bajo criterios particularmente exigentes; mientras que los hombres pueden enfrentar simultáneamente ideales contemporáneos de participación y modelos tradicionales que priorizan su función de provisión económica.

Esta tensión tiene consecuencias para la corresponsabilidad. La transformación de los roles parentales no depende únicamente de buena voluntad individual; implica revisar expectativas culturales profundamente arraigadas. Un padre puede participar afectivamente y, sin embargo, continuar considerando





que determinadas tareas organizativas corresponden principalmente a la madre. Una madre puede defender una distribución igualitaria y simultáneamente experimentar presión social para supervisar o corregir la manera en que otros cuidadores realizan las tareas. La corresponsabilidad exige, por tanto, negociación explícita y no simplemente suposición de igualdad.

La distribución de tareas debe considerar además las circunstancias laborales y económicas de la familia. Igualdad no siempre significa simetría estricta. Si uno de los progenitores dispone temporalmente de mayor disponibilidad horaria, puede asumir determinadas responsabilidades adicionales. El problema aparece cuando esas diferencias se naturalizan permanentemente, generan sobrecarga o privan a alguno de los adultos de una participación significativa en la vida de los hijos. La equidad requiere revisar periódicamente los acuerdos y adaptarlos a las transformaciones familiares.

Estas negociaciones poseen efectos sobre la experiencia infantil. Cuando diferentes figuras parentales participan de manera coherente, los niños pueden disponer de una red más amplia de cuidado y apoyo. Esto no significa que ambos adultos deban responder exactamente igual en todas las circunstancias. Diferencias moderadas pueden incluso enriquecer la experiencia relacional. Sin embargo, discrepancias extremas acerca de límites, responsabilidades o disciplina pueden generar confusión y favorecer que los conflictos parentales se desplacen hacia la crianza.

La coherencia parental no debe confundirse con uniformidad absoluta. Dos cuidadores pueden tener estilos personales diferentes y mantener, al mismo tiempo, acuerdos básicos respecto de seguridad, respeto, responsabilidades y consecuencias. Lo importante es evitar que el niño quede colocado constantemente entre criterios contradictorios o sea utilizado como intermediario en conflictos adultos. La corresponsabilidad incluye capacidad para coordinar decisiones incluso cuando existen diferencias.

La separación o el divorcio hacen particularmente visible esta necesidad. La pareja puede terminar, pero la parentalidad continúa. La corresponsabilidad exige reorganizar horarios, decisiones, gastos, comunicación y presencia parental de manera que los hijos no queden convertidos en instrumentos del conflicto. El principio analizado por Acuña San Martín (2013) resulta especialmente pertinente en estas circunstancias: los deberes parentales permanecen vinculados al interés y cuidado de los hijos, no a la continuidad de la relación conyugal.

La disciplina compartida requiere también acuerdos suficientes. Cuando un progenitor aplica una consecuencia y el otro la invalida sistemáticamente frente al niño, el problema no es únicamente la falta de consistencia normativa; también se transmite una ruptura en la alianza parental. Sin embargo, la coherencia no exige sostener una decisión injusta por solidaridad entre adultos. Los progenitores pueden revisar y corregir sus propios criterios. La clave consiste en que las discrepancias importantes se discutan de manera responsable y no conviertan al niño en árbitro de la relación.

El establecimiento de normas constituye uno de los ámbitos donde mejor puede observarse la calidad de la parentalidad. Las reglas organizan horarios, responsabilidades, convivencia, seguridad y uso de recursos. Una norma saludable suele poseer una finalidad identificable y un nivel de exigencia compatible con la edad. Su cumplimiento debe ser razonablemente posible y las consecuencias derivadas de su incumplimiento deberían guardar proporción con la conducta.

Las normas también necesitan adaptación. Aquello que resulta necesario para un niño pequeño puede convertirse en una restricción excesiva para un adolescente. Mantener exactamente los mismos niveles de control durante todo el desarrollo puede dificultar la adquisición de autonomía. La parentalidad requiere transferir gradualmente responsabilidades: primero el adulto realiza por el niño, después realiza



con él, posteriormente supervisa y finalmente permite que determinadas decisiones sean asumidas de manera independiente.

Suarez Florian y Vega Vilca (2025), mediante una revisión sistemática sobre estilos de crianza y aprendizaje infantil, refuerzan la relevancia que poseen las prácticas parentales para procesos que trascienden la obediencia y se relacionan con el desarrollo de competencias. Aprender exige motivación, hábitos, tolerancia a la frustración, autonomía y capacidad para organizar tareas. La crianza puede favorecer estas capacidades cuando proporciona estructura sin sustituir permanentemente el esfuerzo infantil.

La sobreprotección merece particular atención en este punto. Ayudar excesivamente puede parecer una forma intensificada de cuidado, pero puede limitar oportunidades para desarrollar autonomía. Cuando el adulto anticipa todas las necesidades, resuelve sistemáticamente cada dificultad o evita cualquier experiencia de frustración, el niño dispone de menos oportunidades para comprobar sus propias capacidades. Una parentalidad sensible no abandona frente a la dificultad, pero tampoco elimina todos los desafíos.

El equilibrio entre apoyo y autonomía varía según el desarrollo. En edades tempranas, la dependencia es alta y la participación adulta debe ser intensa. Posteriormente, determinadas responsabilidades pueden transferirse progresivamente: ordenar pertenencias, organizar materiales, gestionar pequeñas decisiones, asumir consecuencias y participar en tareas domésticas. Esta participación no representa únicamente entrenamiento funcional; comunica que el niño es miembro activo de la familia y posee responsabilidades compatibles con sus capacidades.

El afecto, por su parte, constituye una dimensión transversal de la crianza. Expresar cariño, reconocer esfuerzos, consolar, escuchar y mostrar interés proporciona una base emocional desde la cual las normas pueden ser comprendidas de manera

diferente. La autoridad ejercida dentro de una relación cálida puede ser percibida como protección; mientras que una autoridad distante puede ser experimentada fundamentalmente como control. Sin embargo, el afecto tampoco debe utilizarse como premio condicionado a la obediencia. El niño necesita distinguir entre desaprobación de una conducta y retirada del vínculo.

Esta distinción posee gran relevancia psicológica. Una consecuencia puede comunicar: “esta conducta no es aceptable”; mientras se mantiene intacta la percepción de que la persona continúa siendo querida y valorada. Cuando los adultos convierten el afecto en instrumento disciplinario mediante amenazas de abandono o retirada emocional, la regulación de la conducta puede quedar vinculada al temor de perder la relación. La parentalidad saludable requiere establecer límites sin convertir la continuidad afectiva en una moneda de intercambio.

Los trabajos de Aguilar-Yamuza et al. (2019); y Díaz Grijalva et al. (2025) resultan especialmente útiles para comprender esta conexión entre estilos parentales y bienestar infantil. Aunque los resultados psicológicos dependen de múltiples variables, la percepción de apoyo, disponibilidad, límites y calidad de la interacción forma parte del contexto en el que se construyen la seguridad emocional y las competencias sociales. La crianza puede convertirse así en un recurso protector cuando articula cuidado y estructura.

Los estilos permisivos permiten observar el riesgo contrario a la rigidez. Una elevada disponibilidad afectiva no compensa necesariamente la ausencia de límites. Los niños necesitan estructuras que hagan predecible la convivencia. Cuando las reglas cambian constantemente, dependen del estado emocional del adulto o no existen consecuencias claras, puede dificultarse el aprendizaje de autorregulación y responsabilidad. El desafío consiste en evitar tanto un control excesivo como una ausencia de orientación.

El estilo negligente o desvinculado plantea dificultades todavía diferentes porque combina escaso involucramiento emocional con baja supervisión. En



este caso, el problema no radica únicamente en que existan pocas reglas, sino en la ausencia más amplia de disponibilidad parental. El niño puede disponer de libertad aparente, pero carecer de orientación y apoyo suficientes. La autonomía saludable no equivale a abandono. Se desarrolla progresivamente dentro de una relación donde existe alguien disponible para acompañar cuando las demandas superan las capacidades propias.

Riveros Murillo y Vidalon Santa Cruz (2025), al aproximarse a los estilos de crianza mediante una revisión sistemática, permiten reconocer la persistencia del interés científico por estas configuraciones y la diversidad de resultados con los que se relacionan. La investigación contemporánea tiende precisamente a evitar interpretaciones absolutas y a considerar la interacción entre múltiples dimensiones. La crianza debe analizarse en relación con características del niño, condiciones familiares, cultura, etapa vital y recursos disponibles.

La cultura es especialmente relevante porque las prácticas parentales no poseen idéntico significado en todos los contextos. Los niveles de control, autonomía, obediencia y expresión afectiva pueden variar entre comunidades y generaciones. Esto obliga a utilizar las categorías de estilos con prudencia. Determinada forma de autoridad puede tener significados distintos según las expectativas culturales, aunque ninguna consideración cultural debería utilizarse para justificar violencia, humillación o vulneración de derechos.

Las diferencias socioeconómicas también pueden afectar la expresión de la parentalidad. La supervisión, el tiempo compartido y la disponibilidad emocional se desarrollan dentro de condiciones materiales concretas. Jornadas laborales prolongadas, inseguridad económica, ausencia de redes de apoyo o dificultades de vivienda pueden reducir las opciones reales de los progenitores. Esto no significa que la calidad parental dependa automáticamente del nivel socioeconómico, sino que las prácticas deben contextualizarse.

La relación observada por Becerra Gálvez y Pérez Ortiz (2024) entre estilos de crianza, condición emocional parental y rendimiento académico resulta útil para recordar que las demandas parentales se encuentran insertas en sistemas más amplios. Pedir a los progenitores supervisión constante sin considerar las condiciones en que viven puede generar recomendaciones poco realistas. Las intervenciones eficaces necesitan fortalecer recursos familiares y no limitarse a responsabilizar a los individuos.

La parentalidad también posee una dimensión histórica e intergeneracional. Lawall et al. (2022) analizaron la influencia de los estilos de crianza recibidos sobre los estilos parentales posteriores en hijos varones. Su trabajo resulta especialmente valioso porque muestra que las experiencias de crianza pueden convertirse en referentes para el ejercicio futuro de la parentalidad. Las personas tienden a construir sus prácticas utilizando modelos que conocieron durante su propia infancia, aunque estos modelos pueden ser reproducidos, modificados o rechazados.

Esta transmisión intergeneracional no es automática. Haber recibido una crianza autoritaria no obliga a repetirla, del mismo modo que haber crecido en un entorno afectuoso no garantiza reproducir todas sus características. La reflexión sobre la propia historia permite distinguir qué prácticas desean conservarse y cuáles necesitan transformarse. Convertirse en padre o madre puede reactivar recuerdos y expectativas acerca de disciplina, afecto, autoridad y cuidado, lo que convierte la parentalidad en un espacio donde también se negocia la propia historia familiar.

El reconocimiento de estos patrones tiene gran utilidad preventiva. Cuando los adultos identifican que determinadas respuestas aparecen de manera automática porque fueron normalizadas durante su infancia, pueden evaluar si continúan siendo funcionales. Expresiones como “a mí me criaron así” describen una continuidad histórica, pero no constituyen por sí mismas una justificación. Cada



generación puede revisar críticamente las prácticas heredadas.

Córdova Gonzales et al. (2022) aportan otra perspectiva al estudiar factores de los estilos de crianza como mediadores en la relación entre resiliencia y calidad de vida en universitarios. Su investigación amplía la mirada hacia consecuencias percibidas en etapas posteriores del desarrollo. Esto permite comprender que las experiencias parentales pueden mantener relevancia incluso cuando los hijos han dejado atrás la infancia. Las formas aprendidas de afrontar dificultades, interpretar apoyo, responder a la autoridad o buscar ayuda pueden relacionarse con procesos psicológicos posteriores.

No obstante, sería inadecuado convertir esta continuidad en determinismo. Las personas siguen desarrollándose y pueden modificar patrones mediante nuevas relaciones y experiencias. La influencia parental es importante precisamente porque ocurre durante etapas altamente formativas, pero no constituye un destino irreversible. Esta precisión resulta necesaria para evitar culpabilizar a las familias por toda dificultad adulta o reducir la explicación del desarrollo a un único factor.

La parentalidad responsable supone además reconocer que las necesidades infantiles cambian. Un estilo efectivo debe ser flexible. Una respuesta adecuada a los tres años puede ser insuficiente o excesiva a los doce. La supervisión debe disminuir gradualmente en algunas áreas y mantenerse en otras; las explicaciones deben volverse más complejas; las decisiones pueden incorporar mayor participación; las responsabilidades aumentan. La capacidad parental para adaptarse a estas transiciones constituye un indicador importante de funcionamiento.

Durante la adolescencia, esta flexibilidad se vuelve especialmente visible. Los adultos necesitan aceptar que supervisar ya no significa conocer absolutamente todo, y los adolescentes deben aprender que autonomía no significa ausencia de responsabilidades. El conflicto puede aumentar

porque ambas partes reajustan expectativas. Una parentalidad rígida puede interpretar cada búsqueda de independencia como desobediencia; mientras que una parentalidad excesivamente permisiva puede abandonar prematuramente funciones de orientación.

La corresponsabilidad resulta especialmente valiosa en estos periodos porque permite que las decisiones parentales no descansen en una sola persona. Cuando quienes ejercen funciones de crianza pueden dialogar y compartir preocupaciones, disponen de mayores posibilidades para regular sus propias respuestas antes de intervenir. El apoyo entre adultos puede reducir la sensación de aislamiento y favorecer decisiones menos impulsivas.

Bang y Jang (2022) muestran justamente la relación entre reparto de roles, estrés y conductas cálidas de crianza. Este vínculo ayuda a comprender que la corresponsabilidad no es un componente administrativo separado del afecto. La distribución de tareas puede modificar directamente las condiciones bajo las cuales los adultos se relacionan con los hijos. Una persona constantemente agotada por responsabilidades no compartidas dispone de menos recursos para escuchar, jugar, acompañar o responder con paciencia.

De este modo, corresponsabilidad y calidad vincular se encuentran conectadas. Compartir responsabilidades puede permitir que diferentes cuidadores desarrollen relaciones propias y significativas con el niño. Cuando uno de ellos queda relegado únicamente al papel de disciplina o provisión económica, pierde oportunidades importantes de participar en dimensiones afectivas y cotidianas. Una distribución más amplia del cuidado favorece que la parentalidad deje de identificarse exclusivamente con tareas instrumentales o con funciones asociadas tradicionalmente a cada género.

Ishizuka (2025); y Moreno Mínguez (2015) permiten comprender que este cambio enfrenta resistencias sociales y simbólicas. Los ideales contemporáneos suelen valorar una mayor implicación paterna y una distribución más igualitaria, pero las expectativas



tradicionales continúan influyendo. La transformación real requiere que el cuidado sea entendido como responsabilidad central de quienes ejercen la parentalidad, no como una función femenina apoyada ocasionalmente por los hombres.

La corresponsabilidad debe extenderse también a decisiones emocionales y educativas. Participar en la crianza no consiste únicamente en cumplir turnos. Implica conocer al niño, comprender sus dificultades, dialogar acerca de las expectativas familiares y asumir conjuntamente las consecuencias de las decisiones. Una distribución mecánica de tareas puede mejorar la organización, pero no sustituye la construcción de una alianza parental.

Esta alianza resulta especialmente importante cuando existen desacuerdos. Dos adultos pueden tener historias de crianza diferentes y, por tanto, conceptos distintos acerca de autoridad, castigo, autonomía o afecto. La corresponsabilidad exige hacer explícitas esas diferencias. Preguntas como qué conductas requieren límites, qué consecuencias son aceptables, cuánto puede decidir un adolescente o cómo debe responderse ante una mentira no siempre reciben respuestas espontáneamente coincidentes. Negociarlas antes de situaciones de alta tensión puede favorecer mayor coherencia.

La disciplina compartida también necesita distinguir entre consecuencias y represalias. Las consecuencias educativas deberían vincularse de manera comprensible con la conducta. Una sanción desproporcionada puede obtener obediencia momentánea, pero dificultar la comprensión de justicia. La finalidad debería ser enseñar responsabilidad y reparación, no producir sufrimiento como demostración de autoridad.

En determinados casos, reparar puede ser más educativo que castigar. Si un niño daña algo, puede participar en su reparación; si lastima a otra persona, puede ser acompañado para reconocer el efecto y buscar una forma de compensación. Este enfoque conecta disciplina con responsabilidad social. El

objetivo no es únicamente evitar que una conducta se repita por miedo, sino ayudar a comprender por qué importa modificarla.

El afecto también debe incorporarse a la disciplina. Corregir una conducta no exige retirar cercanía. Una relación parental suficientemente segura permite al niño experimentar desaprobación sin interpretar que ha perdido su lugar dentro de la familia. Esta continuidad afectiva facilita que el límite pueda procesarse sin convertirse exclusivamente en una amenaza a la relación.

La supervisión digital constituye actualmente una extensión de estos desafíos. Aunque las fuentes aquí revisadas no se centran específicamente en crianza digital, los principios generales de parentalidad permiten comprender que el uso de tecnologías requiere combinar protección, normas, diálogo y autonomía progresiva. Aplicar controles sin explicación puede incrementar el conflicto; abandonar toda supervisión ignora riesgos reales. Como en otros ámbitos, la respuesta necesita ajustarse a la edad y las capacidades del niño.

El establecimiento de normas también debe considerar el modelado adulto. Los progenitores pierden autoridad educativa cuando exigen conductas que ellos mismos vulneran sistemáticamente. Pedir respeto mientras se humilla, exigir autocontrol mientras se responde con agresividad o imponer horarios de uso tecnológico que los adultos ignoran genera incongruencia. La crianza ocurre tanto mediante instrucciones explícitas como mediante observación cotidiana.

Aguirre-Dávila (2015) resulta especialmente relevante en esta dimensión porque vincula prácticas de crianza y comportamiento prosocial. La familia ofrece oportunidades constantes para modelar cooperación, ayuda, empatía y consideración por otros. Los niños aprenden responsabilidad no solo cuando se les ordena cumplir tareas, sino cuando observan adultos que asumen compromisos y reconocen las necesidades ajenas.





La parentalidad puede comprenderse entonces como una práctica ética de cuidado y responsabilidad. El poder parental existe porque los niños requieren protección y orientación, pero ese poder debe estar dirigido hacia su desarrollo y no hacia la satisfacción de necesidades de control de los adultos. La asimetría entre adulto y niño es inevitable, especialmente durante las primeras etapas, pero debe utilizarse para favorecer progresivamente mayor autonomía.

Lind (2026) contribuye a esta discusión desde el ámbito jurídico al mostrar cómo la responsabilidad parental se encuentra también construida mediante mensajes legales. La autoridad parental no puede separarse de obligaciones. Poseer capacidad de decisión sobre un niño implica deberes de cuidado, protección y consideración de sus intereses. Esta concepción limita interpretaciones donde la parentalidad es entendida como propiedad o dominio sobre los hijos.

La corresponsabilidad amplía todavía más esta visión porque distribuye obligaciones entre quienes comparten la función parental. No se trata solamente de decidir conjuntamente, sino de sostener conjuntamente. Las responsabilidades emocionales, económicas, educativas y de cuidado forman parte de un mismo compromiso, aunque su reparto pueda variar.

La investigación de Bang y Jang (2022) muestra además que compartir el rol parental puede relacionarse con variables de bienestar de los cuidadores y con la calidez de la crianza. Este hallazgo permite formular una idea central: cuidar a quienes cuidan forma parte indirectamente del cuidado infantil. Una organización familiar que permite descanso, apoyo y distribución razonable de responsabilidades puede mejorar las condiciones emocionales en las que se ejerce la parentalidad.

El estrés parental no debe interpretarse como fracaso personal. Criar implica demandas intensas y acumulativas. El problema aparece cuando la sobrecarga se cronifica y los adultos carecen de apoyo suficiente. En tales circunstancias pueden

aumentar las respuestas impulsivas, la inconsistencia disciplinaria y la distancia afectiva. Las estrategias de fortalecimiento parental deberían incluir, por tanto, redes de apoyo y organización familiar, no solo recomendaciones sobre cómo comportarse con los hijos.

La condición emocional de los padres analizada por Becerra Gálvez y Pérez Ortiz (2024) refuerza esta necesidad. Las prácticas de crianza dependen de capacidades individuales, pero también del estado en que se encuentran quienes deben ejecutarlas. Un adulto emocionalmente agotado puede conocer perfectamente estrategias de comunicación y tener dificultades para aplicarlas. Esto no elimina su responsabilidad, pero sí muestra que mejorar la parentalidad puede requerir intervenir sobre condiciones de bienestar adulto.

La perspectiva de género añade otra capa. Moreno Mínguez (2015) muestra que la corresponsabilidad parental puede estar rodeada de ambivalencias culturales. El cambio normativo hacia mayor igualdad no elimina automáticamente la división tradicional del trabajo. Ishizuka (2025) muestra igualmente cómo ideales de crianza compartida pueden coexistir con normas vinculadas al proveedor masculino y con estándares de evaluación particularmente altos para las madres.

Estas tensiones pueden generar efectos paradójicos. Las madres pueden sentirse responsables de garantizar todos los aspectos del cuidado aun cuando trabajen fuera del hogar; mientras que los padres pueden considerar su participación una contribución adicional en lugar de una responsabilidad equivalente. La corresponsabilidad requiere modificar no solo conductas, sino significados. Mientras determinadas tareas continúen interpretándose como naturalmente femeninas, su reparto equitativo será más difícil de consolidar.

La parentalidad contemporánea enfrenta además expectativas muy elevadas. Se espera que los adultos proporcionen afecto, estimulación, supervisión, apoyo





académico, educación emocional, oportunidades recreativas y seguimiento permanente. Estas expectativas pueden mejorar la sensibilidad hacia las necesidades infantiles, pero también generar presión. La denominada parentalidad intensiva puede convertir cada decisión cotidiana en una prueba de competencia adulta. La evidencia debe utilizarse para orientar, no para construir ideales imposibles.

Un estilo de crianza saludable no exige perfección. Los progenitores se equivocan, reaccionan impulsivamente, aplican normas de manera inconsistente o toman decisiones que posteriormente necesitan revisar. La calidad parental depende también de la capacidad de reconocer estas dificultades y reparar. Admitir un error no debilita necesariamente la autoridad; puede mostrar responsabilidad.

Esta capacidad de revisión rompe con modelos parentales donde el adulto debe tener siempre la razón. La autoridad madura puede reconocer incertidumbre y cambiar de criterio cuando existe una razón suficiente. Esto enseña a los hijos que las decisiones pueden evaluarse sin que ello destruya la estructura familiar. La firmeza no equivale a rigidez.

Lawall et al. (2022) permiten observar que las formas de crianza pueden transmitirse entre generaciones, lo que hace especialmente relevante esta capacidad reflexiva. Convertirse en padre puede abrir una oportunidad para decidir qué elementos de la propia historia familiar se desean conservar. Algunos adultos repetirán prácticas porque las consideran valiosas; otros buscarán conscientemente hacer algo diferente. En ambos casos, la reflexión permite transformar una herencia implícita en una elección más consciente.

Los estilos de crianza no deberían utilizarse para etiquetar permanentemente a las familias. Kuppens y Ceulemans (2019) advierten sobre la complejidad interna del concepto. Una persona puede mostrar alta calidez en determinados momentos y responder autoritariamente en otros; puede supervisar adecuadamente un ámbito y descuidar otro; puede

modificar estrategias a lo largo del desarrollo. Las categorías son útiles para identificar patrones predominantes, pero la intervención necesita trabajar con conductas específicas susceptibles de cambio.

Ahmed (2025); y Riveros Murillo y Vidalon Santa Cruz (2025) desde revisiones contemporáneas, refuerzan la necesidad de mantener una mirada crítica y actualizada. La investigación sobre estilos de crianza continúa siendo relevante precisamente porque permite conectar prácticas familiares con múltiples dimensiones del desarrollo, pero sus resultados deben interpretarse evitando simplificaciones causales.

La relación entre crianza y aprendizaje revisada por Suarez Florian y Vega Vilca (2025); la conexión con bienestar y prosocialidad observada por Díaz Grijalva et al. (2025); la asociación con participación en acoso escolar estudiada por Zegarra-Chapoñan et al. (2023); y la relación con síntomas emocionales analizada por Aguilar-Yamuza et al. (2019) muestran que la parentalidad puede relacionarse con dominios muy diversos. Esta amplitud confirma su importancia, pero también demuestra que ningún estilo puede entenderse aisladamente del conjunto de experiencias del niño.

En el plano práctico, una parentalidad orientada al desarrollo requiere equilibrar varias tareas simultáneas. Debe proteger sin sobreproteger, supervisar sin invadir, disciplinar sin humillar, expresar afecto sin eliminar límites, escuchar sin abandonar la autoridad y promover autonomía sin retirar apoyo prematuramente. Estos equilibrios no son estáticos. Cambian con la edad, el temperamento, las necesidades y las circunstancias.

La corresponsabilidad añade otro equilibrio: distribuir funciones sin convertir la crianza en una contabilidad rígida. Los adultos necesitan poder reconocer diferencias en disponibilidad y capacidades, pero también impedir que esas diferencias legitimen desigualdades permanentes. Un reparto justo es aquel que puede justificarse, revisarse y modificarse cuando genera sobrecarga.





La negociación entre quienes ejercen funciones parentales se convierte entonces en una competencia fundamental. Es necesario conversar acerca de expectativas, límites, responsabilidades, prioridades y formas de disciplina. Cuando estos acuerdos permanecen implícitos, es más probable que las diferencias aparezcan únicamente durante situaciones críticas. La corresponsabilidad requiere construir un proyecto parental suficientemente compartido.

Ese proyecto tampoco necesita ser idéntico en todos sus detalles. Puede existir pluralidad dentro de la crianza. Un progenitor puede ser más expresivo y otro más reservado; uno puede disfrutar más las actividades escolares y otro las recreativas. Lo importante es que estas diferencias no se conviertan en fragmentación, competencia o desautorización constante.

En familias donde participa una red más amplia de cuidadores, la corresponsabilidad puede incluir abuelos, padrastros, madrastras u otras figuras significativas. No todas poseen la misma responsabilidad jurídica, pero pueden desempeñar funciones relevantes de cuidado. La claridad acerca de roles y límites resulta particularmente importante para evitar conflictos y garantizar que las decisiones centrales se mantengan orientadas al bienestar infantil.

La distribución de tareas domésticas también forma parte de la educación de los hijos. Cuando niños y adolescentes participan según sus capacidades, aprenden que vivir en familia implica responsabilidades compartidas. Esta participación debe diferenciarse del traslado inapropiado de funciones adultas. Colaborar en tareas compatibles con la edad puede favorecer autonomía y cooperación; asumir cargas de cuidado excesivas puede convertirse en una inversión de roles.

La corresponsabilidad, por tanto, debe existir tanto horizontalmente entre adultos como progresivamente de manera vertical, incorporando a los hijos a responsabilidades adecuadas a su desarrollo. El objetivo final de la crianza no es mantener dependencia permanente, sino ayudar a formar personas capaces de cuidarse, convivir y asumir responsabilidades.

Desde esta perspectiva, la autonomía constituye uno de los resultados centrales de una parentalidad suficientemente protectora. Resulta paradójico, pero uno de los objetivos de cuidar bien es llegar a ser gradualmente menos necesario en determinadas funciones. Enseñar a un niño a organizarse implica que en algún momento podrá hacerlo sin supervisión constante. Ayudar a resolver conflictos significa que progresivamente podrá gestionar algunos por sí mismo. La función parental se transforma a medida que el hijo desarrolla capacidades.

El establecimiento de límites debe acompañar esta transformación. Una norma que no cambia nunca puede dejar de responder al desarrollo. Los adultos necesitan observar cuándo incrementar libertad y cuándo mantener supervisión. Esta decisión no depende únicamente de la edad cronológica, sino también de las capacidades mostradas, los riesgos presentes y la responsabilidad con que se han utilizado libertades anteriores.

Una crianza basada en confianza no elimina la verificación. La confianza parental puede construirse gradualmente mediante experiencias de responsabilidad. Cuando el niño o adolescente cumple acuerdos, comunica dificultades y utiliza adecuadamente la autonomía concedida, los adultos pueden ampliar progresivamente los márgenes de decisión. De esta manera, supervisión y confianza se articulan en lugar de excluirse.

La relación entre estilos parentales y bienestar estudiada por Díaz Grijalva et al. (2025) resulta coherente con esta perspectiva. Los niños necesitan experimentar tanto reconocimiento como estructura. La percepción de ser querido pierde parte de su capacidad protectora cuando la convivencia es impredecible; mientras que la estructura pierde su función educativa cuando carece de sensibilidad.

La parentalidad puede definirse, en consecuencia, como una práctica de regulación progresiva. Durante los primeros años, los adultos regulan gran parte del entorno y de las rutinas. Con el desarrollo, esta





regulación debe convertirse en corregulación y posteriormente en apoyo a la autorregulación. El objetivo no es controlar permanentemente, sino transferir capacidades.

Los estilos de crianza pueden ser evaluados precisamente según su contribución a este proceso. Una disciplina extremadamente rígida puede generar obediencia mientras el adulto está presente, pero no necesariamente capacidad de decisión cuando desaparece la vigilancia. Una crianza excesivamente permisiva puede conceder libertad antes de que existan recursos suficientes para gestionarla. Una crianza que combina estructura, afecto y autonomía progresiva busca que el control externo se transforme gradualmente en responsabilidad interna.

La investigación revisada permite sostener que las prácticas de crianza mantienen relaciones con el bienestar psicológico, el comportamiento social, la adaptación escolar y recursos posteriores del desarrollo (Aguilar-Yamuza et al., 2019; Becerra Gálvez & Pérez Ortiz, 2024; Córdova Gonzales et al., 2022). Sin embargo, estos vínculos deben comprenderse dentro de sistemas multicausales. Los estilos parentales constituyen una influencia relevante, no una explicación total del desarrollo.

Esta precisión posee también una dimensión ética. Cuando se presentan resultados científicos a las familias, deben evitarse mensajes culpabilizadores. Los adultos necesitan herramientas para revisar prácticas sin sentir que cada dificultad infantil demuestra su fracaso. La parentalidad suficientemente buena se construye mediante aprendizaje, adaptación y capacidad de reparación.

El fortalecimiento de las competencias parentales implica favorecer habilidades concretas: reconocer necesidades, formular límites claros, aplicar consecuencias proporcionadas, supervisar de manera adaptativa, expresar afecto, escuchar, negociar autonomía y coordinar responsabilidades entre cuidadores. Estas habilidades pueden aprenderse. No dependen exclusivamente de intuición o tradición.

La reflexión sobre las propias emociones forma parte de este aprendizaje. Los adultos necesitan diferenciar entre corregir una conducta y reaccionar desde su propia frustración. Una consecuencia aplicada después de regular la intensidad emocional puede ser muy diferente de una decisión tomada impulsivamente. Esta capacidad es especialmente importante porque el poder parental amplifica los efectos de las respuestas adultas.

La corresponsabilidad puede facilitar también esta regulación. Cuando existe otro adulto disponible para compartir preocupaciones, alternar cuidados o aportar una perspectiva diferente, disminuye la necesidad de responder desde el agotamiento. No todas las familias disponen de dos progenitores ni de una estructura determinada, por lo que la idea debe ampliarse hacia redes de apoyo capaces de compartir funciones de cuidado sin desdibujar responsabilidades.

La calidad de la parentalidad no depende, por tanto, de ajustarse a una única forma familiar. Depende de la existencia de adultos suficientemente comprometidos con el cuidado y capaces de organizar recursos para responder a las necesidades infantiles. Una estructura familiar específica no garantiza por sí sola una buena crianza, del mismo modo que una configuración diferente no implica necesariamente déficit.

Los estudios revisados convergen en una idea central: la crianza es más favorable cuando combina afecto, estructura, supervisión y capacidad de adaptación; mientras que la corresponsabilidad contribuye a distribuir las exigencias que hacen posible sostener esas funciones. Los estilos de crianza describen patrones de relación; las prácticas parentales muestran cómo esos patrones se expresan cotidianamente; y la corresponsabilidad define cómo se organizan las obligaciones entre quienes ejercen el cuidado.

Por ello, parentalidad y corresponsabilidad no deberían estudiarse como asuntos separados. La forma en que se distribuyen las responsabilidades modifica las condiciones emocionales y prácticas de la crianza. Bang y Jang (2022) muestran la pertinencia de esta





relación al vincular reparto de roles, estrés parental y conductas cálidas. Ishizuka (2025); y Moreno Mínguez (2015) revelan, además, que esa distribución continúa atravesada por expectativas de género y clase social. La parentalidad es simultáneamente una experiencia íntima y una práctica social.

Acuña San Martín (2013); y Lind (2026) permiten incorporar, a su vez, la dimensión normativa. Los hijos no dependen únicamente de la buena disposición de los adultos; existen responsabilidades parentales que poseen fundamento jurídico y social. Cuidar, proteger y participar en su desarrollo constituye una obligación asociada al ejercicio de la parentalidad. La corresponsabilidad expresa el principio de que esas obligaciones no deberían recaer arbitrariamente sobre una sola persona.

En última instancia, una parentalidad saludable no se mide por la ausencia de dificultades ni por la obediencia absoluta de los hijos. Se expresa en la capacidad de acompañar el desarrollo con una combinación suficientemente equilibrada de afecto, estructura, responsabilidad y flexibilidad. Padres y cuidadores necesitan ofrecer protección sin bloquear la autonomía, establecer normas sin convertir la autoridad en dominio, supervisar sin invadir, corregir sin humillar y compartir responsabilidades sin transformar el cuidado en una concesión ocasional.

Los estilos parentales adquieren sentido precisamente dentro de esta tensión permanente entre necesidades aparentemente opuestas. El niño necesita libertad y límites, independencia y apoyo, reconocimiento de su individualidad y pertenencia a un sistema familiar. La función parental consiste en administrar progresivamente esos equilibrios a medida que cambian sus capacidades. Ningún estilo rígido puede responder adecuadamente a todas las etapas, porque la crianza exige adaptación.

La corresponsabilidad fortalece este proceso cuando transforma el cuidado en una tarea realmente compartida. Distribuir decisiones, presencia,

organización y carga emocional contribuye a sostener la parentalidad y permite que diferentes cuidadores participen de manera significativa. La corresponsabilidad no elimina diferencias, pero impide que estas se conviertan automáticamente en desigualdad o desvinculación. Asimismo, favorece que los hijos observen modelos de cooperación donde cuidar no se asocia exclusivamente con un género o rol predeterminado.

Así, disciplina, afecto, supervisión, establecimiento de normas y distribución de responsabilidades forman parte de una misma arquitectura parental. No constituyen tareas independientes. Una disciplina eficaz requiere afecto y coherencia; una supervisión saludable necesita confianza; los límites deben adaptarse a la autonomía; y la corresponsabilidad contribuye a que todas estas funciones puedan mantenerse sin recaer desproporcionadamente sobre una sola persona.

La evidencia revisada permite comprender, además, que las prácticas parentales pueden proyectarse más allá de la infancia. Se relacionan con procesos académicos y emocionales (Becerra Gálvez & Pérez Ortiz, 2024), bienestar y conductas prosociales (Díaz Grijalva et al., 2025), participación adolescente en dinámicas de acoso escolar (Zegarra-Chapoñan et al., 2023), ansiedad y depresión infantil (Aguilar-Yamuza et al., 2019), aprendizaje (Suarez Florian & Vega Vilca, 2025) y recursos que pueden continuar siendo relevantes en la adultez joven (Córdova Gonzales et al., 2022). Al mismo tiempo, las experiencias recibidas pueden convertirse en referentes para la generación siguiente de padres (Lawall et al., 2022).

Esta continuidad intergeneracional convierte la parentalidad en un punto decisivo de transformación familiar. Cada generación recibe modelos, pero también posee la posibilidad de revisarlos. Las prácticas de crianza pueden reproducirse, adaptarse o interrumpirse. La reflexión, la educación parental y el apoyo social permiten transformar patrones que anteriormente eran considerados inevitables.





Por ello, el fortalecimiento de la parentalidad no debería plantearse como búsqueda de un modelo perfecto. Resulta más útil promover capacidades de observación, reflexión y ajuste. Una familia competente no es aquella donde nunca se aplican mal los límites, sino aquella capaz de reconocer cuándo una práctica dejó de funcionar; no es aquella donde los adultos nunca se contradicen, sino aquella capaz de reorganizar sus acuerdos; no es aquella donde nadie se siente sobrecargado, sino aquella que puede identificar la sobrecarga y redistribuir responsabilidades.

La parentalidad constituye un proceso relacional mediante el cual quienes ejercen funciones de cuidado proporcionan las condiciones necesarias para que niños y adolescentes avancen desde una dependencia inicial hacia formas crecientes de autonomía y responsabilidad (Ahmed, 2025; Jorge & González, 2017). Los estilos de crianza permiten comprender patrones generales de afecto, control, comunicación y supervisión, pero deben utilizarse de manera flexible y contextualizada (Kuppens & Ceulemans, 2019; Riveros Murillo & Vidalon Santa Cruz, 2025). Las prácticas concretas de disciplina, reconocimiento, supervisión y acompañamiento son las que convierten esos estilos en experiencias cotidianas.

La corresponsabilidad complementa este análisis al mostrar que la calidad de la crianza depende también de cómo se distribuyen las obligaciones y recursos entre los adultos. El cuidado compartido puede reducir sobrecarga, ampliar la participación parental y favorecer condiciones más sostenibles para una interacción cálida y consistente (Bang & Jang, 2022). Sin embargo, las desigualdades de género, las expectativas sociales y las normas tradicionales continúan condicionando esa distribución (Ishizuka, 2025; Moreno Mínguez, 2015). De ahí que la corresponsabilidad deba entenderse como una práctica que necesita construirse y revisarse, no

como una consecuencia automática de compartir la condición de progenitores.

En este marco, ejercer la parentalidad significa asumir simultáneamente autoridad y responsabilidad. Los adultos poseen mayor poder dentro de la relación porque deben proteger, orientar y tomar decisiones que los niños todavía no pueden asumir plenamente. Precisamente por ello, ese poder necesita utilizarse con proporcionalidad, respeto y orientación al desarrollo. La autoridad parental alcanza su función más educativa cuando crea las condiciones para que, progresivamente, el hijo necesite menos control externo y disponga de mayores recursos propios.

La crianza encuentra entonces su sentido más profundo no en producir obediencia inmediata, sino en acompañar la formación de personas capaces de regularse, relacionarse, tomar decisiones, reconocer límites y asumir responsabilidades. Una parentalidad basada en afecto sin estructura puede resultar insuficiente; una estructura sin afecto puede convertirse en control; una supervisión sin autonomía puede transformarse en intrusión; una autonomía sin acompañamiento puede convertirse en abandono. La función parental exige integrar estas dimensiones y modificarlas a medida que evoluciona la relación.

La corresponsabilidad permite sostener esta tarea evitando que el cuidado dependa desproporcionadamente de una sola persona. Cuando quienes ejercen funciones parentales pueden compartir presencia, decisiones, tareas, carga mental y responsabilidad afectiva, se amplían los recursos del sistema familiar. Cuando además consiguen establecer normas coherentes, ejercer una disciplina educativa, expresar afecto, supervisar de manera flexible y revisar sus prácticas, la parentalidad deja de ser únicamente una obligación doméstica y se convierte en una auténtica función de desarrollo.

De esta manera, estilos de crianza y corresponsabilidad convergen en un mismo propósito: construir un contexto familiar capaz de ofrecer seguridad, orientación y





oportunidades crecientes de autonomía. La calidad parental no consiste en controlar cada dimensión de la vida infantil, sino en saber cuándo intervenir, cuándo acompañar, cuándo establecer un límite, cuándo escuchar y cuándo permitir que el hijo avance por sí mismo. Ese equilibrio se construye progresivamente y constituye una de las responsabilidades más importantes de quienes participan en la crianza.

3.3. Familia y escuela: acompañamiento educativo y desarrollo integral

La educación constituye un proceso continuo que desborda los límites físicos y temporales de la institución escolar y se configura mediante la interacción de los diferentes contextos en los que niños y adolescentes crecen, aprenden, establecen relaciones y construyen progresivamente su identidad. Entre estos contextos, la familia y la escuela ocupan una posición especialmente relevante debido a la continuidad de sus influencias y a la diversidad de experiencias que proporcionan. La familia representa el primer espacio de socialización, comunicación, adquisición de hábitos, construcción de vínculos, transmisión de valores y formación de expectativas; mientras que la escuela amplía progresivamente estas experiencias mediante aprendizajes sistemáticos, relaciones con docentes y pares, normas compartidas y oportunidades de participación en una comunidad más extensa.

Ambas instituciones poseen funciones diferenciadas, pero estas funciones se encuentran profundamente relacionadas porque el estudiante transita cotidianamente entre ellas y lleva consigo conocimientos, emociones, comportamientos y expectativas construidos en cada contexto. Blanco y Umayahara (2004) situaron la participación de las familias como un componente relevante de la educación infantil latinoamericana; mientras Pedraza et al. (2017) destacan el compromiso compartido de familia y escuela con los procesos formativos. Desde esta perspectiva, el desarrollo educativo no puede comprenderse adecuadamente mediante una

separación rígida entre lo que sucede dentro y fuera del aula, pues las experiencias familiares pueden favorecer o dificultar determinados procesos escolares y, simultáneamente, las experiencias educativas repercuten sobre la dinámica del hogar. La relación entre ambos contextos debe entenderse, por tanto, como una alianza educativa en la que existe una finalidad compartida, aunque las responsabilidades y competencias de cada institución permanezcan claramente diferenciadas.

La participación familiar dentro de la alianza educativa no debe reducirse a la asistencia a reuniones, la supervisión de tareas o la respuesta a convocatorias escolares, pues constituye un fenómeno multidimensional que se desarrolla en el hogar, la institución educativa y otros espacios comunitarios. Gubbins et al. (2023), al analizar el involucramiento, la implicación y la participación familiar en políticas de cuatro países latinoamericanos, muestran la diversidad conceptual y práctica de estas relaciones; mientras Otero-Mayer et al. (2026) evidencian la complejidad existente incluso para medir el involucramiento familiar en educación infantil. Meza-Rodríguez y Trimiño-Quiala (2020) también sitúan esta participación como una dimensión significativa de la educación escolar. En consecuencia, no existe una única forma válida de acompañar el aprendizaje: conversar sobre la escuela, establecer rutinas, ofrecer apoyo emocional, seguir el progreso, comunicarse con los docentes o participar en actividades institucionales constituyen expresiones diferentes de implicación. Su calidad no depende exclusivamente de la frecuencia o visibilidad, sino de su capacidad para responder a las necesidades del estudiante y favorecer su desarrollo. Esta perspectiva evita considerar poco comprometidas a familias que, por circunstancias laborales, económicas, territoriales o de cuidado, tienen limitada presencia física en la escuela, pero desarrollan formas significativas de acompañamiento desde el hogar.

El acompañamiento familiar comienza desde los primeros años y adquiere especial relevancia en



la educación inicial, cuando existe una estrecha continuidad entre las experiencias familiares y los nuevos espacios de socialización y aprendizaje. Álvarez-Gallego et al. (2021) destacan diferentes estrategias de acompañamiento educativo y familiar en esta etapa; mientras Blanco y Umayahara (2004) enfatizan la importancia de la participación de las familias. El ingreso a la institución educativa amplía el mundo relacional del niño mediante nuevas figuras adultas, horarios, normas y grupos de pares, por lo que la familia puede facilitar esta transición transmitiendo seguridad, estableciendo rutinas previsibles, manteniendo comunicación con los profesionales y permitiendo que el niño exprese sus experiencias.

Este acompañamiento no requiere necesariamente dominar contenidos curriculares: conversar, leer conjuntamente, estimular la curiosidad, favorecer hábitos de descanso, promover responsabilidades acordes con la edad y mostrar interés por lo aprendido contribuyen a integrar la experiencia escolar en la vida cotidiana. La participación familiar no convierte así el hogar en una segunda aula, sino que genera condiciones relacionales y organizativas favorables para el aprendizaje y el bienestar.

La comunicación entre familia y escuela constituye uno de los fundamentos de esta colaboración porque permite integrar conocimientos procedentes de contextos diferentes. Kelty y Wakabayashi (2020), al considerar las perspectivas de progenitores, educadores y comunidad, muestran que la participación debe comprenderse como una relación entre actores y no como una responsabilidad unilateral de las familias. Los docentes aportan conocimientos pedagógicos y observaciones del estudiante en el contexto colectivo de aprendizaje; mientras las familias conocen su trayectoria, rutinas, intereses, respuestas emocionales y comportamiento en otros espacios.

Integrar ambas perspectivas facilita reconocer necesidades, fortalezas y cambios significativos, pero requiere superar una comunicación limitada a dificultades académicas o conductuales. Una

relación centrada exclusivamente en problemas puede convertir las convocatorias escolares en espacios percibidos como acusatorios; mientras una comunicación que incluya avances, intereses y experiencias positivas favorece la confianza. Esta confianza resulta especialmente necesaria cuando aparecen discrepancias, pues colaborar no significa coincidir siempre, sino gestionar las diferencias mediante el diálogo y mantener como referencia común el bienestar y el desarrollo integral del estudiante.

El acompañamiento familiar no debe confundirse con vigilancia permanente ni con sustitución de las responsabilidades que progresivamente corresponden al estudiante. Su intensidad debe modificarse conforme avanzan la edad, las capacidades y la autonomía: durante los primeros años puede requerirse apoyo directo para organizar materiales, establecer rutinas o comprender instrucciones; mientras posteriormente estas funciones deberían transformarse en orientación, disponibilidad y seguimiento menos intrusivo. Álvarez-Gallego et al. (2021) permiten comprender este acompañamiento desde una perspectiva que integra educación y familia, cuya finalidad debe ser favorecer que el estudiante aprenda gradualmente a organizarse, tomar decisiones, asumir responsabilidades, solicitar ayuda y resolver dificultades. La autonomía académica se construye mediante experiencias de elección, planificación, error y corrección, por lo que realizar permanentemente aquello que el estudiante puede hacer limita el desarrollo de competencias; mientras retirar prematuramente el apoyo puede generar frustración. El acompañamiento exige, por tanto, un equilibrio dinámico entre presencia y autonomía.

La relación entre entorno familiar y rendimiento escolar constituye una dimensión importante, pero no debe reducir la función educativa de la familia a las calificaciones. Hidalgo-Ocampo et al. (2025) analizan la influencia parental sobre el rendimiento académico infantil; mientras Llor García et al. (2026) estudian la influencia del entorno familiar en estudiantes de educación básica. Estas aportaciones permiten





reconocer el papel de las condiciones familiares, pero el desempeño educativo depende también de características individuales, oportunidades pedagógicas, relaciones escolares y condiciones sociales. Además, el rendimiento constituye solo una dimensión del desarrollo: resultados académicos elevados pueden coexistir con ansiedad, dificultades relacionales o dependencia del control adulto; mientras determinadas dificultades académicas pueden acompañarse de fortalezas sociales, creativas o comunicativas. Por ello, las expectativas familiares deben favorecer el aprendizaje y reconocer el esfuerzo sin convertir las calificaciones en medida exclusiva del valor personal ni condicionar a ellas el afecto y la aprobación.

Esta perspectiva conduce hacia una comprensión integral de la educación que incorpore, junto con los aprendizajes académicos, el desarrollo emocional, social, comunicativo y autónomo. Perrigo et al. (2024), al examinar fortalezas y necesidades holísticas del desarrollo en niños multilingües de kindergarten, amplían la mirada más allá de indicadores académicos aislados y permiten considerar los contextos lingüísticos, culturales y relacionales del aprendizaje. Las diferencias entre estudiantes no deben interpretarse automáticamente como déficits cuando pueden estar relacionadas con experiencias familiares y culturales diversas. En este sentido, la familia aporta información sobre capacidades y comportamientos que quizá no sean inmediatamente visibles en el aula; mientras la escuela puede identificar habilidades, relaciones y dificultades que aparecen en el contexto educativo. Esta complementariedad permite construir una comprensión más completa del estudiante y evita definirlo exclusivamente por una dificultad, una calificación o una categoría diagnóstica.

La participación familiar adquiere especial importancia en los procesos de inclusión. Blanco Varela (2024) vincula la integración familiar en educación inicial con el fortalecimiento de la inclusión escolar. Por su parte, Fernández Cerero et al. (2024) analizan el

impacto de la participación parental en el desarrollo educativo de estudiantes con trastorno del espectro autista. La colaboración puede facilitar el intercambio de información sobre comunicación, intereses, necesidades de apoyo, situaciones problemáticas y estrategias útiles en diferentes contextos. Sin embargo, reconocer el conocimiento familiar no significa trasladar a las familias responsabilidades propias de la institución. La inclusión exige prácticas pedagógicas adecuadas, accesibilidad, recursos, formación profesional y oportunidades efectivas de participación. El conocimiento de la familia complementa estas condiciones, pero no las sustituye, evitando así atribuir las dificultades de inclusión a una supuesta falta de implicación parental.

La participación debe reconocer, además, la diversidad de estructuras, recursos y circunstancias familiares. No todos los estudiantes viven con padre y madre, y abuelos, hermanos adultos, familias adoptivas, tutores u otras figuras pueden asumir responsabilidades educativas significativas. Tampoco todas las familias poseen iguales posibilidades de responder a las demandas escolares, pues las condiciones laborales, económicas, territoriales y tecnológicas pueden limitar determinadas formas de presencia sin significar desinterés por la educación.

Gubbins et al. (2023); Kelty y Wakabayashi (2020); y Meza-Rodríguez y Trimiño-Quiala (2020) permiten comprender la participación como una relación que debe articular las expectativas institucionales con las posibilidades reales de las familias. Fortalecer esta alianza requiere, por tanto, reconocer a quienes efectivamente participan en el cuidado del estudiante, diversificar los canales de comunicación y evitar que una única modalidad de presencia escolar se convierta en criterio para valorar el compromiso familiar.

La experiencia educativa durante la pandemia de COVID-19 hizo especialmente visible la importancia del acompañamiento familiar y las desigualdades que condicionan sus posibilidades. Hernández Pulido y Pineda Castillo (2023) estudiaron este acompañamiento





durante el confinamiento y posconfinamiento en educación primaria. Jiménez Ramírez et al. (2024) analizaron estrategias familiares en educación preescolar dentro del contexto mexicano. El traslado extraordinario de actividades escolares hacia los hogares obligó a reorganizar tiempos, espacios y responsabilidades, evidenciando que la continuidad educativa dependía también de factores como conectividad, dispositivos tecnológicos, nivel educativo de los adultos, condiciones laborales y espacio doméstico.

Esta experiencia mostró que la participación familiar no puede evaluarse al margen de las condiciones estructurales que la posibilitan, pues exigir formas homogéneas de acompañamiento a familias con recursos diferentes puede profundizar desigualdades. Al mismo tiempo, se extendieron los canales digitales de comunicación entre familia y escuela, capaces de aportar flexibilidad y facilitar la participación, pero también de generar presión cuando implican disponibilidad permanente. La tecnología debe facilitar la colaboración mediante criterios y límites razonables, sin convertir el seguimiento educativo en vigilancia constante ni aumentar innecesariamente las demandas sobre docentes, familias y estudiantes.

El fortalecimiento de las capacidades familiares constituye otra dimensión de esta alianza. Esquivel García et al. (2025) estudiaron una estrategia de escuela para padres y su influencia en el desarrollo cognitivo y comportamental de estudiantes de bachillerato, mostrando la utilidad potencial de espacios orientados a comprender procesos evolutivos, hábitos de estudio, comunicación, autonomía y dificultades escolares. Estas iniciativas deben desarrollarse desde una perspectiva colaborativa que reconozca los conocimientos construidos por las familias en su experiencia cotidiana, en lugar de considerarlas receptoras pasivas de instrucciones profesionales.

La formación resulta más pertinente cuando facilita intercambio, preguntas y reflexión sobre situaciones concretas, permitiendo adaptar los recursos a las

características de cada hogar. Esta colaboración posee además una función preventiva, pues una comunicación estable puede ayudar a identificar tempranamente cambios en el rendimiento, la convivencia, la motivación, las relaciones o el bienestar emocional. Familia y escuela disponen de información procedente de contextos diferentes cuya integración puede favorecer respuestas oportunas, siempre que se respete la privacidad y se eviten dinámicas de juicio o estigmatización.

La corresponsabilidad educativa exige también superar la culpabilización entre familia y escuela ante las dificultades académicas o conductuales. Pedraza et al. (2017) permiten comprender ambos espacios como contextos comprometidos con la formación, lo que orienta la relación hacia la identificación conjunta de los factores implicados y de las respuestas que cada uno puede aportar. La corresponsabilidad pierde su sentido cuando se utiliza para trasladar obligaciones o atribuir el problema exclusivamente al hogar o a la institución. Una perspectiva colaborativa evita situar al estudiante en medio de conflictos entre adultos y permite concentrar la intervención en sus necesidades. La pregunta central no debería ser quién ha fallado, sino qué condiciones están influyendo en la situación y cómo pueden articularse los recursos familiares y escolares para responder a ella.

La participación del estudiante debe integrarse progresivamente en esta relación. La alianza familia-escuela no puede limitarse a adultos que deciden sobre un sujeto pasivo, pues niños y adolescentes necesitan oportunidades crecientes para expresar experiencias, intereses, necesidades y dificultades. Durante la infancia esta participación puede desarrollarse mediante conversaciones sencillas y, conforme aumenta la autonomía, extenderse hacia decisiones sobre organización académica, objetivos y apoyos.

El estudiante debe disponer progresivamente de oportunidades para comunicarse con docentes, organizar tareas, resolver desacuerdos y solicitar ayuda





antes de que los adultos intervengan en su lugar. Esta transición adquiere especial importancia durante la adolescencia, cuando prácticas adecuadas en etapas anteriores, como revisar permanentemente tareas o intervenir ante cualquier dificultad, pueden volverse intrusivas y limitar la responsabilidad personal. La familia continúa siendo una fuente de apoyo, pero su acompañamiento debe evolucionar hacia la orientación, el diálogo y la disponibilidad; mientras la escuela necesita favorecer que los adolescentes asuman mayor responsabilidad sobre su aprendizaje.

El error constituye una parte necesaria de este proceso de autonomía. Una relación familia-escuela excesivamente protectora puede intentar evitar cualquier fracaso, olvido o consecuencia negativa, privando al estudiante de experiencias necesarias para aprender planificación, responsabilidad y reparación. El desarrollo integral exige distinguir entre situaciones que requieren intervención adulta y dificultades que el propio estudiante puede afrontar como oportunidades de aprendizaje. Esto no significa retirar el apoyo, sino ajustar su intensidad a las capacidades existentes. El estudiante necesita saber que puede solicitar ayuda y, al mismo tiempo, experimentar las consecuencias de sus decisiones y desarrollar recursos para corregirlas. De esta manera, familia y escuela pueden avanzar desde formas directas de supervisión hacia un acompañamiento basado en la confianza progresiva, la responsabilidad y la autonomía.

La motivación hacia el aprendizaje se construye también mediante las experiencias cotidianas que rodean la educación. Las familias pueden transmitir el valor del conocimiento a través de la lectura, la conversación, la formulación de preguntas, la exploración de intereses, la resolución de problemas o la participación en actividades culturales y comunitarias, sin convertir el hogar en una extensión de la enseñanza escolar. Blanco y Umayahara (2004) permiten comprender a las familias como participantes del proceso educativo. Kelty y Wakabayashi (2020) amplían esta relación hacia la comunidad. Bibliotecas,

espacios culturales, asociaciones y actividades deportivas pueden enriquecer las oportunidades de aprendizaje y conectar escuela, hogar y entorno social. Esta perspectiva reconoce además que las familias aportan conocimientos culturales, experiencias, tradiciones, lenguas y perspectivas propias. Una colaboración auténtica requiere intercambio y reciprocidad, articulando los saberes familiares con los conocimientos profesionales del profesorado para fortalecer la confianza y el sentido de pertenencia a la comunidad educativa.

Esta apertura resulta especialmente importante para la inclusión y el desarrollo integral. Blanco Varela (2024); Fernández Cerero et al. (2024); y Perrigo et al. (2024) permiten relacionar participación familiar, diversidad y desarrollo holístico desde perspectivas complementarias. La familia puede proporcionar información sobre capacidades, intereses y necesidades que favorezca respuestas educativas individualizadas; mientras la escuela amplía las oportunidades de aprendizaje, participación y relación fuera del hogar.

Esta colaboración no exige que ambos contextos funcionen de manera idéntica, sino que compartan objetivos generales relacionados con bienestar, aprendizaje, participación y autonomía. La perspectiva integral exige también atender la dimensión emocional: interesarse únicamente por las calificaciones puede invisibilizar dificultades relacionadas con pertenencia, relaciones o bienestar, del mismo modo que una disminución temporal del rendimiento puede responder a circunstancias familiares o emocionales y no necesariamente a falta de esfuerzo. La comunicación entre familia y escuela permite interpretar estas situaciones con mayor amplitud, evitando tanto su patologización como explicaciones automáticas basadas en el contexto familiar.

El acompañamiento educativo debe evitar, asimismo, una excesiva escolarización de la vida doméstica. Cuando las interacciones familiares se concentran en tareas, exámenes y calificaciones, la relación puede



reducirse progresivamente a funciones de supervisión, especialmente cuando existen dificultades académicas. El hogar necesita conservar espacios de pertenencia, descanso, afecto y comunicación que no dependan del rendimiento escolar. Las tareas constituyen un ámbito especialmente sensible, pues cuando requieren una intervención adulta intensa pueden terminar reflejando las diferencias de tiempo, formación y recursos existentes entre los hogares.

Hernández Pulido y Pineda Castillo (2023), y Jiménez Ramírez et al. (2024), desde la experiencia de la pandemia, muestran cómo las condiciones domésticas influyen en las posibilidades de responder a las demandas educativas. Esta enseñanza mantiene su relevancia en la educación presencial: las actividades deberían poder ser realizadas con un nivel de autonomía acorde con la etapa de desarrollo; mientras el acompañamiento familiar proporciona orientación o ayuda puntual sin convertirse sistemáticamente en ejecución compartida. De este modo, la escuela evita presuponer recursos familiares ilimitados y el hogar puede apoyar el aprendizaje sin convertirlo en el centro exclusivo de la vida familiar.

La participación familiar exige que las instituciones educativas revisen también sus propias prácticas. No resulta coherente solicitar colaboración mediante canales inaccesibles, convocatorias inflexibles o espacios donde la voz de las familias posee escasa incidencia. Gubbins et al. (2023) muestran que el involucramiento puede desarrollarse en diferentes niveles y ámbitos, desde la recepción de información hasta la consulta y la construcción conjunta de determinadas estrategias. Esta participación no implica trasladar a las familias todas las decisiones pedagógicas, sino establecer mecanismos de diálogo sobre cuestiones que afectan directamente a la experiencia educativa. La comunicación debe ser comprensible, pertinente y respetuosa, especialmente ante diferencias lingüísticas o culturales. Perrigo et al. (2024), desde su análisis de niños multilingües, recuerdan la importancia de reconocer la diversidad

dentro de los contextos educativos. La inclusión del estudiante se relaciona también con la posibilidad de que su familia sea reconocida y pueda comunicarse efectivamente con la institución.

La calidad del acompañamiento tampoco puede medirse únicamente por su intensidad. Una participación elevada puede ser favorable cuando responde a necesidades reales y respeta la autonomía, pero contraproducente cuando adopta formas de control excesivo. Otero-Mayer et al. (2026) muestran la complejidad de medir el involucramiento familiar, lo que exige considerar cómo se participa, con qué finalidad y qué efectos produce sobre el aprendizaje, el bienestar y la autonomía.

Este acompañamiento debe modificarse además durante las transiciones entre etapas educativas, adaptándose a las nuevas demandas académicas y evolutivas. La supervisión directa necesaria durante determinados momentos puede transformarse progresivamente en orientación y disponibilidad. Esquivel García et al. (2025), desde una estrategia de escuela para padres en bachillerato, muestran la utilidad de fortalecer capacidades familiares relacionadas con autonomía, comunicación, hábitos, convivencia y expectativas, siempre mediante orientaciones flexibles que reconozcan la diversidad familiar e incorporen, cuando corresponda, la perspectiva de los propios estudiantes.

La relación familia-escuela posee también una función de modelado social, pues la manera en que progenitores y docentes gestionan sus diferencias ofrece al estudiante experiencias concretas de comunicación, negociación y respeto. Los desacuerdos son inevitables, pero deben abordarse sin desacreditar a la otra parte ni convertir al estudiante en mensajero o mediador. Esta capacidad resulta especialmente importante ante dificultades conductuales, necesidades educativas específicas, cambios familiares o problemas de adaptación que requieren respuestas coordinadas. La corresponsabilidad no significa que todos realicen las mismas funciones, sino que cada contexto aporte





desde sus competencias: la escuela puede ajustar estrategias pedagógicas, la familia proporcionar información y sostener determinadas rutinas, y otros profesionales intervenir cuando sea necesario. La coordinación permite complementar las actuaciones sin trasladar toda la responsabilidad a una única parte.

La comunidad amplía esta alianza educativa. Kelty y Wakabayashi (2020) incorporan expresamente la perspectiva comunitaria al involucramiento escolar, situando la educación dentro de una red más amplia de relaciones y recursos. Las escuelas pueden conectar a las familias con oportunidades culturales, sociales y educativas; mientras la comunidad puede proporcionar experiencias que complementen la enseñanza formal y amplíen las posibilidades de familias con recursos limitados. El estudio de Blanco Varela (2024) permite vincular esta integración con la inclusión escolar desde la educación inicial. La pertenencia familiar a la comunidad educativa favorece la confianza, la expresión de preocupaciones y el intercambio de información, y puede influir positivamente en la manera en que el estudiante percibe la institución. Para construir esa pertenencia es indispensable reconocer la diversidad familiar y evitar prácticas que presupongan una única estructura o distribución de responsabilidades, identificando a las figuras que efectivamente participan en el cuidado y acompañamiento educativo.

Álvarez-Gallego et al. (2021); Blanco y Umayahara (2004); Gubbins et al. (2023); y Meza-Rodríguez y Trimiño-Quiala (2020) permiten comprender la participación familiar como un proceso multidimensional, dinámico y condicionado por las circunstancias de cada familia. Kelty y Wakabayashi (2020); Otero-Mayer et al. (2026); y Pedraza et al. (2017) amplían esta perspectiva al situar familia, escuela y comunidad como contextos relacionados con la formación. Desde esta mirada, la participación más significativa no es necesariamente la más intensa o visible, sino aquella que contribuye de manera pertinente al aprendizaje, bienestar y desarrollo

del estudiante. Esta concepción permite superar indicadores limitados de presencia y avanzar hacia una corresponsabilidad basada en comunicación, reconocimiento mutuo y complementariedad.

Hidalgo-Ocampo et al. (2025); y Llor García et al. (2026) incorporan la relación entre entorno familiar y rendimiento escolar, aunque esta debe situarse dentro de una concepción más amplia del desarrollo. Blanco Varela (2024); Fernández Cerero et al. (2024); y Perrigo et al. (2024) permiten integrar inclusión, diversidad y desarrollo holístico, mostrando que la trayectoria educativa comprende también bienestar emocional, relaciones, participación, autonomía y reconocimiento de fortalezas. Hernández Pulido y Pineda Castillo (2023); y Jiménez Ramírez et al. (2024) evidencian que las posibilidades de acompañamiento dependen de circunstancias familiares y sociales concretas; mientras Esquivel García et al. (2025) muestra la posibilidad de fortalecer las capacidades familiares en etapas posteriores de la escolarización. En consecuencia, una alianza educativa efectiva requiere reconocer las diferencias entre familias, adaptar las formas de participación y articular los recursos del hogar, la escuela y la comunidad en favor del desarrollo integral del estudiante.

Desde esta perspectiva, una relación familia-escuela de calidad necesita abandonar dos extremos igualmente problemáticos: considerar que la educación corresponde exclusivamente a la escuela o trasladar a las familias responsabilidades que pertenecen a los profesionales y al sistema educativo. La corresponsabilidad se encuentra entre ambos extremos. La familia puede crear condiciones para aprender, acompañar emocionalmente, transmitir expectativas, organizar rutinas y mantenerse disponible; la escuela debe garantizar oportunidades educativas, prácticas inclusivas, comunicación accesible y respuestas pedagógicas adecuadas. Ambas pueden intercambiar información y construir estrategias cuando una necesidad atraviesa los dos contextos, pero ninguna debería utilizar la idea de



corresponsabilidad para descargar sus propias funciones sobre la otra.

El desarrollo integral constituye el criterio que permite orientar esta relación. Si la finalidad fuera únicamente elevar el rendimiento inmediato, determinadas formas intensivas de control podrían parecer eficaces. Sin embargo, cuando se considera el desarrollo a largo plazo, adquieren importancia autonomía, bienestar, responsabilidad, capacidad para afrontar errores y participación activa del estudiante. El acompañamiento educativo necesita contribuir a estas competencias. La familia debe poder estar presente sin ocupar permanentemente el lugar del estudiante y la escuela debe proporcionar apoyo sin reducirlo a receptor pasivo de decisiones adultas. Conforme avanza el desarrollo, su voz necesita adquirir un peso creciente dentro de la alianza educativa.

Familia y escuela constituyen contextos diferentes pero interdependientes dentro de la trayectoria educativa. Su relación alcanza mayor potencial cuando se construye desde comunicación, confianza, reconocimiento de la diversidad, accesibilidad y claridad de responsabilidades. Acompañar no significa vigilar permanentemente, participar no significa estar físicamente presente en todas las actividades y corresponsabilizarse no significa realizar las mismas funciones. El valor de la alianza reside en su capacidad para articular recursos diferentes alrededor de las necesidades del estudiante y transformarse conforme este adquiere nuevas competencias. Cuando la familia puede apoyar sin sustituir, la escuela puede orientar sin excluir y el estudiante participa progresivamente en las decisiones relacionadas con su aprendizaje, la relación educativa deja de funcionar únicamente como mecanismo de supervisión y se convierte en un verdadero espacio de desarrollo.

Así entendida, la cooperación entre familia y escuela posee un alcance mucho mayor que la mejora de las calificaciones. Puede favorecer continuidad entre contextos, detección temprana de dificultades, inclusión, seguridad emocional, participación y

construcción progresiva de autonomía. Su propósito último no consiste en producir estudiantes dependientes de una coordinación constante entre adultos, sino personas capaces de apropiarse gradualmente de su aprendizaje, relacionarse con otros, utilizar apoyos cuando los necesitan y participar activamente en su trayectoria educativa. La fortaleza de la alianza familia-escuela se expresa precisamente cuando el acompañamiento recibido permite necesitar cada vez menos supervisión y disponer, al mismo tiempo, de vínculos suficientemente sólidos para saber dónde encontrar orientación cuando resulte necesaria. En esa combinación entre presencia, confianza y autonomía se encuentra una de las contribuciones más importantes que familia y escuela pueden realizar conjuntamente al desarrollo integral.

3.4. Adolescencia, identidad y construcción de la autonomía

La adolescencia constituye una etapa de profunda reorganización en la relación de la persona con su familia y el entorno social. Los cambios no se limitan a la maduración física, sino que afectan la manera de pensar, sentir, relacionarse, interpretar la autoridad y construir la propia identidad. El adolescente reclama mayores espacios de decisión, amplía sus relaciones fuera del núcleo familiar, cuestiona normas y desarrolla criterios propios sobre sus preferencias, valores y proyectos. Esta diferenciación puede generar tensiones, pero no implica necesariamente un debilitamiento del vínculo. En condiciones favorables, representa una transformación de la relación entre padres e hijos, en la que la dependencia de etapas anteriores da paso a una autonomía creciente que necesita ser acompañada y reconocida.

Comprender este proceso exige una perspectiva evolutiva. La autonomía adolescente no aparece repentinamente, sino que se construye sobre capacidades desarrolladas desde la infancia, como identificar emociones, regular impulsos, relacionarse con otros, tomar decisiones y afrontar dificultades. Darling-Churchill y Lippman (2016) destacan la



importancia del desarrollo social y emocional durante los primeros años y de competencias que posteriormente participan en formas más complejas de adaptación. Desde esta perspectiva, la adolescencia constituye una etapa en la que capacidades previamente adquiridas se reorganizan frente a nuevas demandas personales, familiares y sociales.

La familia ocupa una posición decisiva en esta continuidad. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2021), organismo de las Naciones Unidas dedicado a la protección y promoción de los derechos, el bienestar y el desarrollo de niños y adolescentes, subraya la importancia del entorno familiar y de contextos protectores capaces de proporcionar cuidado y estabilidad. Esta necesidad no desaparece con el crecimiento, sino que cambia de forma. El adolescente ya no requiere el mismo tipo de protección que un niño pequeño, pero continúa necesitando seguridad emocional, orientación, acompañamiento y adultos disponibles que, al mismo tiempo, reconozcan su creciente capacidad de decisión.

Esta continuidad permite evitar la oposición entre autonomía y vínculo. Una mayor independencia no significa que el adolescente deba necesitar menos a su familia, sino que cambia la manera de relacionarse con ella. Puede desarrollar criterios propios, tomar decisiones, ampliar sus relaciones y desenvolverse en nuevos espacios mientras conserva vínculos familiares significativos. El desafío consiste en transformar la relación para que pueda sostener la independencia sin interpretar la diferenciación como abandono. La autonomía debe entenderse, por tanto, como una capacidad progresiva para gobernar aspectos crecientes de la propia vida, tomar decisiones, asumir responsabilidades, evaluar consecuencias, expresar desacuerdos, regular emociones y solicitar ayuda cuando sea necesaria.

Esta concepción permite diferenciar autonomía de autosuficiencia. La autonomía no equivale a hacer lo que se desea, prescindir de toda supervisión o dejar

de necesitar a los demás. Las personas se desarrollan dentro de redes de interdependencia y recurren a otras para obtener apoyo emocional, orientación, cooperación y cuidado. La tarea evolutiva de la adolescencia consiste en modificar la forma de esa dependencia: el adolescente necesita dejar de ser dirigido permanentemente desde fuera y participar cada vez más en la regulación de su conducta y sus decisiones, conservando al mismo tiempo la posibilidad de recurrir a su familia cuando necesita apoyo.

Las bases emocionales de la autonomía comienzan a construirse desde etapas tempranas. Heras Sevilla et al. (2016), al estudiar las competencias emocionales durante la infancia, destacan la importancia de reconocer, comprender y regular las emociones como parte del desarrollo. Durante la adolescencia, estas capacidades adquieren especial relevancia porque las decisiones se producen en un contexto de experiencias emocionales intensas, nuevas relaciones, mayor preocupación por la aceptación social y crecientes oportunidades para actuar sin supervisión adulta directa. La regulación emocional se convierte así en una condición importante de la autonomía, pues elegir no consiste únicamente en disponer de alternativas, sino también en valorar consecuencias frente a emociones intensas, presión social o deseos inmediatos. Una autonomía entendida exclusivamente como libertad de elección resulta incompleta si no se acompaña de capacidades para afrontar frustraciones, reconocer riesgos y revisar decisiones.

Henao López y García Vesga (2009) destacan la relación entre interacción familiar y desarrollo emocional durante la infancia. La familia constituye uno de los primeros espacios donde se aprende a interpretar emociones, expresar malestar, tolerar límites y responder ante conflictos. Estas experiencias no determinan de manera irreversible la conducta posterior, pero proporcionan recursos que pueden adquirir nuevos significados durante la adolescencia. De manera semejante, Wang (2023) analiza la influencia del entorno familiar temprano sobre el





desarrollo psicológico, emocional y social infantil. Esta perspectiva permite situar la autonomía dentro de una trayectoria evolutiva: la confianza para explorar, la capacidad de relacionarse y la percepción de apoyo disponible pueden favorecer una independencia creciente que no necesite construirse mediante una ruptura con la familia.

La construcción de la identidad constituye otro proceso central de esta etapa. Durante la adolescencia, la persona integra características personales, pertenencias sociales, relaciones, aspiraciones, valores y experiencias dentro de una representación progresivamente más elaborada de sí misma. Esta identidad no surge de manera aislada, sino mediante la interacción entre la historia familiar, la escuela, los grupos de pares, la cultura, los entornos digitales y las decisiones personales. La familia proporciona algunos de los primeros referentes mediante relatos, expectativas, valores, normas y modelos adultos; sin embargo, durante la adolescencia estos comienzan a examinarse críticamente. El joven puede mantener determinadas creencias familiares, modificar otras y rechazar algunas, proceso que no debería interpretarse automáticamente como falta de respeto o pérdida de valores, sino como parte de la construcción de un criterio propio.

Sandoval Ortiz (2022), al estudiar el impacto del entorno social y familiar en el desarrollo de la personalidad durante los primeros años, permite comprender que la construcción personal se encuentra vinculada desde el inicio a los contextos de interacción. Durante la adolescencia, estas influencias se diversifican: la familia continúa siendo relevante, pero profesores, amistades, compañeros, comunidades y medios digitales adquieren mayor presencia en la construcción del autoconcepto, la pertenencia y la identidad. Las amistades ganan intimidad, la aceptación de los pares adquiere mayor importancia y aparecen nuevos espacios de relación y pertenencia. La familia necesita adaptarse, por tanto, a que una parte creciente de la

vida del adolescente transcurra en contextos que ya no controla directamente.

Esta transformación puede generar inseguridad en los adultos. Pretender mantener el mismo nivel de control propio de la infancia puede intensificar los conflictos y obstaculizar el desarrollo de responsabilidad; mientras abandonar toda supervisión puede dejar al adolescente sin orientación suficiente. La función familiar necesita desplazarse progresivamente desde el control directo hacia una supervisión sustentada en comunicación, acuerdos y confianza. Confiar no significa asumir que el adolescente siempre elegirá correctamente, sino reconocer sus capacidades crecientes y ofrecer oportunidades para ejercitarlas dentro de márgenes razonables de seguridad. Cuando cada error provoca una retirada completa de autonomía, se reducen las oportunidades para demostrar aprendizaje; cuando ningún error modifica los límites, se debilita la relación entre libertad y responsabilidad.

Por ello, la autonomía puede entenderse como una transferencia progresiva de responsabilidad. Durante la infancia, numerosas decisiones corresponden directamente a los adultos; conforme aumentan las capacidades del hijo, determinadas decisiones pueden compartirse y posteriormente transferirse. Horarios, organización del estudio, administración del dinero, actividades recreativas, amistades, movilidad, cuidado personal y uso del tiempo pueden convertirse progresivamente en ámbitos de participación autónoma. La velocidad de esta transferencia no depende únicamente de la edad cronológica, sino también de las competencias demostradas y de las características de cada decisión. La familia cumple entonces una función de acompañamiento más que de sustitución: ayudar a valorar alternativas, anticipar consecuencias y buscar información favorece el razonamiento sin decidir sistemáticamente por el adolescente.

Esta diferencia entre orientar y sustituir adquiere especial importancia en las decisiones académicas y vocacionales. A medida que se aproxima la adultez,





el adolescente comienza a formular proyectos relacionados con educación, trabajo y estilo de vida. Las familias pueden aportar experiencia, información y recursos, pero convertir sus expectativas en decisiones cerradas puede dificultar la apropiación personal del proyecto y limitar la exploración de intereses propios. La implicación familiar puede desempeñar un papel positivo cuando favorece participación y compromiso sin anular autonomía. Martínez-Yarza et al. (2024) estudiaron el impacto de la implicación familiar sobre el desarrollo socioemocional de los estudiantes y el papel mediador del compromiso escolar. Su investigación permite comprender que familia y escuela no constituyen ámbitos independientes y que la participación familiar puede relacionarse con procesos socioemocionales a través de la manera en que los estudiantes se vinculan con su experiencia educativa.

El acompañamiento académico no equivale a controlar cada calificación ni realizar las tareas del hijo. Una implicación familiar orientada al desarrollo supone interesarse por el aprendizaje, ofrecer condiciones para estudiar, reconocer esfuerzos, conversar sobre dificultades y favorecer que el estudiante asuma progresivamente responsabilidad sobre su trayectoria. El objetivo es contribuir a que el adolescente aprenda a organizarse, tomar decisiones y solicitar ayuda cuando la necesita, evitando prolongar una dependencia académica innecesaria. El entorno social adquiere igualmente mayor importancia. Sánchez et al. (2024) destacan el impacto del contexto social sobre el desarrollo socioemocional en edades preescolares. Aunque su estudio corresponde a una etapa anterior, permite establecer una continuidad conceptual: el desarrollo socioemocional ocurre dentro de redes de interacción que durante la adolescencia se amplían considerablemente y otorgan al grupo de pares una presencia creciente.

Las amistades permiten experimentar formas de intimidad, reciprocidad, cooperación, lealtad, conflicto y pertenencia diferentes de las relaciones

más verticales propias de la infancia. En ellas, el adolescente negocia con personas que poseen un poder relativamente semejante al suyo, lo que favorece el desarrollo de habilidades sociales y contribuye a la construcción de identidad y autonomía. La familia puede acompañar estas relaciones mediante una supervisión razonable, interesándose por las personas significativas para el adolescente y permaneciendo atenta a posibles situaciones de riesgo. Sin embargo, descalificar sistemáticamente sus amistades puede resultar contraproducente si el joven interpreta que también se cuestiona su capacidad de elección. La comunicación resulta más útil cuando permite comprender qué encuentra en esas relaciones y cuáles son las dinámicas que considera valiosas.

Esto no significa que los adultos deban permanecer pasivos ante relaciones claramente perjudiciales. La autonomía adolescente continúa desarrollándose dentro de responsabilidades parentales de protección y, cuando existen riesgos significativos, la intervención resulta necesaria. Esta debe ser proporcional, explicada y orientada a la seguridad, evitando convertir cualquier diferencia de criterio en una situación de peligro. Al mismo tiempo, la construcción de identidad requiere oportunidades de exploración. El adolescente prueba formas de vestir, intereses, actividades, grupos, ideas y proyectos que pueden mantenerse o modificarse. Esta variabilidad forma parte de la exploración previa a la consolidación de elecciones, por lo que la familia puede funcionar como una base estable desde la cual experimentar posibilidades dentro de márgenes razonables de seguridad.

La aceptación familiar desempeña un papel importante en este proceso. Aceptar no significa aprobar cada conducta o decisión, sino preservar la dignidad y la continuidad del vínculo aun cuando existan desacuerdos. El adolescente necesita experimentar que puede diferenciarse sin que cada discrepancia amenace su pertenencia. La identidad se desarrolla también mediante el reconocimiento de sus cambios, por lo que los adultos necesitan actualizar la imagen que





mantienen del joven y evitar definirlo exclusivamente a partir de características o errores de etapas anteriores. Reconocer nuevas capacidades, responsabilidades y formas de pensar comunica que su desarrollo está siendo observado y valorado. Este reconocimiento incluye la posibilidad de equivocarse, pues construir autonomía supone asumir riesgos razonables y aprender de decisiones imperfectas. La protección saludable no consiste en impedir cualquier fracaso, sino en distinguir entre aquellos riesgos que pueden favorecer el aprendizaje y los que comprometen seriamente la seguridad.

El entorno familiar temprano puede influir en los recursos con los que posteriormente se afrontan estos desafíos. Gavilanes Laines et al. (2025) destacan la influencia del entorno familiar sobre el desarrollo emocional en niños preescolares; mientras que Lara-Montero et al. (2025) analizan la influencia de la familia sobre el desarrollo socioemocional durante la educación inicial. Ambos trabajos se sitúan antes de la adolescencia, por lo que no constituyen evidencia directa sobre esta etapa; su relevancia reside en mostrar que la adolescencia se construye sobre una historia previa de aprendizaje emocional y social. El adolescente no comienza desde cero a desarrollar confianza, comunicación, autorregulación o convivencia, sino que llega a esta etapa con una trayectoria familiar acumulada. Estas experiencias pueden proporcionar recursos importantes, pero no determinan de manera irreversible el desarrollo posterior, ya que la adolescencia también ofrece oportunidades para reorganizar relaciones y adquirir nuevas capacidades.

Giler Cedeño et al. (2023); y Mendoza-Intriago y Toala-Suárez (2024) destacan igualmente la influencia familiar en el desarrollo social durante la infancia. Desde una perspectiva evolutiva, estas contribuciones permiten comprender que las competencias necesarias para la autonomía se desarrollan progresivamente. Compartir, cooperar, expresar necesidades, comprender normas y resolver diferencias son aprendizajes tempranos que

adquieren mayor complejidad durante la adolescencia, cuando aumentan las relaciones independientes y los espacios de decisión.

El tránsito hacia la autonomía exige también redefinir la autoridad. Durante la infancia, buena parte de la legitimidad parental descansa en las necesidades de cuidado y protección; durante la adolescencia, esa autoridad necesita incorporar progresivamente explicación, negociación y reconocimiento de capacidades. Una norma aceptada sin discusión durante la infancia puede ser cuestionada posteriormente, lo que no significa necesariamente que sea incorrecta, sino que su legitimidad comienza a requerir argumentos comprensibles para una persona que desarrolla criterios propios. Las familias pueden experimentar este cambio como pérdida de control, pero el objetivo evolutivo no debería ser conservar indefinidamente una obediencia infantil. Una de las metas de la crianza consiste precisamente en que las normas externas se transformen progresivamente en criterios internos y que el adolescente comprenda las razones que sustentan determinadas conductas responsables.

La negociación familiar adquiere así una función educativa. Negociar no significa someter todas las decisiones a votación ni atribuir idénticas responsabilidades a padres e hijos. Existen situaciones en las que los adultos deben establecer límites debido a sus obligaciones de protección; sin embargo, incluso entonces es posible escuchar, explicar las razones y revisar determinadas condiciones. La autonomía y la responsabilidad necesitan crecer conjuntamente: aumentar la libertad sin incrementar responsabilidad puede dificultar la autorregulación; mientras aumentar responsabilidades sin conceder autonomía puede generar una experiencia de control injusto. El equilibrio consiste en ampliar progresivamente los espacios de decisión conforme aumentan las capacidades y se cumplen los acuerdos.

La toma de decisiones constituye uno de los principales escenarios para este aprendizaje.



Decidir implica considerar alternativas, anticipar consecuencias, reconocer preferencias y asumir resultados. Situaciones cotidianas como elegir actividades, administrar recursos, organizar horarios o resolver dificultades escolares permiten ejercitar estas capacidades. El acompañamiento familiar debe ajustarse a la importancia y reversibilidad de cada decisión, pues no requiere el mismo nivel de intervención elegir una actividad recreativa que abandonar los estudios o participar en una conducta de alto riesgo. Esta diferenciación evita dos extremos: el control total, que comunica falta de confianza en las capacidades del adolescente; y la retirada prematura, que puede dejarlo solo frente a situaciones para las que todavía necesita orientación. La autonomía saludable se desarrolla en un espacio intermedio de libertad creciente y apoyo disponible.

El acompañamiento requiere también saber escuchar. Durante la adolescencia, los adultos pueden convertir cada conversación en una oportunidad para corregir, advertir o aconsejar y, cuando esto ocurre sistemáticamente, el joven puede reducir la información que comparte. Escuchar antes de intervenir permite comprender qué necesita en cada momento, pues algunas veces buscará orientación y otras simplemente necesitará expresar una experiencia. La supervisión familiar no debería aspirar a conocer absolutamente todo, sino a mantener un vínculo suficientemente seguro para que el adolescente pueda recurrir a los adultos cuando una situación supera sus recursos. Una familia puede desconocer numerosos detalles cotidianos y conservar, al mismo tiempo, una relación de confianza que facilite la búsqueda de ayuda ante dificultades importantes.

La salud mental de los cuidadores constituye otra dimensión de esta trayectoria. Honda et al. (2023), mediante una revisión sistemática y metaanálisis centrados en niños de 24 a 59 meses de países de ingresos bajos y medios, encontraron relaciones relevantes entre la salud mental parental y el desarrollo socioemocional infantil. Aunque esta evidencia

corresponde a la primera infancia y no debe trasladarse directamente a la adolescencia, permite comprender que las condiciones emocionales de los cuidadores forman parte del entorno de desarrollo. Durante la adolescencia, la creciente independencia del hijo puede despertar en los progenitores temor, nostalgia, preocupación o sensación de pérdida de control. La manera en que los adultos regulan estas emociones influye en su capacidad para acompañar la autonomía sin interpretarla como una amenaza personal.

La transición adolescente modifica, por tanto, a toda la familia y no únicamente al hijo. Los padres necesitan abandonar gradualmente determinadas funciones y desarrollar otras: pasar de resolver a orientar, de vigilar directamente a confiar y de decidir unilateralmente a negociar determinados asuntos. También deben aceptar que el adolescente necesita espacios legítimos de privacidad. Respetarlos no equivale a renunciar a la responsabilidad parental, sino a reconocer que la construcción de identidad requiere ámbitos físicos, comunicativos y emocionales propios. La supervisión debería responder a riesgos razonables y no a una expectativa de acceso irrestricto a toda la vida personal. Confianza y privacidad mantienen, además, una relación recíproca: cuando los adultos respetan límites razonables, puede aumentar la disposición del adolescente a compartir voluntariamente información; mientras utilizar sistemáticamente esa información como instrumento de control puede favorecer la ocultación.

Los problemas familiares pueden afectar esta trayectoria. Rodríguez Ramos y Marcana Molano (2025) analizan el impacto de problemas familiares sobre el desarrollo integral de niños de cuatro a cinco años. Aunque nuevamente se trata de una etapa anterior, sus aportes recuerdan que el desarrollo ocurre dentro de un clima familiar y que los conflictos persistentes, la inestabilidad o el deterioro relacional pueden afectar las condiciones de seguridad necesarias para explorar el entorno. Durante la adolescencia, una mayor independencia aparente no significa indiferencia





ante las tensiones familiares. El joven puede pasar más tiempo con sus pares y continuar afectado por conflictos entre sus progenitores, problemas económicos, enfermedades u otros cambios familiares. La familia necesita informar y hacer partícipe al adolescente de manera acorde con sus capacidades, sin convertirlo en responsable de problemas adultos. Ocultar completamente dificultades evidentes puede aumentar la incertidumbre; mientras depositar sobre él responsabilidades que corresponden a los adultos puede generar una carga inapropiada.

La autonomía también se construye mediante responsabilidades domésticas y participación en decisiones familiares. El adolescente que contribuye al funcionamiento del hogar puede experimentar que ocupa un lugar activo dentro de la familia, siempre que estas responsabilidades sean proporcionales y compatibles con su educación, descanso y vida social. Esta participación permite comprender la autonomía no solo como derecho a recibir libertad, sino también como capacidad para asumir compromisos y consecuencias. La identidad moral se desarrolla dentro de este proceso, pues durante la adolescencia las normas familiares comienzan a examinarse con mayor sentido crítico. Preguntar por qué existe una regla, si es justa o si se aplica de manera coherente puede resultar incómodo para los adultos, pero también favorece el tránsito desde una moral centrada en la obediencia hacia una comprensión más reflexiva de la responsabilidad.

La coherencia adulta resulta especialmente importante porque los adolescentes poseen mayor capacidad para identificar contradicciones entre los valores declarados y las conductas observadas. Exigir respeto mediante la descalificación o reclamar responsabilidad mientras los propios adultos incumplen acuerdos puede deteriorar la legitimidad parental. La influencia familiar continúa siendo relevante, aunque se vuelve menos directa: durante la infancia puede expresarse mediante instrucciones; mientras en la adolescencia opera también mediante valores interiorizados, calidad

del vínculo y modelos observados. Torres García et al. (2025), desde un análisis documental sobre la familia como factor en el desarrollo socioemocional infantil, refuerzan la importancia del entorno familiar como contexto para adquirir recursos emocionales y sociales. Aunque su análisis se centra en la infancia, permite comprender por qué muchas herramientas utilizadas posteriormente por el adolescente se han desarrollado mediante interacciones anteriores.

Jones y Lombardi (2022) sostienen igualmente la importancia de construir bases sólidas de desarrollo social y emocional durante los primeros años. Estas bases no determinan el desarrollo posterior, pero proporcionan recursos sobre los cuales se incorporan nuevas experiencias, capacidades y relaciones. Esta perspectiva evita dos extremos: considerar que todo queda determinado durante la primera infancia o interpretar la adolescencia como una ruptura completa con el desarrollo anterior. Existe continuidad y transformación, pues las experiencias tempranas influyen, pero las relaciones posteriores, la escuela, los pares y las propias decisiones introducen nuevas posibilidades. La capacidad de agencia adquiere precisamente mayor importancia durante esta etapa. El adolescente no es únicamente receptor de influencias familiares y sociales, sino que selecciona relaciones, interpreta experiencias, cuestiona mensajes y toma decisiones que también modifican su entorno.

La familia necesita reconocer esta agencia sin abandonar sus responsabilidades de protección. Cuando el adolescente es tratado exclusivamente como objeto de cuidado, puede intensificarse su necesidad de demostrar independencia; reconocerlo como participante activo permite incorporar progresivamente su perspectiva y revisar las normas según las capacidades demostradas. La autonomía emocional forma parte de este proceso y supone desarrollar una relación con los progenitores en la que las opiniones y decisiones propias no dependan completamente de su aprobación inmediata. Una familia que interpreta cualquier desacuerdo como





deslealtad puede dificultar esta diferenciación; mientras los vínculos suficientemente seguros permiten expresar perspectivas distintas sin perder el sentido de pertenencia. La identidad se beneficia de este equilibrio: el joven necesita reconocer de dónde procede y, al mismo tiempo, disponer de espacio para decidir hacia dónde quiere dirigirse.

Las relaciones con los pares participan intensamente en esta reorganización. El adolescente compara las normas y valores de su familia con los de otras personas y descubre que algunas prácticas consideradas universales son particulares de su hogar. Esta comparación puede generar cuestionamientos, pero también favorecer una elección más consciente de determinados valores familiares. El entorno digital amplía estas posibilidades de interacción y comparación. Aunque las fuentes proporcionadas no analizan específicamente la identidad digital adolescente, los espacios sociales contemporáneos exceden ampliamente el contacto presencial, lo que incrementa la importancia de desarrollar criterio ante contextos que la familia no controla directamente. La respuesta familiar no puede limitarse a la prohibición: la protección necesita acompañarse de educación para evaluar información, reconocer riesgos, establecer límites personales y tomar decisiones responsables.

La toma de decisiones en las relaciones sociales constituye otro ámbito relevante. Elegir amistades, iniciar relaciones afectivas, establecer límites y responder a presiones grupales requiere competencias emocionales y sociales. Los fundamentos estudiados por Darling-Churchill y Lippman (2016); Henao López y García Vesga (2009); y Heras Sevilla et al. (2016) ayudan a comprender que estas capacidades poseen una historia evolutiva previa, aunque durante la adolescencia deben aplicarse a situaciones nuevas. La presión de los pares puede adquirir especial importancia debido a la necesidad de pertenencia, por lo que la familia puede fortalecer la capacidad decisoria ayudando a distinguir entre pertenecer a un grupo y someterse a sus exigencias. Las experiencias

familiares de reconocimiento pueden contribuir a que la aceptación externa sea importante sin convertirse en la única fuente de valoración personal.

Gavilanes Laines et al. (2025); y Lara-Montero et al. (2025) sitúan el entorno familiar como un componente importante del desarrollo socioemocional temprano. Estas fuentes no permiten establecer relaciones causales directas con resultados específicos durante la adolescencia, pero muestran antecedentes evolutivos relevantes para comprender las experiencias posteriores de reconocimiento y valoración social. La investigación de Martínez-Yarza et al. (2024) proporciona un puente más próximo al ámbito estudiantil al mostrar la importancia de la implicación familiar y el compromiso escolar para el desarrollo socioemocional. Familia y escuela pueden funcionar como contextos complementarios cuando la participación adulta acompaña sin sustituir la responsabilidad del estudiante. Una implicación excesivamente controladora puede limitar la autorregulación; mientras una retirada completa puede dejar dificultades sin detectar.

El mismo principio se aplica a la resolución de problemas. Durante la adolescencia conviene ampliar el espacio para que el joven intente resolver determinadas dificultades antes de que intervengan los adultos, manteniendo estos su disponibilidad para orientar o actuar cuando la gravedad lo requiera. La tolerancia parental al error adquiere aquí especial importancia. Aunque los adultos pueden anticipar problemas gracias a su experiencia, impedir cualquier decisión imperfecta limita oportunidades de aprendizaje cuando los riesgos son razonables. La autonomía económica básica constituye un ejemplo: administrar una cantidad limitada de dinero permite aprender planificación, prioridades y consecuencias. Algo similar ocurre con la organización del tiempo, pues los horarios pueden pasar progresivamente de ser establecidos por los adultos a ser negociados y posteriormente autogestionados. Los límites pueden ampliarse cuando se demuestra responsabilidad y





ajustarse cuando aparecen dificultades significativas, manteniendo una relación dinámica entre libertad y capacidad.

La familia debe evitar también comparaciones constantes entre hermanos o con otros adolescentes, pues la autonomía se desarrolla a ritmos diferentes y en ámbitos distintos. Comparar puede convertir el desarrollo en competencia y dificultar la construcción de una identidad propia. Las expectativas necesitan considerar capacidades y trayectorias individuales. A medida que aumenta la edad, el adolescente también requiere mayor participación en las decisiones que afectan directamente su vida. Ser escuchado no significa poseer siempre la decisión final, pero sí recibir explicaciones y comprobar que su perspectiva es considerada. La familia puede funcionar, así como un espacio de aprendizaje de negociación, responsabilidad, respeto por perspectivas diferentes y construcción de acuerdos.

El desarrollo socioemocional descrito por Giler Cedeño et al. (2023); Mendoza-Intriago y Toala-Suárez (2024); y Torres García et al. (2025) permite comprender la importancia de estos aprendizajes relacionales desde etapas tempranas. Durante la adolescencia aumenta su complejidad porque las interacciones dejan de estar predominantemente reguladas por adultos y el joven necesita utilizar recursos propios en contextos con menor supervisión familiar. La autonomía puede entenderse, por ello, simultáneamente como resultado de aprendizajes anteriores y como proceso que continúa desarrollándose mediante nuevas experiencias. Cada decisión asumida, responsabilidad cumplida, conflicto resuelto o error elaborado puede ampliar las competencias necesarias para gestionar la propia vida.

El acompañamiento familiar necesita respetar esta gradualidad. Exigir autonomía completa demasiado pronto puede resultar tan problemático como impedirla cuando existen capacidades suficientes. La cuestión relevante no consiste únicamente en determinar si el adolescente es autónomo, sino en identificar en qué

ámbitos puede actuar independientemente, en cuáles necesita orientación y en cuáles todavía requiere límites claros. Estas diferencias pueden coexistir en una misma persona: un adolescente puede mostrar gran responsabilidad académica y mayores dificultades en determinadas relaciones, organizar eficazmente su tiempo y tomar decisiones económicas impulsivas. La autonomía no avanza uniformemente en todos los ámbitos, por lo que las normas y los espacios de decisión necesitan adaptarse a las competencias demostradas y reconocer los progresos reales.

El bienestar emocional de la familia continúa siendo relevante durante esta transición. Honda et al. (2023) muestran en primera infancia una asociación entre salud mental parental y desarrollo socioemocional infantil. Aunque sus resultados no deben extrapolarse directamente a adolescentes, aportan una perspectiva sistémica relevante: el desarrollo de cada integrante ocurre dentro de relaciones influidas por el estado emocional y los recursos de los demás. El estrés intenso de los progenitores puede favorecer respuestas de mayor irritabilidad, control o retirada ante la búsqueda de autonomía; mientras las dificultades adolescentes pueden incrementar el estrés adulto. Por ello, acompañar esta transición puede requerir también fortalecer los recursos parentales.

La familia no necesita afrontar sola todas las dificultades. La escuela, la comunidad, los servicios sociales y los profesionales pueden complementar el acompañamiento cuando los problemas superan los recursos familiares. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2021), organismo de las Naciones Unidas encargado de promover y proteger los derechos, el bienestar y el desarrollo de niños y adolescentes, destaca la importancia de contextos familiares capaces de sostener el desarrollo. Sin embargo, las familias también necesitan condiciones sociales que les permitan cumplir esta función. El acompañamiento adolescente depende de tiempo, recursos, estabilidad y redes de apoyo, especialmente en contextos de vulnerabilidad. Las posibilidades de





desarrollar autonomía varían según las oportunidades educativas, la seguridad del entorno, los recursos económicos y el acceso a espacios comunitarios; por ello, las decisiones juveniles deben comprenderse dentro de la interacción entre características individuales, relaciones familiares y condiciones sociales.

La identidad también se construye dentro de estas posibilidades. Los proyectos personales dependen parcialmente de aquello que el adolescente percibe como alcanzable, y la familia puede ampliar horizontes mediante expectativas de crecimiento, experiencias y apoyo, procurando que estas expectativas no ignoren sus intereses o circunstancias. El reconocimiento de capacidades resulta especialmente importante: comunicar una confianza realista permite que el adolescente se perciba capaz de afrontar desafíos sin confundir apoyo con sobreprotección ni confianza con exigencia de éxito permanente. Los errores forman parte del proceso de autonomía y no deberían transformarse en etiquetas personales. Una decisión equivocada puede revisarse y una meta puede modificarse sin que ello defina permanentemente la identidad del joven.

La construcción identitaria requiere precisamente libertad para cambiar. Durante la adolescencia, intereses y proyectos pueden modificarse como parte de la exploración personal. La familia puede acompañar este proceso mediante preguntas y escucha, evitando interpretar automáticamente cada cambio como un problema. Al mismo tiempo, necesita diferenciar las transformaciones evolutivas esperables de aquellas situaciones que requieren mayor atención. La autonomía no debe utilizarse como argumento para ignorar un deterioro significativo del bienestar. La función protectora familiar permanece, pero cambia de forma: durante la infancia se apoya principalmente en presencia y regulación directa; mientras en la adolescencia depende cada vez más de la comunicación, la educación para decidir, una

supervisión proporcionada y la disponibilidad para intervenir cuando sea necesario.

La evidencia sobre desarrollo temprano aportada por Henao López y García Vesga (2009); Heras Sevilla et al. (2016); y Wang (2023) permite comprender que competencias emocionales y sociales fundamentales poseen una trayectoria previa. Estas fuentes no estudian directamente la autonomía adolescente, pero ayudan a explicar las bases sobre las cuales posteriormente se construyen procesos más complejos de identidad, decisión e independencia. Del mismo modo, los trabajos de Gavilanes Laines et al. (2025); Mendoza-Intriago y Toala-Suárez (2024); y Torres García et al. (2025) se concentran fundamentalmente en la infancia y el desarrollo socioemocional. Su utilización en este epígrafe debe entenderse como fundamento evolutivo y no como evidencia específica sobre adolescencia.

Martínez-Yarza et al. (2024) permiten conectar esta trayectoria con el contexto educativo al mostrar la relación entre implicación familiar, compromiso escolar y desarrollo socioemocional. Su aportación refuerza la idea de que el papel de la familia no desaparece cuando aumenta la independencia del estudiante, sino que se transforma. La implicación deja progresivamente de consistir en hacer o decidir por el hijo y se orienta a crear condiciones para que asuma mayor responsabilidad. Acompañar significa entonces estar disponible sin invadir, preguntar sin interrogar, aconsejar sin imponer permanentemente, establecer límites cuando son necesarios y ampliarlos cuando las capacidades lo permiten. Este equilibrio depende de las características del adolescente, la familia y las circunstancias.

La identidad y la autonomía se fortalecen cuando el adolescente percibe que su voz tiene consecuencias reales. Considerar su opinión no significa aceptar siempre sus propuestas, sino incorporarlas al razonamiento y explicar las decisiones adoptadas. De esta manera aprende que participar tampoco equivale a obtener siempre lo deseado y que la libertad individual debe convivir con responsabilidades





compartidas. La construcción de independencia exige también aprender a solicitar ayuda. Reconocer los propios límites y movilizar recursos constituye una competencia, no una negación de la autonomía. El adolescente necesita saber que recurrir temporalmente al apoyo familiar ante una situación nueva no cancela los avances alcanzados, pues la autonomía no se desarrolla de manera completamente lineal.

La familia puede facilitar este proceso mediante expectativas y acuerdos claros sobre horarios, estudio, convivencia, recursos y comunicación, revisándolos conforme aumentan las capacidades. Una norma no debería mantenerse únicamente porque siempre existió, sino porque continúa respondiendo a una necesidad. La negociación no elimina la autoridad adulta, sino que puede hacerla más comprensible al mostrar que los límites poseen una finalidad y que los acuerdos pueden modificarse mediante argumentos y responsabilidad. Este aprendizaje puede ofrecer referentes para relaciones posteriores en espacios académicos, laborales, de amistad y de pareja, aunque las experiencias familiares no determinen completamente la conducta futura.

La familia constituye, por tanto, un espacio de pertenencia y, simultáneamente, una plataforma para la progresiva salida hacia el mundo. Una de sus funciones consiste en proporcionar suficiente seguridad para que el hijo pueda diferenciarse. Esto exige transformar también la identidad parental: ser padre o madre de un adolescente implica reconocer una vida interior y social cada vez más independiente y aceptar que disminuya la necesidad de control directo. La relación puede enriquecerse mediante conversaciones más recíprocas, intercambio de opiniones y reconocimiento mutuo. La autonomía saludable se orienta así hacia una interdependencia más madura, en la que el joven puede tomar decisiones propias y continuar valorando la opinión familiar, vivir experiencias independientes y mantener pertenencia, discrepar sin perder afecto y solicitar apoyo sin regresar a una dependencia infantil.

La adolescencia no debería conceptualizarse únicamente como una etapa problemática. Los conflictos pueden aumentar porque las relaciones necesitan renegociarse, pero también aparecen oportunidades de crecimiento. Una mirada centrada exclusivamente en el riesgo puede intensificar el control precisamente cuando resulta necesario desarrollar criterio. La protección continúa siendo indispensable, pero debe orientarse progresivamente al fortalecimiento de capacidades. Las competencias socioemocionales constituyen una parte fundamental de estos recursos, y la literatura aportada muestra la importancia de su desarrollo desde edades tempranas y de la contribución familiar a este proceso (Darling-Churchill & Lippman, 2016; Henao López & García Vesga, 2009; Heras Sevilla et al., 2016).

La participación familiar puede continuar apoyando este desarrollo cuando respeta la creciente autonomía. Martínez-Yarza et al. (2024) permiten comprender que la implicación de la familia puede relacionarse con el desarrollo socioemocional a través del compromiso escolar, en coherencia con una concepción de la familia como soporte y no como sustituto de la agencia del estudiante. A su vez, la salud emocional del entorno familiar merece atención. La evidencia de Honda et al. (2023), aunque centrada en edades tempranas, muestra que las condiciones psicológicas parentales forman parte del ecosistema de desarrollo. Acompañar a un adolescente requiere, por tanto, adultos capaces de regular sus propios temores ante la independencia creciente y diferenciar los riesgos reales de la incomodidad que puede generar la pérdida progresiva de control.

Durante la adolescencia, proporcionar este entorno no significa mantener al joven en una dependencia infantil, sino ofrecer una base segura desde la cual pueda explorar, desarrollar progresivamente su autonomía y afrontar nuevas experiencias con relaciones familiares estables y disponibles. La autonomía no debería construirse contra la familia, sino dentro de una relación capaz de transformarse. Cuando existen





espacios para negociar y demostrar responsabilidad, la independencia puede desarrollarse sin convertir el vínculo en una lucha permanente por el control.

La identidad tampoco debería ser diseñada por la familia. Los adultos pueden transmitir valores y expectativas, pero el adolescente necesita apropiarse de ellos mediante reflexión y experiencia. Un valor heredado adquiere un significado diferente cuando se conserva después de haber sido examinado que cuando se mantiene únicamente por temor a la desaprobación. Por ello, acompañar la construcción identitaria implica tolerar preguntas y permitir que el adolescente cuestione tradiciones, expectativas y formas de pensar. La identidad integra así continuidad y cambio: el joven permanece vinculado a su historia familiar, pero comienza a desarrollar criterios propios y a incorporar experiencias provenientes de amistades, compañeros y otros grupos sociales. Estos espacios amplían las fuentes de reconocimiento y permiten experimentar roles diferentes de los asumidos dentro del hogar.

La familia conserva una función importante cuando proporciona un espacio de pertenencia relativamente estable, donde el adolescente no necesita demostrar permanentemente rendimiento, obediencia o aceptación social para mantener el vínculo. Esta seguridad resulta especialmente relevante ante errores o decisiones desacertadas. Las conductas pueden tener consecuencias sin convertirse en definiciones permanentes de la persona. Separar conducta e identidad favorece la responsabilidad porque permite reconocer errores, reparar consecuencias y modificar decisiones sin quedar atrapado en etiquetas personales. La autonomía requiere precisamente esta posibilidad de revisión: decidir de manera autónoma no significa acertar siempre, sino desarrollar capacidad para reconsiderar una elección cuando aparecen nuevas razones, información o consecuencias.

Las familias pueden modelar esta flexibilidad cuando los propios adultos reconocen sus errores. Admitir que una norma fue excesiva, una reacción injusta

o una decisión necesita modificarse no elimina necesariamente la autoridad parental, sino que puede fortalecer su legitimidad al mostrar que responsabilidad y poder son compatibles con autocrítica. La adolescencia constituye así una etapa especialmente relevante para transformar la relación entre autoridad y diálogo. Los adultos mantienen responsabilidades específicas, pero la voz del adolescente necesita adquirir mayor peso conforme aumenta su capacidad para comprender alternativas, anticipar consecuencias y asumir responsabilidades. De esta manera, la autoridad evoluciona progresivamente desde formas predominantemente directivas hacia otras más dialogadas y participativas.

Este proceso prepara el tránsito hacia relaciones adultas más horizontales. Mantener sin modificaciones la jerarquía propia de la infancia puede prolongar dinámicas de dependencia o control más allá de su función evolutiva. La parentalidad necesita transformarse, pues acompañar a un hijo no consiste en conservar indefinidamente su dependencia, sino en contribuir a que pueda conducir progresivamente su propia vida. Independencia y pertenencia no constituyen alternativas excluyentes: el adolescente puede distanciarse de determinadas formas de dependencia y continuar profundamente vinculado con su familia. La calidad de esta relación dependerá de la capacidad familiar para aceptar cambios en el poder, la privacidad, la participación y la toma de decisiones sin interpretarlos automáticamente como pérdida del vínculo.

Los fundamentos socioemocionales construidos durante la infancia resultan relevantes para comprender esta transición, tal como permiten apreciar los estudios de Darling-Churchill y Lippman (2016); Henao López y García Vesga (2009); Heras Sevilla et al. (2016); y Wang (2023). Asimismo, la influencia del entorno familiar sobre el desarrollo social y emocional señalada por Giler Cedeño et al. (2023); Lara-Montero et al. (2025); Mendoza-Intriago y Toala-Suárez (2024); y Torres García et al. (2025) refuerza la necesidad de situar la





adolescencia dentro de una trayectoria relacional más amplia. Estas experiencias contribuyen a configurar expectativas sobre confianza, comunicación, seguridad y pertenencia, pero no determinan de manera irreversible el desarrollo posterior. Nuevos vínculos, experiencias escolares, relaciones sociales, apoyos profesionales y capacidades emergentes pueden modificar las trayectorias y favorecer procesos de reorganización.

La adolescencia constituye precisamente una etapa en la que pueden reinterpretarse experiencias anteriores y construirse explicaciones más complejas sobre la propia historia familiar. El desarrollo cognitivo permite revisar acontecimientos del pasado, comprender de otra manera las limitaciones de los adultos y reconocer contradicciones que anteriormente podían resultar difíciles de elaborar. Este proceso puede generar conflictos, pero también favorecer una comprensión más matizada de la propia trayectoria. La familia puede contribuir cuando acepta conversar sobre el pasado sin imponer una interpretación única y reconoce que adolescentes y adultos pueden recordar o valorar una misma experiencia de manera diferente. Escuchar esta perspectiva no obliga a compartir todas sus conclusiones, pero permite que la identidad se construya mediante el diálogo.

La necesidad de acompañamiento permanece durante este proceso, aunque su forma debe transformarse. Un adolescente autónomo en determinados ámbitos puede continuar necesitando apoyo intenso ante conflictos afectivos, pérdidas, presiones sociales u otras experiencias significativas, pues la madurez no progresa uniformemente en todas las áreas. Reconocer esta diversidad permite conceder independencia sin exigir una autosuficiencia prematura. En términos familiares, acompañar requiere combinar disponibilidad, confianza, supervisión flexible, comunicación y reconocimiento de capacidades. La confianza sin comunicación puede convertirse en desconocimiento; la supervisión sin confianza puede transformarse en control; el

acompañamiento sin autonomía puede derivar en sobreprotección; y la independencia sin disponibilidad puede experimentarse como abandono.

La función familiar consiste en mantener estos elementos en equilibrio dinámico. Conforme aumentan las competencias, la intervención directa debería disminuir en determinados ámbitos y ampliarse el espacio para la decisión personal, la responsabilidad y la resolución autónoma de dificultades. Cuando aparecen riesgos significativos, el apoyo puede intensificarse temporalmente sin regresar permanentemente a formas anteriores de supervisión. La autonomía no sigue una trayectoria uniforme y puede avanzar de manera diferente según las circunstancias y los ámbitos de la vida. Esta flexibilidad permite que el adolescente experimente a la familia como una base y no como una barrera: puede avanzar sabiendo que dispone de apoyo sin sentir que para conservarlo debe renunciar a crecer.

La adolescencia representa una reorganización de la relación entre identidad, autonomía y pertenencia. El joven necesita responder progresivamente a preguntas acerca de quién es, qué piensa, con quién desea relacionarse y qué proyecto quiere construir. La evidencia sobre primera infancia permite comprender que las competencias emocionales y sociales poseen fundamentos tempranos y que la familia participa significativamente en su desarrollo, tal como señalan Darling-Churchill y Lippman (2016); Henao López y García Vesga (2009); Heras Sevilla et al. (2016); y Jones y Lombardi (2022). Los estudios sobre entorno y desarrollo infantil amplían esta perspectiva al mostrar la importancia de las relaciones y contextos familiares en diferentes dimensiones del crecimiento, como evidencian Gavilanes Laines et al. (2025); Mendoza-Intriago y Toala-Suárez (2024); y Wang (2023).

A su vez, la implicación familiar continúa siendo relevante en etapas educativas posteriores, pero necesita transformarse hacia formas que promuevan compromiso y desarrollo socioemocional sin sustituir la agencia del estudiante (Martínez-Yarza et al., 2024). El



desafío no consiste en elegir entre presencia familiar e independencia adolescente, sino en construir una presencia que favorezca esa independencia. Permitir elegir, analizar consecuencias, asumir responsabilidades y revisar errores convierte la vida cotidiana en un espacio para aprender autonomía. Las relaciones sociales amplían este aprendizaje al situar al adolescente frente a otras perspectivas y formas de pertenencia; mientras la familia puede acompañarlo mediante comunicación y límites proporcionales.

La autonomía saludable se construye cuando el adolescente dispone de oportunidades reales para decidir y sabe, al mismo tiempo, que puede solicitar ayuda cuando la necesita. Se fortalece cuando la confianza aumenta según las capacidades demostradas, las normas evolucionan con el desarrollo y los errores se convierten en oportunidades de aprendizaje. La identidad, por su parte, se favorece cuando el joven puede explorar sin perder pertenencia. La familia proporciona historia, vínculos y referentes, pero necesita permitir que sean reinterpretados a partir de nuevas experiencias. Su función no consiste en construir la identidad por el adolescente, sino en proporcionar condiciones de seguridad, reconocimiento y confianza desde las cuales pueda desarrollar progresivamente una voz propia.

De este modo, la adolescencia no representa el abandono del vínculo familiar, sino su transformación. El hijo deja progresivamente de ocupar la posición infantil; mientras los adultos necesitan reorganizar su manera de cuidar. Allí donde predominaba la regulación externa debe desarrollarse progresivamente la autorregulación; donde prevalecía la decisión adulta debe aumentar la participación; y donde existía supervisión directa debe crecer la confianza. Del mismo modo, una identidad inicialmente definida en gran medida desde la familia necesita abrirse a una elaboración personal. Acompañar esta transformación no significa renunciar a las responsabilidades parentales, sino continuar protegiendo, orientando y estableciendo límites cuando sean necesarios, con el

propósito de favorecer el desarrollo de una persona progresivamente capaz de conducir su propia vida. La autoridad se transforma así en acompañamiento evolutivo y la protección en preparación para una independencia creciente.

En consecuencia, una transición favorable no se caracteriza por la ausencia de conflictos entre adolescentes y adultos. Los desacuerdos son esperables cuando se renegocian autonomía, privacidad y responsabilidades, y pueden formar parte de la transformación de los vínculos. Lo relevante es que puedan afrontarse sin deteriorar la relación y conduzcan hacia acuerdos ajustados a las nuevas capacidades del joven. La adolescencia exige así una doble transformación: el adolescente necesita diferenciarse psicológicamente sin quedar aislado; mientras la familia debe permitir esa diferenciación sin retirar su apoyo. Cuando ambas tareas se desarrollan con flexibilidad, identidad, autonomía y pertenencia pueden convertirse en dimensiones complementarias del desarrollo.

Construir autonomía no significa dejar de necesitar a la familia, sino relacionarse con ella de otra manera. Tampoco supone reemplazar los vínculos familiares por relaciones externas, sino ampliar el mundo relacional y aprender a desenvolverse en él con criterios progresivamente propios. El desarrollo implica transformar las formas de dependencia y participación, no romper necesariamente los vínculos significativos. La familia continúa siendo relevante cuando acompaña este proceso y permanece como un espacio de confianza, pertenencia y apoyo, sin prolongar una dependencia innecesaria.

En esta transformación reside una de las principales tareas del desarrollo adolescente: pasar de una vida regulada predominantemente por otros a otra progresivamente asumida como propia, sin perder la capacidad de vincularse, solicitar apoyo y reconocer responsabilidades hacia los demás. La función familiar adquiere entonces una expresión especialmente compleja: proporcionar una base suficientemente



sólida para sostener la pertenencia y, al mismo tiempo, el espacio necesario para que el adolescente construya su identidad, tome decisiones y avance hacia una autonomía responsable.

3.5. Límites, autoridad y acompañamiento en las relaciones intergeneracionales

Los límites constituyen una dimensión fundamental de la organización familiar porque permiten definir responsabilidades, proteger espacios individuales, regular la convivencia y establecer una estructura comprensible entre personas que se encuentran en diferentes etapas del ciclo vital. Durante la infancia, buena parte de estos límites depende de los adultos, quienes organizan rutinas, establecen normas y regulan decisiones que el niño todavía no puede asumir. Sin embargo, esta función debe transformarse conforme aumentan las capacidades cognitivas, emocionales y sociales. El desafío no consiste en elegir entre autoridad y autonomía, sino en desarrollar una autoridad capaz de modificar sus formas y ampliar progresivamente la participación en las decisiones.

Desde esta perspectiva, los límites familiares no deberían concebirse únicamente como prohibiciones, sino como fronteras relacionales que delimitan comportamientos, responsabilidades, espacios de privacidad y ámbitos de decisión. También contribuyen a diferenciar funciones y generaciones dentro de la familia. Cuando poseen suficiente claridad, permiten que cada integrante reconozca su lugar y sus responsabilidades sin imponer una estructura inflexible. Los límites excesivamente rígidos pueden obstaculizar la comunicación y la autonomía; mientras los demasiado difusos pueden generar confusión respecto de la autoridad, las responsabilidades y la participación.

Palacios Madero et al. (2024) sitúan el establecimiento de reglas y límites dentro de la estructura parental y destacan la importancia de la familia como escenario de socialización infantil. Su investigación



examina la comunicación de las reglas del hogar, las consecuencias de su incumplimiento y la valoración de las normas dentro de la crianza. Este enfoque permite comprender que una norma adquiere valor no solo por su contenido, sino también por la forma en que es comunicada, comprendida y aplicada. Las reglas cumplen una función protectora cuando proporcionan previsibilidad, delimitan responsabilidades y permiten anticipar consecuencias. Su valor educativo disminuye cuando cambian constantemente según el estado emocional del adulto, se aplican de manera desigual o se exige su cumplimiento sin explicar su finalidad. La consistencia no significa inmovilidad, sino suficiente coherencia y previsibilidad.

La legitimidad de los límites depende también de su adecuación al desarrollo. Una norma apropiada durante la primera infancia puede resultar excesivamente restrictiva durante la adolescencia; del mismo modo, conceder libertades antes de que existan recursos suficientes para gestionarlos puede exponer a responsabilidades prematuras. Los límites necesitan evolucionar con las capacidades y revisar qué aspectos permanecen bajo responsabilidad adulta y cuáles pueden transferirse progresivamente a los hijos. La autonomía se construye mediante oportunidades para elegir, equivocarse, asumir consecuencias y demostrar responsabilidad. Por ello, el objetivo de los límites no debería ser preservar la dependencia, sino proporcionar una estructura suficientemente segura para desarrollar independencia.

Límite y autonomía no constituyen, por tanto, conceptos incompatibles. Un límite saludable puede favorecer la autonomía al establecer un marco dentro del cual sea posible experimentar, decidir y asumir responsabilidades sin afrontar riesgos que excedan las capacidades disponibles. Lo relevante es que las normas correspondan con la etapa de desarrollo, tengan una finalidad comprensible, respeten la dignidad y puedan revisarse cuando cambien las circunstancias. La autoridad parental responde a esta misma lógica. La asimetría existente entre adultos y



niños durante los primeros años justifica determinados niveles de dirección, pero no cualquier ejercicio del poder. Su fundamento reside en la responsabilidad de cuidar, proteger y orientar, no en un derecho ilimitado a controlar.

Una autoridad orientada al desarrollo procura que aquello que inicialmente se cumple por indicación adulta pueda transformarse progresivamente en autorregulación. Explicar las razones de los límites posee, por ello, un valor educativo: permite comprender su relación con la seguridad, la convivencia, el respeto y la responsabilidad. Los problemas aparecen cuando autoridad y dominio se confunden y el límite se convierte en una demostración de poder. Esta tensión puede intensificarse durante la adolescencia, cuando aumentan las necesidades de participación y diferenciación. Una norma puede ser razonable y provocar resistencia si se comunica de una manera que niega sistemáticamente la capacidad creciente del adolescente para comprender, participar y asumir responsabilidades.

En el extremo contrario, abandonar prematuramente toda autoridad tampoco garantiza autonomía. La ausencia de límites puede situar a niños y adolescentes ante decisiones para las que todavía necesitan orientación y protección. La autonomía saludable requiere una transferencia gradual de responsabilidades según las capacidades demostradas. Los adultos necesitan retirarse progresivamente de determinados ámbitos sin desaparecer como figuras de referencia; mientras los hijos amplían sus espacios de decisión sin interpretar la autonomía como ausencia absoluta de orientación. La autoridad puede evolucionar así desde una regulación predominantemente externa hacia formas de acompañamiento que favorezcan la autorregulación.

El equilibrio entre estas necesidades constituye una de las tareas más complejas de la parentalidad. En cada etapa debe redefinirse cuánto orientar, supervisar y permitir decidir. No existe una fórmula idéntica para todas las familias, pues intervienen la edad, la

madurez, las características personales, los riesgos del contexto y las experiencias previas. Lo fundamental es mantener una lógica evolutiva: a mayor competencia demostrada, mayores posibilidades de participación, responsabilidad y autonomía.

La calidad del entorno familiar resulta especialmente relevante porque los problemas persistentes pueden afectar el desarrollo desde edades tempranas. Rodríguez Ramos y Marcana Molano (2025), al estudiar el impacto de los problemas familiares en niños de cuatro a cinco años, sitúan la conflictividad doméstica entre las condiciones que pueden incidir en diferentes dimensiones del desarrollo infantil. Aunque esta evidencia corresponde específicamente a la etapa estudiada, permite comprender que los límites, los conflictos y las formas de autoridad no son únicamente asuntos organizativos, sino componentes del ambiente emocional en el que se desarrollan la seguridad y las competencias personales.

El conflicto familiar, sin embargo, no debe considerarse necesariamente perjudicial. Las diferencias son inevitables entre personas con necesidades, perspectivas y posiciones distintas, y lo relevante es la manera en que se procesan. Un desacuerdo puede permitir revisar una norma que dejó de ser adecuada, expresar una necesidad ignorada o renegociar responsabilidades. El riesgo aparece cuando el conflicto se vuelve persistentemente hostil, intimidatorio o incapaz de reparación.

Este principio resulta especialmente importante al analizar los conflictos intergeneracionales. Las generaciones han crecido en contextos históricos, culturales y tecnológicos diferentes, por lo que sus concepciones sobre autoridad, trabajo, familia, educación, privacidad, disciplina o cuidado pueden no coincidir. Estas divergencias no dependen exclusivamente de la edad, sino también de experiencias vitales y procesos de socialización distintos. Gardoqui Gutiérrez (2026) señala que los conflictos generacionales suelen relacionarse con diferencias de valores, formas de comunicación y



expectativas entre adolescentes, adultos y personas mayores. Desde la terapia familiar, estas tensiones pueden mantenerse mediante críticas constantes, evitación, silencios, roles rígidos o expectativas no expresadas. La intervención no busca determinar quién tiene razón, sino comprender las dinámicas que sostienen el enfrentamiento y favorecer formas más claras de comunicación y negociación.

Esta perspectiva evita reducir el conflicto generacional a la supuesta incapacidad de una generación para comprender a otra. Las tensiones suelen desarrollarse mediante secuencias relacionales: un adulto aumenta el control porque percibe irresponsabilidad; el joven interpreta esa conducta como falta de confianza y oculta información; el ocultamiento confirma la preocupación adulta y aumenta nuevamente la supervisión. Intervenir sobre estos ciclos exige desplazar la atención desde quién inició el problema hacia aquello que contribuye a mantenerlo. Banks (2024) plantea precisamente que los conflictos generacionales pueden abordarse mediante enfoques de sistemas familiares que examinen interconexiones, patrones y roles. Entre los elementos relevantes destaca la comunicación abierta, la revisión de roles, la empatía, la consideración de patrones históricos y el establecimiento de límites saludables.

Esta mirada adquiere mayor profundidad al considerar la transmisión intergeneracional de patrones familiares. Čepukienė y Neophytou (2024) analizaron mecanismos vinculados con la transmisión de disfunción relacional entre generaciones desde la teoría de sistemas familiares de Bowen. En una muestra de 348 padres lituanos, encontraron relaciones entre dificultades del sistema emocional de la familia de origen, triangulación, diferenciación del self, funcionamiento de pareja, coparentalidad y ajuste psicológico de la generación infantil. Estos resultados sugieren que determinadas dinámicas pueden proyectarse hacia generaciones posteriores mediante procesos relacionales complejos, pero no mediante una repetición automática o inevitable.

Hablar de transmisión intergeneracional no significa, por tanto, que una familia esté condenada a reproducir los mismos conflictos. Las personas aprenden formas de relacionarse dentro de sus familias de origen y pueden trasladar expectativas y respuestas a vínculos posteriores. Reflexionar sobre la historia familiar permite hacer visibles estos patrones y distinguir entre prácticas mantenidas por inercia y decisiones asumidas conscientemente. Preguntarse cómo se ejercía la autoridad, quién podía opinar o cómo se resolvían los desacuerdos ayuda a comprender determinadas respuestas sin responsabilizar a generaciones anteriores. Rothenberg et al. (2018) analizaron longitudinalmente la transmisión de ambientes familiares de alto conflicto y mostraron que estas experiencias pueden relacionarse con procesos que alcanzan generaciones posteriores mediante mecanismos complejos. La existencia de continuidad no elimina, por tanto, la posibilidad de transformación.

La posibilidad de modificar estos patrones constituye uno de los fundamentos del acompañamiento familiar. Las familias pueden desarrollar nuevas formas de comunicación, establecer límites diferentes y reorganizar responsabilidades. Esta necesidad resulta especialmente visible cuando los abuelos participan en el cuidado de los nietos. Roo-Prato et al. (2016) analizaron conflictos intergeneracionales en familias donde las abuelas desempeñaban funciones de cuidado y observaron tensiones relacionadas con límites, roles, jerarquías y autoridad. La participación de los abuelos puede constituir un recurso valioso por el apoyo afectivo, el cuidado y la experiencia que proporcionan; el problema aparece cuando ayuda y autoridad no se diferencian con claridad y existen concepciones distintas sobre la crianza.

El establecimiento de límites intergeneracionales busca preservar el apoyo de los abuelos sin desdibujar la responsabilidad parental principal. Esto requiere acuerdos sobre disciplina, horarios, alimentación, actividades, uso de tecnologías y otras decisiones susceptibles de generar diferencias. Ferrer (2026)





define los límites intergeneracionales como fronteras que organizan las relaciones entre generaciones, diferencian responsabilidades y protegen espacios individuales y familiares. Desde una perspectiva sistémico-relacional, destaca la necesidad de distinguir ayuda de intromisión y comprender que pertenencia y diferenciación pueden coexistir. El cuidado resulta saludable cuando respeta autonomía y responsabilidades, pero se vuelve problemático cuando invade decisiones, privacidad o funciones correspondientes a otros integrantes.

Esta distinción es importante porque la intromisión puede presentarse bajo la forma de ayuda. Una preocupación genuina no impide que determinada conducta reduzca el margen de decisión de otra persona, por lo que los límites deben valorarse considerando tanto la intención como sus efectos relacionales. Las familias multigeneracionales necesitan mecanismos explícitos de negociación que permitan expresar expectativas antes de que se conviertan en conflictos. Los abuelos pueden esperar reconocimiento por la ayuda proporcionada; los padres, respeto hacia sus decisiones; y los hijos, cierta flexibilidad en su relación con los abuelos. Cuando estas expectativas permanecen implícitas, los desacuerdos pueden interpretarse como ingratitud, autoritarismo o falta de respeto.

La investigación sobre coparentalidad intergeneracional aporta elementos relevantes para comprender estas dinámicas. Li et al. (2026) estudiaron las relaciones entre padres y abuelos que comparten responsabilidades de crianza en familias chinas desde una perspectiva sistémica. El estudio incluyó 710 progenitores, de los cuales 426 informaron una participación activa de los abuelos en la crianza, y analizó las relaciones entre las características de la coparentalidad intergeneracional y el funcionamiento familiar. Estos resultados permiten comprender la relación entre padres y abuelos como parte de un sistema más amplio: una cooperación clara puede ampliar la red de apoyo del niño; mientras la

competencia constante por la autoridad puede situarlo en medio de tensiones que no le corresponden.

Los límites saludables no implican aislamiento entre generaciones. Una familia puede conservar cercanía afectiva y reconocer, al mismo tiempo, que cada generación posee responsabilidades, decisiones y espacios propios. Estos límites necesitan renegociarse a lo largo del ciclo vital: durante la adolescencia se amplían los espacios de privacidad y decisión; cuando los hijos forman sus propias familias, los padres deben reorganizar su posición; y durante la vejez pueden producirse nuevas transformaciones cuando las generaciones adultas comienzan a apoyar a sus progenitores. Seltzer (2015) destaca precisamente que los procesos de apoyo intergeneracional cambian a lo largo del curso de vida y pueden circular entre integrantes que incluso no comparten vivienda. La interdependencia familiar no desaparece con la adultez, sino que se transforma.

Acompañar a un adolescente hacia la autonomía y apoyar a un progenitor mayor ante una pérdida de capacidad son situaciones diferentes, pero comparten un principio: proporcionar ayuda sin eliminar innecesariamente la capacidad de decisión. La sobreprotección puede aparecer en cualquier etapa, mediante control excesivo en adolescentes o decisiones tomadas sin participación de los adultos mayores. Por ello, la intervención debe ser proporcional a las capacidades y necesidades reales, preservando tanto espacio de decisión como sea posible.

Las relaciones intergeneracionales poseen también un importante potencial protector. Li et al. (2019), en un estudio encontraron que relaciones intergeneracionales positivas y mayor apoyo familiar se asociaban con menos síntomas depresivos, y que el apoyo familiar desempeñaba un papel mediador en esa relación. Estos resultados muestran la relevancia que pueden tener los vínculos familiares para el bienestar de las personas mayores. Las generaciones no solo difieren en normas, valores o formas de ejercer la autoridad, sino que también intercambian cuidados,





conocimientos, recursos y apoyo emocional. Una familia multigeneracional puede convertirse así en una red de solidaridad en la que las personas mayores aportan experiencia y acompañamiento; mientras las generaciones jóvenes ofrecen apoyo instrumental, afectivo y nuevas formas de participación social.

Las actividades intergeneracionales muestran igualmente el potencial de estos vínculos, aunque la evidencia debe interpretarse con cautela. Whear et al. (2023), en una revisión sistemática de ensayos sobre intervenciones intergeneracionales con adultos mayores y personas jóvenes no emparentadas, identificaron una pequeña tendencia positiva en algunos resultados, como autoestima y depresión, pero señalaron que el número y tamaño de los estudios disponibles impedían establecer conclusiones firmes. Su principal aportación para este análisis consiste en reconocer las posibilidades del contacto intergeneracional significativo sin atribuirle efectos que la evidencia disponible todavía no permite afirmar de manera concluyente.

Este matiz resulta importante porque la convivencia entre generaciones no es beneficiosa por sí misma: la calidad del intercambio resulta determinante. Las interacciones caracterizadas por desprecio, imposición o invalidación pueden aumentar las distancias; mientras la cooperación y el reconocimiento favorecen la comprensión mutua. Las diferencias generacionales requieren además contextualización histórica. Grenier (2007), al analizar encuentros intergeneracionales en investigación, advierte que las categorías generacionales no son homogéneas, pues personas nacidas en periodos semejantes pueden presentar experiencias diferentes según condiciones sociales, educativas, migratorias o biográficas. Por ello, atribuir automáticamente comportamientos a los jóvenes actuales o a generaciones anteriores puede reforzar estereotipos y dificultar el diálogo.

Incluso investigaciones desarrolladas fuera del ámbito familiar aportan precauciones conceptuales relevantes. García Vargas y de la Garza Carranza

(2021) desarrollaron y validaron una escala de conflicto intergeneracional en organizaciones. Aunque sus resultados corresponden al contexto laboral y no deben trasladarse directamente a las familias, permiten reconocer el conflicto entre cohortes como un fenómeno relacionado con diferencias y percepciones generacionales. En la familia, estas diferencias pueden adquirir mayor intensidad debido a los afectos, la historia compartida y las relaciones de autoridad. Las tecnologías constituyen uno de los ámbitos donde se hacen especialmente visibles, pues adultos y jóvenes pueden mantener concepciones diferentes sobre privacidad, comunicación y relaciones digitales. Establecer límites en este contexto requiere complementar progresivamente la supervisión con educación para evaluar riesgos, tomar decisiones y gestionar responsablemente la presencia digital.

La negociación de normas constituye una herramienta fundamental para esta transición. Negociar no significa que todas las reglas sean opcionales ni que padres e hijos posean idénticas responsabilidades, sino permitir que determinadas normas sean explicadas, discutidas y ajustadas conforme cambian las capacidades. También requiere distinguir entre cuestiones no negociables relacionadas con la seguridad y otras vinculadas con preferencias, organización cotidiana o espacios de autonomía que admiten mayor flexibilidad. Los acuerdos necesitan claridad, proporcionalidad y coherencia: deben precisar qué se espera y cuáles son las consecuencias de su incumplimiento. Estas consecuencias deben guardar relación con la conducta y orientarse a vincular libertad con responsabilidad, no a demostrar poder. La reparación forma igualmente parte del proceso, pues el incumplimiento de un acuerdo puede requerir reconstruir progresivamente la confianza mediante conductas consistentes.

El acompañamiento familiar se sitúa precisamente entre protección y autonomía. Cruz García et al. (2021) analizan conceptualmente el acompañamiento familiar como una práctica más amplia que la simple presencia o vigilancia. Acompañar implica sostener





procesos, reconocer necesidades, facilitar recursos y participar sin sustituir innecesariamente la agencia de quien recibe apoyo. Durante la infancia posee un componente mayor de regulación directa; durante la adolescencia se transforma progresivamente en orientación, diálogo y supervisión flexible; en la adultez joven puede expresarse mediante apoyo sin intromisión; y durante la vejez puede requerir nuevamente cuidados más intensos, procurando preservar autonomía y capacidad de decisión. El acompañamiento constituye, por tanto, una posición relacional que debe adaptarse a las capacidades y necesidades de cada etapa.

Betancourt Chila y Bejarano Bustos (2025), al abordar el acompañamiento familiar durante los procesos académicos, permiten observar esta función en un contexto concreto. La participación familiar puede proporcionar apoyo, orientación y seguimiento, pero debe ser compatible con la autonomía progresiva del estudiante. Resulta más formativa cuando facilita responsabilidad y recursos que cuando sustituye el esfuerzo personal o resuelve sistemáticamente aquello que el estudiante puede asumir. Este principio puede extenderse a otras transiciones del ciclo vital, como elegir estudios, incorporarse al trabajo, establecer relaciones de pareja, mudarse, convertirse en progenitor o cuidar familiares mayores. Cada experiencia modifica responsabilidades y posiciones familiares, por lo que exige reajustar los límites.

Los conflictos pueden aparecer cuando una generación continúa aplicando reglas correspondientes a etapas anteriores. Padres que siguen tratando a hijos adultos como adolescentes, hijos que esperan que sus progenitores resuelvan responsabilidades propias o abuelos que pretenden conservar autoridad sobre las familias formadas por sus hijos representan límites que no se han actualizado. Ferrer (2026) describe la diferenciación como la posibilidad de continuar perteneciendo a la familia sin dejar de ser uno mismo, evitando un falso dilema entre pertenencia y autonomía. Algunos conflictos intergeneracionales pueden

entenderse precisamente como dificultades en este proceso: una generación interpreta la autonomía como rechazo o ingratitud; mientras otra percibe cualquier intervención como control. Los límites adecuados permiten mantener la conexión sin exigir fusión.

La negociación resulta especialmente compleja cuando existe dependencia económica o de cuidado. Quien proporciona recursos puede considerar que esa ayuda le concede autoridad sobre diferentes dimensiones de la vida del receptor; mientras este puede percibir que establecer límites amenaza la continuidad del apoyo. En estas circunstancias, es necesario diferenciar claramente apoyo y control. Recibir ayuda económica de los padres durante la adultez no debería implicar cederles autoridad sobre todas las decisiones personales; del mismo modo, recibir cuidados de hijos adultos durante la vejez no elimina la capacidad de la persona mayor para participar en sus propias decisiones mientras conserve competencias para hacerlo. Cuidar no significa sustituir innecesariamente, sino preservar capacidades, facilitar participación y evitar una dependencia adicional generada por la sobreprotección.

Las relaciones intergeneracionales poseen además una dimensión recíproca. Seltzer (2015) destaca que el apoyo circula a lo largo del curso de vida entre familiares que pueden vivir juntos o separados. Durante determinadas etapas, los padres proporcionan intensamente recursos materiales, afectivos y prácticos a los hijos; posteriormente, estos pueden asumir funciones de acompañamiento y cuidado hacia sus progenitores. Esta reciprocidad muestra que las posiciones familiares no son estáticas y que dependencia, autonomía y cuidado cambian según las circunstancias. Los roles necesitan suficiente estabilidad para organizar las relaciones, pero también flexibilidad para adaptarse a nuevas capacidades, responsabilidades y necesidades.

La mediación familiar puede constituir una herramienta útil cuando las generaciones no consiguen realizar estas negociaciones por sí mismas. Trujillo Vargas





(2024) aborda específicamente la mediación en conflictos entre abuelos, padres y nietos y sitúa el diálogo mediado como estrategia para afrontar desacuerdos en los que confluyen diferentes intereses, roles y perspectivas. Su finalidad no consiste en determinar qué generación tiene razón, sino en facilitar la comunicación, clarificar necesidades, identificar los puntos de conflicto y favorecer acuerdos compatibles con las responsabilidades y la autonomía de cada integrante. De esta manera, la mediación puede contribuir a reorganizar los límites y evitar rupturas innecesarias sin perder los vínculos de pertenencia entre generaciones.

La presencia de una tercera persona neutral puede resultar especialmente valiosa cuando las conversaciones familiares reproducen reiteradamente secuencias de reproches, defensividad o silencios. En estas circunstancias, el problema deja de limitarse al desacuerdo original e incluye la manera en que la familia intenta resolverlo. La mediación puede reorganizar el diálogo y facilitar acuerdos concretos, aunque no sustituye necesariamente a la terapia familiar. Mientras la mediación suele centrarse en clarificar posiciones, mejorar la comunicación y alcanzar acuerdos, la terapia puede profundizar en patrones emocionales, historias familiares y dinámicas repetitivas. Gardoqui Gutiérrez (2026) destaca que la terapia familiar puede ayudar a identificar patrones, revisar roles, mejorar la comunicación y negociar acuerdos cuando los conflictos generacionales se vuelven persistentes. Banks (2024) coincide al situar su resolución dentro de una perspectiva sistémica que evita atribuir a un único integrante la responsabilidad de dificultades vinculadas con la organización familiar.

Esta perspectiva resulta especialmente pertinente ante las triangulaciones, que aparecen cuando una tensión entre dos personas incorpora recurrentemente a una tercera. Un progenitor puede buscar que un hijo se alíe contra el otro; una abuela puede intervenir en una disputa entre padres e hijos; y un adolescente puede utilizar las diferencias entre adultos para evitar un

límite. Čepukienė y Neophytou (2024) otorgan especial relevancia a estos procesos dentro de la transmisión intergeneracional de dificultades familiares y muestran su relación con la diferenciación, el funcionamiento de pareja y la coparentalidad. Reducir las triangulaciones y fortalecer relaciones directas constituye, por ello, un objetivo importante: los abuelos no deberían convertirse sistemáticamente en mensajeros entre padres e hijos, ni los hijos asumir funciones permanentes de mediación entre adultos. La claridad de los límites protege a cada integrante frente a responsabilidades relacionales que no le corresponden.

El acompañamiento profesional adquiere especial relevancia cuando los conflictos se producen en contextos de vulnerabilidad. Saidi et al. (2025), en una revisión sistemática de 32 estudios seleccionados entre investigaciones publicadas entre 2020 y 2024, analizaron intervenciones de counselling dirigidas a familias vulnerables frente a desafíos psicosociales y de salud. La revisión destaca la importancia de intervenciones personalizadas, sensibles al contexto y orientadas al fortalecimiento de la resiliencia, aunque los estudios no se limitaron específicamente a conflictos intergeneracionales. La precariedad económica, la enfermedad, la discapacidad, las responsabilidades de cuidado o la migración pueden aumentar las tensiones y reducir los recursos disponibles para negociar. Por ello, recomendar únicamente una mejor comunicación puede resultar insuficiente cuando existen demandas estructurales intensas; el acompañamiento necesita considerar también los recursos, responsabilidades y restricciones concretas de cada familia.

Esta contextualización resulta especialmente importante cuando las relaciones familiares dependen de diferentes formas de interdependencia. Una familia que necesita el cuidado de los abuelos para compatibilizar trabajo y crianza debe negociar sus límites en condiciones distintas de aquellas donde esa participación es opcional. Los conflictos pueden intensificarse durante las transiciones del ciclo vital: la adolescencia modifica la autoridad; la salida del





hogar transforma las expectativas de dependencia; la formación de pareja introduce nuevos límites con la familia de origen; la llegada de hijos incorpora otra generación; la jubilación reorganiza rutinas; y el envejecimiento puede invertir los flujos de cuidado. Cada transición exige revisar quién decide, quién cuida, qué responsabilidades corresponden a cada integrante y hasta dónde resulta legítima la intervención de los demás.

Cuando la familia intenta conservar las mismas reglas pese a estas transformaciones, aumenta la probabilidad de conflicto. La flexibilidad no supone ausencia de principios, sino capacidad para modificar la organización sin perder sus funciones protectoras. El nacimiento de un nieto constituye un ejemplo claro: los nuevos padres adquieren responsabilidades que modifican su posición dentro del sistema; mientras sus propios progenitores incorporan el rol de abuelos. Roo-Prato et al. (2016) muestran cómo el cuidado de los nietos por parte de las abuelas puede generar situaciones en las que roles, límites, jerarquías y autoridad necesitan redefinirse. Li et al. (2026) refuerzan esta perspectiva al mostrar que la relación coparental entre padres y abuelos forma parte de la dinámica global del sistema familiar. Una participación intensa de los abuelos no constituye por sí misma un indicador positivo o negativo; su efecto depende de cómo se distribuyen responsabilidades, se reconocen jerarquías funcionales y se negocian las diferencias.

La autonomía de los adultos jóvenes representa otra transición crítica. Los padres necesitan transformar progresivamente las indicaciones en recomendaciones y, posteriormente, en opiniones que sus hijos pueden o no aceptar. Este proceso puede complicarse cuando persiste dependencia económica, residencial o emocional, pues la autonomía suele avanzar de manera desigual. Establecer límites claros sobre responsabilidades de convivencia, decisiones personales y condiciones asociadas con determinados apoyos evita que las expectativas permanezcan implícitas. Los límites también protegen

a los padres, ya que acompañar no significa resolver indefinidamente las consecuencias de las decisiones de los hijos. Una ayuda que elimina sistemáticamente cualquier consecuencia puede dificultar el desarrollo de responsabilidad y generar agotamiento familiar.

De manera semejante, los hijos adultos necesitan establecer límites frente a las expectativas de disponibilidad de sus progenitores. La solidaridad familiar no exige renunciar a todo proyecto personal y, cuando aparecen necesidades de cuidado de personas mayores, distribuir responsabilidades y recurrir a recursos externos puede evitar que un único integrante quede absorbido por esta función. La relación positiva entre apoyo familiar y bienestar en personas mayores encontrada por Li et al. (2019) no implica que dicho apoyo deba carecer de límites; precisamente para ser sostenible necesita respetar la autonomía y distribuir responsabilidades. El acompañamiento saludable reconoce simultáneamente las necesidades y los límites de quien recibe y de quien proporciona ayuda, evitando convertir el cuidado en sacrificio ilimitado o en mecanismo de control.

Las diferencias de valores constituyen otro núcleo frecuente de conflicto intergeneracional. Cada generación puede considerar evidentes principios que para otra requieren explicación, especialmente ante transformaciones relacionadas con las relaciones de pareja, la educación, el trabajo, los roles de género, la tecnología o las formas de vida. Comprender que cada generación ha sido socializada dentro de determinadas condiciones históricas y culturales no obliga a aceptar todas sus posiciones, pero puede disminuir la tendencia a interpretar la diferencia como deterioro moral. La empatía intergeneracional implica comprender qué experiencias hicieron razonable determinada perspectiva sin relativizar prácticas que vulneren la dignidad o la seguridad.

La comunicación intergeneracional requiere también comprender los significados atribuidos a determinadas conductas. Una generación puede utilizar el silencio como señal de respeto mientras otra lo interpreta como





indiferencia; una recomendación insistente puede ser entendida como cuidado por quien la ofrece y como falta de confianza por quien la recibe. Identificar estas diferencias permite expresar los límites no solo en términos de conducta, sino también de las necesidades que los justifican. Los límites saludables pueden proteger la relación al prevenir resentimientos derivados de invasiones reiteradas, por lo que la capacidad para aceptar las fronteras ajenas constituye una competencia relacional recíproca.

Los adultos necesitan modelar esta reciprocidad. Si un padre exige respeto hacia los límites, pero invade constantemente la privacidad del adolescente sin justificación suficiente, transmite un mensaje contradictorio; del mismo modo, si los abuelos reclaman respeto hacia sus decisiones, pero desautorizan sistemáticamente a los padres, reproducen esa contradicción. La reciprocidad no significa igualdad de responsabilidades, pues un niño y un adulto no poseen el mismo nivel de autoridad, sino reconocer que la dignidad y determinadas fronteras personales merecen respeto en todas las posiciones familiares. Conforme aumenta la edad y la competencia, esta asimetría necesita disminuir y la participación en las decisiones debe ampliarse.

El acompañamiento familiar resulta compatible con esta evolución cuando se orienta al fortalecimiento de capacidades. Betancourt, Chila y Bejarano Bustos (2025) muestran, desde el ámbito académico, la relevancia de una participación familiar que sostenga y motive sin sustituir las responsabilidades del estudiante. Cruz García et al. (2021) amplían esta perspectiva mediante una comprensión del acompañamiento que supera la vigilancia y reconoce a la persona como participante de su propio proceso. Desde esta mirada, acompañar adecuadamente implica retirarse progresivamente de aquellas funciones que el otro ya puede asumir, transformando la intervención directa en confianza, orientación y disponibilidad.

Esta retirada no debe confundirse con indiferencia. El acompañamiento permanece disponible, pero cambia

su forma y concede mayor espacio a la decisión personal. En etapas posteriores puede producirse un movimiento semejante en dirección inversa: cuando una persona mayor comienza a necesitar ayuda, los hijos pueden incrementar progresivamente su participación sin asumir prematuramente todas sus decisiones. El acompañamiento debe ajustarse a las capacidades y necesidades reales, no únicamente a la edad o posición generacional. Las relaciones intergeneracionales constituyen así un proceso continuo de aproximación y diferenciación, en el que las familias necesitan acercarse cuando existe necesidad y permitir distancia cuando la autonomía la requiere.

La evidencia revisada muestra que la calidad de las relaciones entre generaciones puede vincularse con el bienestar a lo largo del ciclo vital. Los hallazgos de Li et al. (2019) acerca del apoyo familiar y los síntomas depresivos en adultos mayores, junto con la revisión de Whear et al. (2023) sobre intervenciones intergeneracionales, sugieren que estos intercambios pueden constituir recursos relevantes, aunque la evidencia sobre intervenciones específicas todavía presenta limitaciones. Por ello, el objetivo no debería ser reducir el contacto para evitar conflictos, sino mejorar las condiciones en que se produce. Las relaciones cercanas generan desacuerdos, y establecer fronteras adecuadas permite conservar proximidad sin convertirla en invasión.

Los conflictos pueden incluso cumplir una función de actualización dentro del sistema familiar. Un desacuerdo entre padres y adolescentes puede indicar que determinada norma necesita revisarse; un conflicto entre adultos y sus progenitores puede revelar dificultades para reconocer una transición hacia la independencia; y una disputa entre padres y abuelos puede mostrar que los roles de cuidado requieren mayor clarificación. El conflicto proporciona así información sobre una estructura que necesita reorganizarse, siempre que la familia no quede atrapada en ciclos donde cada intento de solución



reproduzca el problema. Banks (2024); Gardoqui Gutiérrez (2026); y Trujillo Vargas (2024) convergen en la importancia de facilitar el diálogo, clarificar roles, reconocer perspectivas y construir acuerdos cuando las diferencias generacionales deterioran la convivencia.

Cuando el conflicto se encuentra profundamente arraigado, el acompañamiento profesional puede facilitar la expresión de necesidades y reducir respuestas defensivas. La presencia de una tercera persona puede clarificar significados y diferenciar el problema actual de tensiones acumuladas. La evidencia de Čepukienė y Neophytou (2024) sobre diferenciación, triangulación y funcionamiento familiar muestra la importancia de considerar la historia del sistema para comprender determinados conflictos. Algunas formas de relación pueden haber sido transmitidas y normalizadas durante generaciones, pero reconocer esta continuidad no convierte el pasado en explicación única ni elimina la capacidad de cambio. Revisar la historia familiar resulta útil precisamente porque permite identificar patrones y ampliar las posibilidades de modificarlos.

La misma lógica puede aplicarse a las normas familiares. Algunas persisten porque fueron transmitidas entre generaciones sin reconsiderar su finalidad. Preguntarse para qué existe una norma permite determinar si continúa protegiendo una necesidad relevante o si responde a una expectativa que dejó de corresponder con las circunstancias actuales. La flexibilidad familiar no significa mantener todo permanentemente abierto a discusión, sino adaptar la organización cuando cambian las personas o el contexto. Las normas necesitan ser comprensibles, proporcionales y ajustadas a la etapa vital; la autoridad debe explicar su finalidad; la autonomía debería aumentar con las competencias; y los acuerdos requieren revisión cuando dejan de responder adecuadamente a las necesidades familiares.

La comunicación sobre los límites necesita ser directa. Los mensajes ambiguos y la expectativa de que los demás deberían conocer aquello que se espera favorecen los conflictos. Escuchar, sin embargo, no significa eliminar el límite. Un padre puede comprender el desacuerdo de su hijo y mantener una decisión cuando existe una razón de protección suficiente; un adulto puede reconocer la preocupación de sus padres y conservar su decisión personal; y un abuelo puede expresar una opinión sin asumir que necesariamente será adoptada. Validar una emoción no significa aprobar una conducta y respetar una perspectiva no obliga a compartirla. Distinguir reconocimiento de acuerdo constituye una condición importante para una convivencia intergeneracional madura.

El acompañamiento durante las transiciones requiere esta misma capacidad. La autonomía se fortalece cuando la persona puede experimentar consecuencias y regresar al diálogo sin recibir únicamente reproches. La familia no necesita impedir todos los errores ni decidir todas las trayectorias, sino proporcionar un espacio donde las experiencias puedan ser analizadas y transformadas en aprendizaje. El principio expresado por Ferrer (2026), según el cual cuidar no debería confundirse con invadir, puede ampliarse: cuidar tampoco debería significar asumir indefinidamente aquello que corresponde al otro. Las redes intergeneracionales descritas por Seltzer (2015) muestran que los intercambios de apoyo atraviesan hogares, generaciones y etapas de la vida. La interdependencia no elimina la autonomía: un adolescente puede necesitar orientación, un adulto ayuda económica temporal y una persona mayor asistencia física sin perder automáticamente su capacidad de decisión.

El acompañamiento familiar debería preservar esta capacidad siempre que sea posible. Ayudar puede implicar proporcionar información, recursos, presencia y colaboración sin sustituir innecesariamente a la persona. No todo conflicto requiere intervención





terapéutica, pues muchas diferencias generacionales pueden resolverse mediante comunicación, revisión de normas y ajuste de expectativas. El apoyo profesional adquiere mayor pertinencia cuando el conflicto es persistente, provoca deterioro significativo, bloquea la comunicación o reproduce patrones difíciles de modificar. Tampoco todos los problemas se solucionan mediante mayor cercanía. En algunas relaciones, una distancia razonable puede resultar protectora y requerir menor frecuencia de contacto o límites más claros cuando las interacciones se han vuelto persistentemente dañinas.

La pertenencia familiar no exige acceso ilimitado. Ser padre, hijo, abuelo o hermano no elimina el derecho a establecer fronteras, y los vínculos familiares no deberían utilizarse para justificar invasiones, control o ausencia de privacidad. Los límites saludables permiten conservar una relación de manera sostenible y comprender que la distancia necesaria no equivale automáticamente a rechazo. Al mismo tiempo, los límites no deberían convertirse en mecanismos de castigo: retirarse temporalmente para regular una emoción es diferente de interrumpir la comunicación para controlar al otro. El acompañamiento familiar maduro combina presencia y respeto, permitiendo recurrir a los demás sin asumir que esa disponibilidad concede autoridad permanente para dirigir sus vidas.

Una de las transformaciones más importantes del ciclo familiar consiste en reconocer los límites evolutivos de la autoridad parental. Los padres mantienen su vínculo con los hijos durante toda la vida, pero su capacidad legítima para decidir unilateralmente disminuye conforme estos alcanzan la adultez. De manera equivalente, los hijos adultos necesitan reconocer que sus padres mayores continúan siendo sujetos de decisión y no únicamente receptores de cuidado. La inversión de determinadas responsabilidades no debería reproducir el paternalismo de etapas anteriores. Los límites intergeneracionales constituyen así una competencia de toda la familia, pues cada

etapa exige reorganizar las formas de autoridad, apoyo y participación.

La investigación de Li et al. (2019) acerca de las relaciones intergeneracionales y el bienestar en adultos mayores evidencia que la calidad del vínculo continúa siendo relevante en etapas avanzadas; la revisión de Whear et al. (2023) sugiere, aunque con evidencia todavía limitada, que determinadas experiencias intergeneracionales pueden presentar potencial para el bienestar de las personas mayores. Estos trabajos permiten considerar las relaciones intergeneracionales no solo desde el conflicto, sino también desde sus posibilidades de apoyo y crecimiento. Establecer límites no busca separar generaciones, sino mejorar la calidad de su conexión: estar cerca sin confundirse, cuidar sin apropiarse de las decisiones y proporcionar apoyo sin eliminar responsabilidad.

Los conflictos intergeneracionales pueden convertirse en oportunidades de reorganización cuando se identifican las necesidades existentes detrás de las posiciones. Una demanda de mayor libertad puede expresar necesidad de reconocimiento; una insistencia adulta puede relacionarse con miedo; una intervención de los abuelos puede responder al deseo de sentirse útiles; y una resistencia parental puede reflejar la necesidad de consolidar su autoridad. Comprender estas necesidades no obliga a aceptar cualquier conducta. La empatía no sustituye la estructura: una familia puede comprender el temor de un adulto y ampliar la autonomía del adolescente; reconocer el deseo de participación de un abuelo y mantener la autoridad parental; o validar la independencia de un hijo adulto y establecer responsabilidades económicas claras.

El acompañamiento en las transiciones depende precisamente de esta capacidad. Cuando un adolescente adquiere mayor independencia, un joven abandona el hogar, una pareja tiene su primer hijo o una persona mayor comienza a necesitar cuidados, la familia debe modificar parcialmente su organización. Algunas tensiones representan el reajuste necesario de





los roles y no deberían patologizarse automáticamente. El problema aparece cuando la familia no consigue completar la transición y mantiene durante años conflictos vinculados con posiciones que deberían haberse modificado. Gardoqui Gutiérrez (2026) subraya que acontecimientos como la adolescencia, la jubilación, la separación o la incorporación de nuevos integrantes pueden intensificar las tensiones intergeneracionales y constituir motivos para buscar acompañamiento terapéutico.

La prevención puede comenzar mediante la revisión periódica de normas y responsabilidades, especialmente durante cambios significativos. Las familias pueden explicitar acuerdos sobre privacidad, contribuciones domésticas, decisiones económicas, participación de los abuelos, cuidado de personas mayores y autonomía de hijos adolescentes o adultos. Esto permite adaptar la organización antes de que las discrepancias se conviertan en conflictos persistentes. Los límites dejan así de entenderse exclusivamente como mecanismos de restricción y pasan a constituir herramientas dinámicas para organizar la convivencia, proteger la autonomía y sostener relaciones intergeneracionales capaces de transformarse a lo largo del ciclo vital.

Los límites tampoco necesitan ser idénticos entre todas las familias. La cultura, la estructura familiar y las circunstancias particulares influyen en la organización de la cercanía y la autonomía. Algunas familias mantienen una participación intergeneracional intensa sin experimentarla como invasiva; mientras otras requieren mayor separación. Li et al. (2026), muestran la importancia de la coparentalidad entre generaciones y advierten contra la interpretación automática de toda participación de los abuelos como interferencia. Lo relevante es comprender cómo funciona dentro del sistema familiar concreto. La diversidad cultural, sin embargo, no debería justificar prácticas que deterioren la autonomía o la seguridad; tradición y respeto pueden coexistir con revisión.

Los conflictos generacionales también pueden disminuir cuando las generaciones abandonan la necesidad de demostrarse mutuamente superioridad. Las personas mayores poseen experiencia acumulada y las generaciones jóvenes participan de transformaciones sociales y tecnológicas que aportan conocimientos diferentes. El aprendizaje puede circular en ambas direcciones: los más jóvenes pueden acceder a la memoria y la historia familiar; mientras los mayores se aproximan a nuevas prácticas y transformaciones culturales. La diferencia deja entonces de representar únicamente una fuente potencial de conflicto y puede convertirse en una oportunidad de intercambio.

La revisión de Whear et al. (2023) muestra que las intervenciones intergeneracionales han explorado actividades como voluntariado, música, reminiscencia y proyectos compartidos. Aunque la evidencia disponible no permite afirmar efectos concluyentes, estos programas muestran interés por construir encuentros significativos entre generaciones. En el ámbito familiar, actividades cotidianas como cocinar, compartir historias o intercambiar conocimientos pueden crear espacios de relación diferentes de los conflictos habituales sobre autoridad y normas. Estas experiencias no sustituyen la resolución de los problemas existentes, pero amplían el contenido del vínculo. La investigación de Li et al. (2019) sobre relaciones intergeneracionales positivas, apoyo familiar y menor sintomatología depresiva en adultos mayores chinos refuerza precisamente la importancia de considerar no solo la ayuda proporcionada, sino también la calidad de la relación.

Acompañar a una persona mayor no debería reducirse a resolver necesidades prácticas. Escuchar, consultar decisiones y reconocer su contribución permite preservar participación y dignidad. De manera semejante, acompañar a un adolescente implica reconocerlo como sujeto en desarrollo y no únicamente como un problema que debe controlarse. Ambas situaciones expresan un mismo principio: el cuidado resulta más respetuoso cuando mantiene la agencia





de quien recibe apoyo. Los límites familiares también deben proteger a los integrantes más vulnerables frente a conflictos adultos. Los niños no deberían convertirse en mensajeros, árbitros o aliados en disputas entre generaciones; cuando padres y abuelos mantienen diferencias sobre la crianza, corresponde a los adultos resolverlas. Čepukienė y Neophytou (2024) refuerzan la relevancia de observar estas triangulaciones dentro de la transmisión intergeneracional de dificultades.

Clarificar los límites significa también proteger a los hijos de responsabilidades emocionales propias de los adultos. Un adolescente puede expresar su opinión sobre un conflicto familiar sin convertirse en consejero permanente de sus padres. Participar no equivale a asumir funciones que no corresponden a su posición. La autoridad parental se fortalece cuando puede ejercerse sin recurrir a alianzas contra otros integrantes, especialmente cuando participa la familia extensa. La coherencia no exige unanimidad: los niños pueden saber que los adultos piensan de manera diferente, pero esas diferencias no deberían obligarlos a elegir lealtades ni situarlos en medio de disputas irresueltas. De este modo, límites, autoridad y acompañamiento forman parte de una misma organización: los límites clarifican espacios y responsabilidades; la autoridad protege y orienta; el acompañamiento facilita transiciones; la negociación permite actualizar reglas; y la comunicación intergeneracional contribuye a que la diferencia no se convierta automáticamente en ruptura.

La evidencia revisada permite sostener que las dinámicas intergeneracionales pueden proyectar sus efectos a lo largo de la vida. Los patrones de conflicto pueden presentar continuidad entre generaciones (Rothenberg et al., 2018); mientras determinados procesos relacionales de la familia de origen pueden vincularse con diferenciación, coparentalidad y funcionamiento familiar posterior (Čepukienė & Neophytou, 2024). Estos hallazgos no justifican una interpretación determinista, sino que destacan la posibilidad de reconocer y transformar

patrones. Las relaciones entre generaciones también pueden convertirse en recursos: el apoyo familiar y la calidad del vínculo se relacionan con bienestar en adultos mayores (Li et al., 2019); la colaboración entre padres y abuelos constituye una dimensión relevante del funcionamiento de familias con coparentalidad intergeneracional (Li et al., 2026); y los intercambios de apoyo continúan transformándose desde la adultez joven hasta etapas avanzadas del ciclo vital (Seltzer, 2015).

La perspectiva intergeneracional permite observar simultáneamente continuidad y cambio. Las familias transmiten valores, prácticas y formas de relación, pero cada generación introduce también modificaciones. Una familia que intenta conservarlo todo puede volverse rígida; mientras una que pretende romper completamente con su historia puede perder recursos significativos de identidad y pertenencia. La tarea consiste en distinguir qué merece continuidad y qué necesita transformación. Los límites ocupan un lugar central porque permiten que cada generación conserve su identidad sin dejar de participar en el sistema familiar: el vínculo permanece, pero las responsabilidades se diferencian; la cercanía continúa, pero no exige acceso ilimitado; y el apoyo puede mantenerse sin sustituir innecesariamente la autonomía.

El acompañamiento familiar alcanza su mayor capacidad protectora cuando incorpora esta lógica. Acompañar durante una transición implica permanecer presente mientras la relación cambia, pues no puede acompañarse adecuadamente un proceso evolutivo intentando impedirlo. Cuando un adolescente reclama decisiones propias, un adulto joven forma una familia o un progenitor mayor necesita nuevas formas de ayuda, el sistema debe aprender a relacionarse de manera diferente. Muchos conflictos intergeneracionales pueden expresar precisamente dificultades para actualizar la estructura familiar. La solución no consiste necesariamente en conseguir que una de las partes ceda, sino en construir una relación más adecuada a la etapa actual. La autoridad también debe modificar





su intensidad: durante la infancia dirige más; durante la adolescencia negocia más; en la adultez reconoce independencia; y posteriormente puede convertirse principalmente en consejo y apoyo.

Una autoridad incapaz de retirarse puede terminar obstaculizando aquello que inicialmente debía promover. Educar para la autonomía significa aceptar progresivamente que determinadas decisiones dejarán de corresponder a los padres. Del mismo modo, recibir cuidados no debería obligar a renunciar innecesariamente a la capacidad de elección. Los adultos mayores pueden necesitar apoyo y conservar voz en las decisiones relacionadas con su vida. El establecimiento de límites adecuados requiere, por tanto, tres capacidades familiares relacionadas: reconocer el cambio, tolerar la diferencia y negociar responsabilidades. Reconocer el cambio impide tratar a las personas como si permanecieran en una etapa anterior; tolerar la diferencia permite que cada generación desarrolle perspectivas propias sin convertirlas automáticamente en amenazas; y negociar responsabilidades transforma necesidades y expectativas en acuerdos concretos.

Cuando alguna de estas capacidades falla, el conflicto puede intensificarse. Si el cambio no es reconocido, la autonomía puede interpretarse como desobediencia; si la diferencia no se tolera, cada desacuerdo puede convertirse en un ataque identitario; y si las responsabilidades no se negocian, aparecen expectativas contradictorias y resentimientos. El acompañamiento profesional puede contribuir a reconstruir estas capacidades cuando se han deteriorado. La mediación puede facilitar acuerdos; la terapia familiar puede revelar patrones relacionales; y el counselling puede fortalecer recursos en contextos de vulnerabilidad. Estas modalidades no sustituyen a la familia, sino que proporcionan condiciones para reorganizar patrones que dificultan la convivencia.

Establecer límites adecuados significa construir fronteras suficientemente claras para proteger seguridad, responsabilidades y privacidad, pero

suficientemente flexibles para modificarse conforme aumenta la autonomía. La evidencia sobre normas parentales destaca la importancia de una estructura comprensible durante la infancia (Palacios Madero et al., 2024); mientras los estudios sobre conflictos y coparentalidad intergeneracional muestran que los límites necesitan reorganizarse cuando varias generaciones participan del cuidado (Li et al., 2026; Roo-Prato et al., 2016). Las investigaciones sobre transmisión familiar recuerdan, además, que los patrones relacionales pueden proyectarse hacia generaciones posteriores cuando no son reconocidos y transformados (ČepukienČ & Neophytou, 2024; Rothenberg et al., 2018). Desde esta perspectiva, límites, autoridad y acompañamiento constituyen dimensiones relacionadas de una organización familiar que necesita ofrecer seguridad sin impedir el desarrollo, conservar pertenencia sin anular diferenciación y sostener el cuidado sin convertirlo en control.

A su vez, las relaciones intergeneracionales poseen un potencial que excede la prevención del conflicto y pueden constituirse en redes de apoyo, pertenencia y cuidado a lo largo de toda la vida (Li et al., 2019; Seltzer, 2015). Por ello, la finalidad de los límites no debería ser disminuir el vínculo, sino hacerlo más claro, respetuoso y sostenible. Una familia con límites saludables permite mantener vínculos significativos sin perder diferenciación: los padres pueden cuidar sin controlar permanentemente la vida de sus hijos; los adolescentes buscar autonomía sin interpretar cada límite como rechazo; los adultos jóvenes construir proyectos propios sin romper necesariamente con su familia de origen; y los abuelos participar y transmitir experiencia sin sustituir la autoridad correspondiente a la nueva generación parental.

Los conflictos generacionales adquieren entonces un significado diferente. Pueden interpretarse como señales de que el sistema familiar necesita reorganizar expectativas, roles o fronteras. Abordarlos constructivamente supone escuchar las necesidades de cada generación, reconocer las condiciones





históricas y relacionales desde las cuales interpreta la realidad y construir acuerdos compatibles con las responsabilidades actuales. La autonomía tampoco aparece como una concesión que los adultos entregan de una sola vez, sino como una capacidad construida mediante transferencias sucesivas de responsabilidad. El límite que hoy necesita establecerse externamente puede convertirse posteriormente en una decisión autónoma. La función de la familia consiste en acompañar este tránsito sin retirarse prematuramente ni mantener formas de control más allá de lo necesario.

De esta manera, la autoridad alcanza su sentido educativo más profundo cuando prepara progresivamente para dejar de ser indispensable. El acompañamiento adquiere mayor calidad cuando ayuda sin sustituir; el límite cumple su función cuando protege sin inmovilizar; y la relación intergeneracional se fortalece cuando las diferencias pueden existir sin poner permanentemente en riesgo la pertenencia. Las familias atraviesan su historia redefiniendo la distancia adecuada entre sus integrantes: se acercan cuando alguien necesita cuidado y permiten mayor separación cuando aumenta la necesidad de autonomía; reciben nuevos integrantes, pierden otros, reorganizan responsabilidades y transforman jerarquías. Ninguna frontera permanece idéntica porque ninguna familia permanece inmóvil.

La capacidad de realizar estos ajustes constituye una dimensión esencial de la salud relacional. Cuidar a un niño no es lo mismo que acompañar a un adolescente; acompañar a un hijo adulto no equivale a dirigirlo; y cuidar a un progenitor mayor no significa necesariamente decidir por él. Cada transición requiere una forma diferente de presencia y una reorganización de los límites. Por ello, límites y acompañamiento no deberían entenderse como fuerzas contrarias. Un acompañamiento sin límites puede convertirse en invasión; mientras un límite sin acompañamiento puede experimentarse como abandono. Una relación familiar protectora necesita suficiente cercanía para

proporcionar apoyo y suficiente diferenciación para favorecer la autonomía.

La convivencia intergeneracional alcanza una forma más madura cuando cada generación puede conservar un lugar significativo sin intentar ocupar el correspondiente a las demás. Padres que continúan ejerciendo sus funciones sin impedir que sus hijos crezcan; abuelos que acompañan sin sustituir; hijos que desarrollan independencia sin negar la importancia de sus vínculos; y adultos que cuidan a generaciones mayores respetando su dignidad configuran un sistema capaz de adaptarse a las transformaciones del ciclo vital. En este equilibrio reside la principal función de los límites familiares: no levantar muros, sino organizar las relaciones para que cuidado, autoridad, autonomía y pertenencia puedan coexistir. Cuando la familia consigue negociar estas fronteras, las diferencias generacionales pueden convertirse en oportunidades para revisar prácticas heredadas, construir nuevos acuerdos y fortalecer vínculos capaces de transformarse junto con quienes los integran.





04.

Salud, discapacidad y cuidados en la dinámica familiar

4.1. Enfermedad crónica y adaptación familiar

La enfermedad crónica constituye un acontecimiento capaz de modificar profundamente la organización familiar. Aunque el diagnóstico corresponda a una persona concreta, sus efectos alcanzan al conjunto del hogar mediante tratamientos prolongados, controles médicos, cambios de hábitos, vigilancia de síntomas y posibles limitaciones funcionales. Estas demandas pueden transformar rutinas, responsabilidades, relaciones afectivas, proyectos y condiciones económicas, obligando a redistribuir recursos y funciones durante periodos prolongados. Golics et al. (2013a) destacan que las enfermedades producen repercusiones significativas sobre los familiares y que este impacto debe considerarse

dentro de la atención médica. La preocupación por la evolución del paciente, las responsabilidades adicionales y las consecuencias emocionales muestran que la enfermedad se desarrolla dentro de un sistema relacional que también necesita atención.

Golics et al. (2013b), al analizar el impacto de las enfermedades crónicas de pacientes procedentes de 26 especialidades sobre la calidad de vida familiar, muestran que sus efectos alcanzan actividades, relaciones, bienestar emocional y organización cotidiana. Aunque el paciente experimenta directamente los síntomas, tratamientos y limitaciones, sus familiares afrontan incertidumbre, nuevas responsabilidades, restricciones y modificaciones de sus propios proyectos. La familia deja así de ser únicamente acompañante y se convierte en una unidad directamente afectada. El impacto no es idéntico para todos sus integrantes, pero la cronicidad introduce una realidad compartida que exige reorganizar funciones y desarrollar nuevas formas de respuesta.

Esta reorganización puede comenzar desde el diagnóstico, cuando se modifica la representación familiar del presente y del futuro y aparecen interrogantes sobre pronóstico, tratamiento y posibilidades de adaptación. Pérez Sánchez et al. (2011) sitúan la percepción familiar de la enfermedad crónica como un elemento relevante para comprender estas respuestas, pues la experiencia depende tanto de las características clínicas como de los significados contruidos alrededor de ellas. Las creencias, experiencias previas, conocimientos y expectativas familiares pueden influir en la interpretación de los riesgos, tratamientos y capacidades del paciente. La adaptación requiere, por tanto, modificaciones prácticas y un proceso de elaboración que permita integrar la enfermedad en la vida familiar sin convertirla en el centro de todas sus relaciones y actividades.

Las enfermedades crónicas pueden repercutir ampliamente sobre la organización doméstica y el bienestar familiar. Ramírez Sánchez et al. (2022) destacan la necesidad de considerar estas





consecuencias más allá de la dimensión biomédica. Consultas, tratamientos, hospitalizaciones, rehabilitación, medicamentos y vigilancia cotidiana deben integrarse con el trabajo, los estudios, el cuidado de otros integrantes y las responsabilidades domésticas. Cuando existen episodios impredecibles, también pueden modificarse actividades recreativas, celebraciones y compromisos laborales. Esta reorganización suele implicar una redistribución de funciones: algunos integrantes asumen acompañamientos médicos; otros, tareas domésticas o responsabilidades económicas adicionales. Adaptarse no significa únicamente incorporar nuevas tareas, sino reorganizar las existentes de acuerdo con las nuevas necesidades.

Estas respuestas varían considerablemente entre familias. Henao Buriticá et al. (2017) sitúan la enfermedad crónica dentro de configuraciones familiares caracterizadas por diferentes estructuras, relaciones, redes y recursos. Por ello, diagnósticos clínicamente semejantes pueden producir procesos de reorganización distintos según las personas disponibles para colaborar, la calidad de los vínculos, las condiciones materiales y el grado de autonomía del paciente. Algunas familias distribuyen las responsabilidades entre varios integrantes; mientras otras dependen de un cuidador principal o disponen de redes limitadas. La intensidad de la reorganización depende así de la interacción entre las características de la enfermedad y las condiciones particulares del sistema familiar.

La redistribución de roles constituye una de las transformaciones más significativas. Una persona que aportaba ingresos puede reducir su actividad laboral, quien organizaba el hogar puede comenzar a necesitar ayuda y un cónyuge, hijo o hermano asumir nuevas responsabilidades de cuidado. Estas modificaciones afectan también las identidades relacionales, pues alguien continúa siendo esposo, hija o hermano mientras incorpora funciones vinculadas con medicamentos, citas, asistencia o decisiones

sanitarias. La reorganización no debería reducir a la persona enferma a la condición de paciente ni al familiar a la función de cuidador. Mantener conversaciones, intereses, actividades y decisiones que trasciendan la enfermedad contribuye a preservar la continuidad de los vínculos y evita que la condición médica se convierta en el único principio organizador de la vida familiar.

Rolland (2025), mediante un modelo de práctica multisistémico, permite comprender que la respuesta a la enfermedad crónica se relaciona simultáneamente con la condición de salud, el ciclo vital, las relaciones familiares y los sistemas externos. El diagnóstico aparece en una familia que ya posee historia, fortalezas, conflictos y responsabilidades, por lo que su impacto varía según el momento de la trayectoria familiar. Una enfermedad durante la crianza de hijos pequeños plantea demandas diferentes de una condición diagnosticada cuando estos son adultos; una enfermedad pediátrica genera exigencias distintas de las asociadas con un adulto mayor; y un diagnóstico durante la etapa laboral activa puede producir consecuencias económicas y ocupacionales específicas. Comprender la reorganización exige, por tanto, considerar la enfermedad y el momento familiar en que aparece.

La enfermedad crónica pediátrica evidencia especialmente esta dimensión sistémica. Grau y Fernández Hawrylak (2010) señalan que el diagnóstico infantil introduce demandas que afectan al conjunto familiar, pues los progenitores deben articular las necesidades clínicas del niño con responsabilidades laborales, educativas, domésticas y afectivas. Al mismo tiempo, necesitan preservar la atención hacia otros hijos y mantener espacios familiares no determinados exclusivamente por la enfermedad. La concentración de cuidados sobre el niño enfermo puede resultar inevitable en determinados momentos, pero no debería relegar permanentemente las necesidades emocionales de los demás integrantes. Una reorganización adecuada no exige distribuir la atención de manera idéntica, sino



reconocer suficientemente las necesidades de cada miembro.

La adaptación familiar depende también de los apoyos externos. Seppänen et al. (2025), al estudiar familias con un niño con enfermedad crónica y sus experiencias con profesionales sanitarios, destacan la importancia del acompañamiento del sistema de salud. Comprender el diagnóstico, los objetivos terapéuticos y los signos de alarma, así como disponer de canales para resolver dudas, puede disminuir la incertidumbre y favorecer una participación más segura en el cuidado. Sin embargo, proporcionar información no significa transferir indiscriminadamente responsabilidades clínicas a la familia. El acompañamiento profesional debe fortalecer sus competencias sin descargar sobre ella obligaciones que corresponden a los servicios sanitarios.

Huang et al. (2022), mediante una metasíntesis cualitativa sobre familias después del diagnóstico de una enfermedad crónica infantil, muestran que la desorganización inicial puede dar paso al desarrollo de recursos, la modificación de expectativas y la reorganización de prioridades. La resiliencia familiar no significa ausencia de miedo, cansancio, tristeza o incertidumbre, sino capacidad para movilizar recursos, reconstruir estabilidad y adaptar el funcionamiento ante una adversidad persistente. Eggenberger et al. (2011) complementan esta perspectiva mediante el concepto de reintegración, entendido no como el regreso exacto a la situación anterior, sino como la construcción de una nueva forma de funcionamiento que incorpore la enfermedad sin permitir que domine toda la vida familiar. Las rutinas, roles y expectativas pueden reorganizarse progresivamente hasta recuperar cierta estabilidad.

Este equilibrio requiere ajustar el apoyo a las necesidades reales, pues una enfermedad crónica no implica necesariamente incapacidad general. La persona puede requerir ayuda en determinadas áreas y conservar autonomía en otras. Luo et al. (2024), al analizar la relación entre salud familiar y autoeficacia

en pacientes con enfermedades crónicas, incorporan el apoyo social percibido y la alfabetización en salud. La relación entre enfermedad y familia es recíproca: la condición modifica el funcionamiento familiar y, a su vez, el apoyo, la colaboración, el conflicto o la sobreprotección pueden influir en su gestión cotidiana. Mestre et al. (2024) amplían esta perspectiva al situar el autocuidado dentro de la dinámica familiar. La gestión de la enfermedad puede implicar conocimientos compartidos, decisiones, vigilancia y apoyo emocional, pero no debería convertirse en una transferencia ilimitada de responsabilidades sanitarias al hogar.

La sostenibilidad del cuidado se relaciona directamente con la prevención de la sobrecarga. Leyton-Hernández et al. (2025) examinan la funcionalidad familiar y las enfermedades crónicas desde una perspectiva preventiva, permitiendo identificar riesgos y redistribuir responsabilidades antes de alcanzar niveles elevados de agotamiento. La carga no procede únicamente de las tareas visibles, sino también de la vigilancia constante, la responsabilidad sobre decisiones, la interrupción del descanso, la preocupación anticipatoria y la coordinación de servicios. Incluso cuando las actividades prácticas se distribuyen, la responsabilidad mental y emocional puede permanecer concentrada en una sola persona. Por ello, resulta necesario analizar quién cuida, durante cuánto tiempo y con qué consecuencias, especialmente cuando desigualdades previas o expectativas culturales concentran las responsabilidades en determinados integrantes.

La dimensión económica constituye otro eje de reorganización. Las enfermedades crónicas pueden generar gastos relacionados con tratamientos, medicamentos, desplazamientos, alimentación, adaptaciones o asistencia y, simultáneamente, reducir la capacidad laboral del paciente o de sus familiares. Cubero Sandoval et al. (2008), al estudiar el sistema familiar ante el diagnóstico de cáncer de uno de sus miembros, muestran cómo una enfermedad grave puede exigir la revisión de funciones, expectativas





y formas de afrontamiento. Los efectos económicos trascienden el gasto sanitario: reducir jornadas laborales para acompañar consultas disminuye ingresos, contratar apoyo incrementa gastos y asumir directamente el cuidado puede reducir costos monetarios inmediatos mientras aumenta los costos laborales, emocionales y personales.

Las relaciones de pareja también pueden transformarse cuando uno de sus integrantes enferma. La redistribución de responsabilidades puede generar desequilibrios y tensiones cuando faltan espacios para comunicar necesidades, cansancio y expectativas. El cuidado puede absorber progresivamente la relación si las conversaciones y actividades quedan concentradas en síntomas, medicamentos y responsabilidades. Por ello, resulta importante preservar espacios donde ambos integrantes puedan reconocerse más allá de los roles de paciente y cuidador. La reorganización familiar tampoco debe interpretarse únicamente desde sus consecuencias negativas, pues la enfermedad puede movilizar cooperación, solidaridad y capacidades previamente poco utilizadas. Algunas familias reorganizan prioridades, fortalecen vínculos y desarrollan nuevas formas de apoyo, aunque estas respuestas no deben idealizarse ni considerarse automáticas.

Aljohani et al. (2024), mediante una revisión sistemática sobre dinámica familiar y manejo de enfermedades crónicas en atención primaria, refuerzan la necesidad de comprender la enfermedad dentro de las relaciones y condiciones sociales que rodean al paciente. Gran parte del manejo cotidiano ocurre en el hogar, por lo que las recomendaciones sobre alimentación, actividad física, adherencia farmacológica o rutinas necesitan ajustarse a los recursos y formas reales de convivencia. Sin embargo, la familia no debe considerarse únicamente como instrumento para mejorar la adherencia. Golics et al. (2013a, 2013b) muestran que sus integrantes también experimentan consecuencias derivadas de la enfermedad, por lo

que incorporarlos a la atención exige reconocer tanto su capacidad de apoyo como las cargas que pueden asumir.

El bienestar psicológico constituye otra dimensión central de la cronicidad. La incertidumbre, el temor a complicaciones, la modificación de proyectos y las demandas prolongadas pueden generar tensión emocional con características diferentes según la etapa vital. Boris et al. (2024), al comparar la salud mental general de niños y adolescentes con enfermedades crónicas y pares saludables, muestran la necesidad de incorporar las dimensiones psicológicas durante etapas evolutivas sensibles. Estas repercusiones no implican automáticamente deterioro psicológico o disfunción familiar, pues las respuestas dependen de recursos personales, familiares, sanitarios y sociales.

La adaptación tampoco constituye un resultado definitivo, ya que las demandas pueden cambiar con una exacerbación, un nuevo tratamiento o la aparición de limitaciones. Mestre et al. (2024) conceptualizan el autocuidado familiar como un patrón en evolución; Huang et al. (2022) muestran este carácter procesual mediante la resiliencia familiar posterior al diagnóstico. Las estrategias y responsabilidades se modifican según las circunstancias, por lo que la resiliencia no debe convertirse en una exigencia moral que ignore las desigualdades económicas, laborales, sociales o sanitarias. Rolland (2025) permite comprender esta adaptación desde una perspectiva multisistémica, en la que la capacidad de respuesta depende de los recursos familiares y también de las oportunidades y barreras existentes fuera del hogar.

Los apoyos externos deben responder a necesidades concretas y no limitarse a su mera disponibilidad. Seppänen et al. (2025) sitúan a los profesionales sanitarios dentro de estas redes y muestran la importancia de la experiencia familiar respecto del apoyo recibido. Una comunicación clara, la continuidad asistencial y el reconocimiento de la experiencia familiar pueden facilitar el manejo cotidiano; mientras la información fragmentada y las exigencias





descoordinadas pueden incrementar la carga. Cuando intervienen múltiples especialidades, las familias pueden terminar actuando como intermediarias entre profesionales y servicios. Una atención centrada en la familia debería evitar que la complejidad del sistema sanitario se transfiera innecesariamente al hogar.

La enfermedad crónica modifica también la relación con el futuro al introducir incertidumbre y exigir la revisión de proyectos. Adaptarse no significa renunciar a ellos, sino recuperar la posibilidad de imaginar una vida que incluya la enfermedad sin quedar definida exclusivamente por ella. Eggenberger et al. (2011) conceptualizan este proceso como reintegración, mediante la construcción de una nueva normalidad en la que la condición crónica convive con trabajo, educación, ocio, afectos y proyectos. Esta estabilidad puede alterarse ante hospitalizaciones, complicaciones o cambios clínicos sin representar necesariamente un fracaso adaptativo. La capacidad familiar se expresa también en la posibilidad de reorganizarse nuevamente cuando cambian las circunstancias.

La comunicación resulta fundamental en estos reajustes. El paciente necesita expresar dónde requiere ayuda y dónde desea conservar autonomía; el cuidador debe poder comunicar cansancio y límites; y los demás integrantes necesitan manifestar sus preocupaciones. Luo et al. (2024) muestran la relevancia de la salud familiar, el apoyo social percibido y la alfabetización en salud para la autoeficacia de las personas con enfermedades crónicas. Una familia que apoya sin sustituir innecesariamente puede favorecer la percepción de capacidad; mientras la sobreprotección puede limitarla. El equilibrio entre cuidado y autonomía debe revisarse según las circunstancias, permitiendo asumir mayores funciones durante las crisis y devolver responsabilidades durante los periodos de estabilidad.

La prevención de la sobrecarga planteada por Leyton-Hernández et al. (2025) exige revisar continuamente la organización familiar y redistribuir responsabilidades

antes de que el agotamiento se consolide. Esta valoración debe identificar las cargas existentes y reconocer fortalezas como comunicación, capacidad de reorganización, redes disponibles y disposición para cooperar. Huang et al. (2022) muestran que la resiliencia familiar implica movilizar y reconstruir recursos después del diagnóstico, reconociendo a las familias como agentes activos de la adaptación y no únicamente como receptoras de las consecuencias de la enfermedad.

No obstante, la capacidad de acción familiar posee límites. Las barreras económicas, laborales, sanitarias y sociales requieren respuestas institucionales, pues una familia puede organizar adecuadamente sus responsabilidades y continuar afrontando costos insostenibles o dificultades de acceso a servicios. Golics et al. (2013a, 2013b) muestran que las repercusiones de la enfermedad alcanzan la calidad de vida y la experiencia de los familiares, por lo que la familia debe considerarse simultáneamente como contexto del paciente, participante del cuidado y sujeto que también puede necesitar apoyo.

En conjunto, la adaptación implica construir una organización capaz de incorporar una condición persistente sin quedar completamente definida por ella. Mestre et al. (2024); y Eggenberger et al. (2011) permiten comprender este proceso desde el autocuidado familiar en evolución y la reintegración. La enfermedad puede exigir cambios en rutinas, roles, responsabilidades, recursos económicos, relaciones y bienestar emocional, dimensiones que se influyen mutuamente. Golics et al. (2013a, 2013b); Leyton-Hernández et al. (2025); y Ramírez Sánchez et al. (2022) respaldan la necesidad de incorporar estas repercusiones al análisis familiar, pues la estabilidad clínica del paciente puede coexistir con agotamiento del cuidador, dificultades económicas o deterioro de las relaciones.

En las familias con niños y adolescentes, Boris et al. (2024); Huang et al. (2022); y Seppänen et al. (2025) permiten integrar bienestar psicológico, reorganización





familiar, resiliencia y apoyo profesional. La enfermedad aparece durante etapas en las que continúan desarrollándose autonomía, identidad, escolarización y relaciones sociales, por lo que el cuidado debe proteger la salud sin restringir innecesariamente las oportunidades de desarrollo. De manera más amplia, Aljohani et al. (2024); Luo et al. (2024); y Rolland (2025) muestran, desde perspectivas complementarias, que el manejo de las enfermedades crónicas se relaciona con las dinámicas familiares, el apoyo, el autocuidado, la autoeficacia y los sistemas de atención. Esta convergencia sitúa a la familia como una unidad de relevancia clínica y psicosocial, sin perder de vista la autonomía y la individualidad de la persona enferma (Grau y Fernández Hawrylak, 2010; Mestre et al., 2024).

El desafío consiste en construir una organización familiar sostenible. Una respuesta basada exclusivamente en el sacrificio puede funcionar durante una crisis breve, pero resulta difícil de mantener ante la cronicidad. Los cuidadores necesitan descanso; el paciente, conservar la mayor autonomía posible; los demás integrantes, continuar sus propios procesos vitales; y la familia, organizar sus recursos y preservar espacios de relación no definidos exclusivamente por el cuidado.

Por esta razón, adaptarse no significa que la enfermedad deje de generar dificultades. Significa que la familia desarrolla una manera suficientemente viable de incorporarla a su funcionamiento. Puede haber nuevas crisis, cansancio, incertidumbre y necesidad de reorganización. La adaptación no elimina la vulnerabilidad, pero aumenta la capacidad para responder a ella.

En definitiva, la enfermedad crónica transforma a la familia porque altera la relación entre tiempo, cuidado, responsabilidades, recursos, autonomía y proyectos. El diagnóstico puede iniciar un periodo de desorganización, pero no determina por sí mismo el resultado familiar. La trayectoria posterior depende de la interacción entre características de la enfermedad, recursos individuales, funcionamiento familiar, redes

de apoyo y condiciones sanitarias y sociales. La familia puede experimentar sobrecarga y conflicto, pero también desarrollar procesos de aprendizaje, resiliencia y reintegración.

La reorganización más favorable no es aquella en la que la familia consigue actuar como si la enfermedad no existiera, sino aquella en la que logra reconocerla sin permitir que absorba completamente su identidad. Esto supone integrar el cuidado dentro de la vida familiar, distribuir responsabilidades de manera sostenible, proteger el bienestar de quienes cuidan, mantener la participación de la persona enferma (Mestre et al., 2024), preservar vínculos y proyectos y solicitar apoyo cuando los recursos internos resultan insuficientes. Eggenberger et al. (2011); Huang et al. (2022); y Rolland (2025) permiten comprender esta adaptación como un proceso dinámico de reorganización, aprendizaje e integración.

Así, la enfermedad crónica no afecta únicamente a un organismo; entra en una red de relaciones. Modifica horarios, redistribuye funciones, consume o moviliza recursos, transforma expectativas y obliga a renegociar formas de cuidado y autonomía. Precisamente por ello, la familia no puede ocupar un lugar secundario en su comprensión. Reconocerla como parte activa del proceso permite avanzar desde una atención centrada exclusivamente en la patología hacia una perspectiva capaz de considerar cómo se sostiene la vida cotidiana cuando la enfermedad pasa a formar parte de ella.

4.2. Discapacidad, autonomía y participación en la familia

La discapacidad introduce desafíos particulares en la vida familiar porque sitúa a sus integrantes ante la necesidad de articular protección, cuidado, apoyo, accesibilidad, participación y autonomía sin reducir a la persona a sus limitaciones funcionales. A diferencia de una interpretación centrada exclusivamente en el déficit individual, comprender la discapacidad desde el entorno familiar exige analizar la interacción entre las características de la persona, las condiciones





materiales y sociales que la rodean, los apoyos disponibles y las oportunidades reales que encuentra para participar en las decisiones que afectan su vida. La familia puede constituirse en uno de los principales recursos para favorecer inclusión y bienestar, pero también puede convertirse, aun con intenciones protectoras, en un espacio donde se restrinja innecesariamente la autonomía. El desafío consiste en ofrecer el apoyo necesario sin sustituir capacidades que la persona conserva o puede desarrollar.

Esta distinción resulta fundamental porque discapacidad, dependencia y falta de autonomía no son conceptos equivalentes. Salvador-Carulla y Gasca (2010) plantean precisamente la necesidad de diferenciar discapacidad, funcionamiento, autonomía y dependencia dentro de modelos centrados en la persona y de atención integrada. Una persona puede experimentar limitaciones importantes para ejecutar determinadas actividades y conservar, al mismo tiempo, capacidad para expresar preferencias, establecer prioridades, tomar decisiones o participar significativamente en ellas. Del mismo modo, necesitar ayuda para realizar una acción no implica necesariamente carecer de capacidad para decidir cómo, cuándo y por quién desea recibir esa ayuda.

La autonomía, por tanto, no debería definirse como ausencia absoluta de apoyo. Una comprensión excesivamente individualista podría identificar autonomía con autosuficiencia y dependencia con pérdida de capacidad decisoria. Sin embargo, la vida humana se desarrolla mediante relaciones de interdependencia. Todas las personas necesitan apoyos en diferentes momentos y ámbitos; la discapacidad puede aumentar o hacer más visibles algunas de esas necesidades, pero no elimina por ello el derecho a ejercer control razonable sobre la propia existencia. La cuestión central no consiste en determinar si una persona necesita ayuda, sino en analizar de qué manera esa ayuda puede prestarse respetando sus preferencias, dignidad, capacidades y participación.

Van Loon et al. (2024) permiten comprender con especial claridad esta diferencia al estudiar cómo adultos mayores con limitaciones físicas mantienen su autonomía en residencias. Su trabajo muestra la importancia de la dimensión relacional de la autonomía: una persona puede conservar capacidad para decidir y, sin embargo, necesitar que otros colaboren para ejecutar aquello que ha decidido. La autonomía cotidiana depende entonces de que quienes proporcionan apoyo sean sensibles a las preferencias y señales de la persona, permitiéndole participar activamente en cuestiones tan básicas y significativas como la organización de sus actividades, el uso de espacios o las decisiones relevantes sobre su vida.

Este planteamiento modifica profundamente la concepción del cuidado. Cuidar no debería significar decidir sistemáticamente por la persona, sino proporcionar las condiciones necesarias para que pueda ejercer el mayor grado posible de elección y control. En determinadas situaciones será necesario realizar tareas en su nombre, pero incluso entonces pueden existir posibilidades de consultar preferencias, explicar alternativas, respetar ritmos y reconocer expresiones verbales o no verbales de aceptación y rechazo. La dependencia para ejecutar determinadas actividades no debería transformarse automáticamente en dependencia decisoria.

Precisamente por ello, el entorno familiar ocupa una posición ambivalente y potencialmente decisiva. Puede proporcionar afecto, seguridad, asistencia, conocimiento de las necesidades individuales y continuidad en el acompañamiento. Alustiza-Galarza (2005), al analizar el entorno familiar de las personas con discapacidad, permite situar la experiencia de la discapacidad dentro de estructuras familiares concretas y recordar que buena parte de los apoyos cotidianos se organiza en el ámbito doméstico. Sin embargo, la importancia de la familia no debería conducir a asumir que cualquier intervención familiar





resulta automáticamente beneficiosa. El valor del apoyo depende también de la forma en que se ejerce.

La familia puede facilitar oportunidades o restringirlas. Puede acompañar una decisión o sustituirla; promover experiencias de aprendizaje o evitar todo riesgo; ampliar relaciones sociales o concentrar la vida de la persona dentro del hogar; estimular habilidades o realizar permanentemente actividades que la persona podría aprender a desempeñar. Estas diferencias adquieren especial importancia porque las decisiones cotidianas construyen progresivamente expectativas acerca de lo que una persona es capaz de hacer.

La sobreprotección constituye uno de los principales riesgos en este proceso. Con frecuencia surge de una preocupación legítima por la seguridad. Los familiares pueden haber acompañado a la persona durante experiencias médicas, educativas o sociales difíciles y conocer barreras que efectivamente existen en el entorno. Evitar riesgos puede parecer entonces una forma evidente de cuidado. Sin embargo, cuando la protección se extiende indiscriminadamente a ámbitos donde la persona podría participar, decidir o aprender, termina reduciendo oportunidades de desarrollo.

Barbara y Callus (2025) muestran esta tensión al estudiar experiencias de empoderamiento y sobreprotección en personas con discapacidad intelectual. Sus resultados vinculan la sobreprotección con limitaciones en las oportunidades para desarrollar habilidades de vida independiente, ampliar relaciones y disponer de mayor espacio personal; mientras que el empoderamiento favorece posibilidades de desarrollo personal y social. La vida independiente no significa ausencia de ayuda, sino capacidad para vivir de acuerdo con las propias decisiones contando con los apoyos necesarios.

Esta diferencia permite comprender por qué hacer todo por una persona puede ser menos favorable que hacer con ella aquello para lo que todavía necesita apoyo. La sustitución sistemática reduce oportunidades de aprendizaje. Vestirse, organizar objetos personales, utilizar dinero, desplazarse,

elegir actividades, participar en tareas domésticas o comunicar preferencias pueden requerir diferentes grados de ayuda según la persona. Si el entorno asume anticipadamente que una dificultad implica incapacidad total, puede impedir que determinadas competencias lleguen a desarrollarse.

Vega Fuentes (2012) sitúa precisamente la transición desde la dependencia hacia la autonomía en relación con la educación. Esta perspectiva resulta esencial porque muchas capacidades asociadas con una vida más autónoma requieren aprendizaje. La autonomía no aparece espontáneamente al alcanzar la mayoría de edad ni puede exigirse después de una infancia completamente dirigida por otros. Necesita construirse mediante oportunidades graduales de elección, responsabilidad, ensayo, error y participación.

Desde edades tempranas, permitir que un niño con discapacidad tome decisiones compatibles con su desarrollo puede constituir una forma de preparación para decisiones posteriores más complejas. Elegir entre actividades, expresar preferencias respecto de la ropa, participar en la organización de sus pertenencias, colaborar en tareas domésticas o manifestar con quién desea compartir determinadas experiencias son formas iniciales de autodeterminación. Su importancia no se encuentra únicamente en la decisión concreta, sino en el mensaje relacional que transmiten: su opinión tiene valor y puede producir consecuencias reales.

Esta progresión adquiere especial relevancia durante la adolescencia. Taub y Werner (2023) estudiaron la toma autónoma de decisiones y la autodeterminación desde las perspectivas de adolescentes con discapacidad y sus progenitores. Sus resultados muestran asociaciones entre la promoción parental de decisiones autónomas, las oportunidades disponibles en el hogar y las capacidades de autodeterminación de los adolescentes. En otras palabras, la autonomía se fortalece cuando existe posibilidad efectiva de practicarla.

La familia puede iniciar así un proceso virtuoso. Cuando percibe capacidades y ofrece oportunidades



razonables, el adolescente participa con mayor frecuencia; esa participación permite desarrollar habilidades y demostrar competencias; las competencias observadas pueden aumentar la confianza familiar y generar nuevas oportunidades. El proceso contrario también es posible: si se presume incapacidad, disminuyen las oportunidades; al disminuirlas, se desarrollan menos habilidades; la escasa experiencia termina interpretándose como confirmación de la incapacidad inicial.

Por ello, las expectativas familiares poseen efectos importantes. Expectativas irreales pueden generar frustración y presión, pero expectativas excesivamente bajas también pueden limitar el desarrollo. El acompañamiento adecuado necesita reconocer las limitaciones existentes sin convertirlas en una definición total de la persona. Una dificultad en determinadas áreas no autoriza a presumir incapacidad en todas las demás.

Ye et al. (2026) aportan una perspectiva particularmente importante porque revisan las relaciones familiares desde la voz de jóvenes con discapacidad. Su revisión muestra que las familias suelen constituir fuentes fundamentales de apoyo práctico, emocional, informativo y social, pero también identifica tensiones relacionadas con sobreprotección, restricciones de libertad e independencia y experiencias de exclusión de determinadas decisiones. El estudio resulta especialmente significativo porque desplaza el punto de observación desde lo que los adultos creen proporcionar hacia lo que los propios jóvenes experimentan dentro de las relaciones familiares.

Escuchar directamente a las personas con discapacidad constituye un principio básico para cualquier aproximación orientada a derechos. Durante mucho tiempo, numerosos asuntos relacionados con discapacidad han sido discutidos principalmente por familiares, profesionales o instituciones. Aunque estas perspectivas poseen relevancia, no deberían sustituir sistemáticamente la experiencia de quienes viven directamente las consecuencias de las decisiones

adoptadas. Preguntar a la persona qué necesita, qué desea modificar, qué apoyos considera útiles y qué aspectos de su vida desea controlar constituye una exigencia de reconocimiento, no una concesión.

Esta consideración resulta particularmente importante cuando existen diferencias entre la percepción familiar y la percepción de la persona con discapacidad. Un progenitor puede interpretar determinada restricción como protección mientras el hijo la experimenta como control. Un cuidador puede considerar que anticiparse a todas las necesidades facilita la vida; mientras la persona percibe que no dispone de oportunidades para actuar por sí misma. Ninguna de estas perspectivas debe descartarse automáticamente, pero el conflicto necesita ser reconocido y negociado.

Las familias afrontan, además, un dilema real entre seguridad y autonomía. Determinadas discapacidades pueden incrementar riesgos concretos y exigir supervisión, adaptaciones o apoyos especializados. Reconocer el derecho a la autonomía no significa ignorar esos riesgos. La cuestión consiste en responder de manera proporcional y personalizada, evitando convertir una necesidad específica de protección en una restricción general de la libertad.

Una estrategia útil es diferenciar riesgo de incertidumbre. Toda decisión autónoma contiene algún grado de incertidumbre, incluidas las decisiones de personas sin discapacidad. Pretender eliminar completamente cualquier posibilidad de error puede convertir la protección en control permanente. La función familiar consiste más bien en identificar riesgos relevantes, proporcionar información accesible, diseñar apoyos y permitir que la persona participe en decisiones cuyos efectos puede comprender y gestionar con los recursos disponibles.

La dignidad del riesgo forma parte de esta discusión. Aprender requiere experimentar consecuencias, realizar elecciones y, en ocasiones, equivocarse. Impedir cualquier error puede dificultar la adquisición de responsabilidad. Esto no significa exponer a una persona a peligros graves o previsibles, sino reconocer





que la autonomía genuina no puede reducirse a seleccionar únicamente entre opciones previamente aprobadas por otros.

La transición hacia la vida adulta hace particularmente visible esta tensión. Quiroz Saavedra et al. (2024), al estudiar el rol de las familias en programas de promoción de la vida independiente de jóvenes con discapacidad, sitúan a la familia dentro de un proceso en el que deben coexistir acompañamiento y progresiva diferenciación. Las familias pueden ser aliadas fundamentales de los programas de autonomía, pero también necesitan participar en la transformación de expectativas y prácticas que durante años pudieron estar orientadas principalmente hacia la protección.

La vida independiente tampoco debe interpretarse como obligación de vivir solo. Independencia residencial y autonomía no son sinónimos. Una persona puede vivir con familiares y participar ampliamente en las decisiones que afectan su vida; otra puede residir físicamente fuera del hogar y continuar experimentando fuertes restricciones sobre sus elecciones. Lo esencial es el grado de control significativo que posee sobre cuestiones relevantes y la disponibilidad de apoyos elegidos o aceptados.

Huete García (2019), al abordar autonomía e inclusión de las personas con discapacidad dentro del ámbito de la protección social, permite ampliar el análisis más allá del entorno doméstico. La autonomía no depende exclusivamente de la disposición de la familia. También requiere servicios, prestaciones, accesibilidad y oportunidades sociales que reduzcan barreras. Cuando estos recursos son insuficientes, las familias pueden verse obligadas a asumir responsabilidades que dificultan simultáneamente su bienestar y la independencia de la persona.

Esta dimensión resulta decisiva para evitar responsabilizar exclusivamente a las familias por situaciones de dependencia. Una madre puede realizar todas las tareas de transporte porque el entorno carece de opciones accesibles; un adulto puede depender de familiares para actividades comunitarias porque

no dispone de asistencia personal; una persona con discapacidad puede permanecer en casa porque los espacios públicos no permiten un acceso suficiente. En tales casos, la dependencia no surge únicamente de características individuales, sino también de barreras ambientales y ausencia de apoyos.

La accesibilidad constituye, por ello, una condición material de autonomía. No basta con afirmar que una persona tiene derecho a participar si los espacios físicos, los transportes, los servicios, la información o las tecnologías permanecen organizados de manera que dificultan su participación. La accesibilidad transforma posibilidades abstractas en oportunidades reales.

Dentro del propio hogar también pueden existir barreras. Distribución de espacios, mobiliario, ubicación de objetos, sistemas de comunicación y organización de actividades pueden facilitar o dificultar el desempeño cotidiano. Adaptar el entorno puede reducir la necesidad de asistencia y aumentar la capacidad de participación. En este sentido, promover autonomía no significa únicamente entrenar a la persona para ajustarse al mundo existente; también supone modificar el entorno para eliminar obstáculos innecesarios.

Esta idea representa un cambio fundamental respecto de enfoques centrados exclusivamente en el déficit. Cuando una persona no puede realizar una actividad, la pregunta no debería limitarse a qué incapacidad individual lo explica. También es necesario analizar qué barreras existen, qué apoyos podrían incorporarse y qué modificaciones permitirían una participación mayor. La discapacidad emerge de una interacción entre condiciones personales y características del entorno, por lo que intervenir exclusivamente sobre la persona proporciona una respuesta incompleta.

La participación social constituye otro componente esencial de la autonomía. Tener necesidades de apoyo no debería significar que la vida se reduzca a relaciones familiares y servicios asistenciales. Las personas necesitan oportunidades para construir





amistades, participar en actividades comunitarias, estudiar, trabajar, desarrollar intereses, disfrutar del ocio y establecer vínculos elegidos.

Ye et al. (2026) muestran precisamente la complejidad de este aspecto entre jóvenes con discapacidad. Aunque las relaciones familiares suelen ser cercanas y proporcionar un apoyo decisivo, una dependencia social excesiva de padres y hermanos puede asociarse con menor participación fuera de la familia. La fortaleza del vínculo familiar debería convertirse en plataforma para ampliar oportunidades, no en sustitución permanente de otras relaciones.

El aislamiento puede permanecer oculto incluso en familias muy cohesionadas. Una persona puede recibir cuidados adecuados y mantener relaciones afectivas positivas dentro del hogar, pero disponer de escasas oportunidades para establecer vínculos propios fuera de él. La inclusión exige, por tanto, considerar no solo protección y cuidado, sino también pertenencia comunitaria. Cucinotta et al. (2026), al analizar la atención centrada en la familia y el bienestar familiar en un programa comunitario de deporte adaptado para niños con discapacidades del neurodesarrollo, destacan la importancia de promover intencionalmente oportunidades de interacción, participación y autonomía. La aceptación por sí sola no garantiza una conexión efectiva. La escuela, la comunidad, la cultura, el ocio y el empleo deben ofrecer espacios donde las personas con discapacidad puedan participar, establecer relaciones, tomar decisiones y contribuir de acuerdo con sus posibilidades e intereses.

La participación comunitaria puede beneficiar también al conjunto familiar. Cuando la mayor parte del apoyo depende del hogar, la organización cotidiana puede concentrarse excesivamente alrededor del cuidado y aumentar la presión sobre quienes asumen las principales responsabilidades. Ampliar las redes, los servicios y los espacios de participación permite diversificar los vínculos de la persona con discapacidad y reducir la dependencia exclusiva de las relaciones familiares. De este modo, la inclusión

comunitaria favorece que la persona construya relaciones no determinadas únicamente por sus necesidades de asistencia y, simultáneamente, que los demás integrantes mantengan espacios propios de desarrollo, interacción y autonomía.

Las relaciones entre hermanos ocupan una posición particular dentro de esta dinámica. Maldonado Hernández (2022) destaca su importancia como fuentes de acompañamiento afectivo, apoyo práctico y continuidad relacional a lo largo de la vida. Sin embargo, reconocer esta función no significa convertirlos automáticamente en futuros cuidadores. Las expectativas sobre quién asumirá responsabilidades cuando los progenitores envejezcan necesitan abordarse mediante conversaciones abiertas que permitan expresar preferencias, posibilidades y límites. Un hermano puede decidir participar activamente en el apoyo, pero esta responsabilidad no debería considerarse inevitable únicamente por la existencia del vínculo familiar.

La planificación anticipada resulta especialmente importante ante necesidades futuras de vivienda, recursos económicos, apoyos, autonomía y cuidados. Posponer indefinidamente estas conversaciones puede incrementar la incertidumbre y provocar que decisiones relevantes deban adoptarse durante situaciones de emergencia. La planificación permite incorporar la voz de la persona con discapacidad, identificar recursos y distribuir responsabilidades con mayor claridad. El punto de partida debería ser la vida que la persona desea construir y los apoyos que necesita para aproximarse a ella, en lugar de definir primero quién estará disponible para cuidarla y adaptar posteriormente su proyecto vital a esos recursos.

El papel de las personas con discapacidad dentro de la familia debe analizarse, además, desde una perspectiva que reconozca la diversidad de funciones que pueden desempeñar. Rivera Drew (2009), al revisar la literatura sobre padres y madres con discapacidad, permite cuestionar su representación exclusiva como receptoras de cuidados. Las personas





con discapacidad pueden ser simultáneamente hijos, progenitores, parejas, trabajadores y cuidadores. Necesitar asistencia para determinadas actividades no impide proporcionar afecto, consejo, organización, apoyo económico o cuidado a otros integrantes. Las relaciones familiares se sostienen mediante intercambios diversos y la discapacidad no elimina las posibilidades de contribuir al funcionamiento y bienestar del grupo.

Esta reciprocidad no exige aportaciones equivalentes. Los integrantes contribuyen de maneras diferentes según sus capacidades, edades, recursos y circunstancias, y estas contribuciones se transforman a lo largo del ciclo vital. Lo importante es evitar que la persona con discapacidad sea considerada permanentemente una carga sin reconocer sus capacidades y aportaciones. La pertenencia se fortalece cuando todos los integrantes son reconocidos como personas con necesidades, preferencias y posibilidades de contribuir. El apoyo deja así de concebirse como una relación exclusivamente unidireccional entre quien cuida y quien recibe cuidados y pasa a comprenderse como parte de un sistema de intercambios familiares.

Finalmente, la experiencia familiar no es homogénea entre los diferentes tipos de discapacidad. Las necesidades asociadas con discapacidades físicas, intelectuales, sensoriales o del neurodesarrollo pueden diferir considerablemente, y personas con un mismo diagnóstico pueden presentar capacidades, contextos y necesidades de apoyo distintas. La individualización resulta, por ello, indispensable para comprender la experiencia y organizar los apoyos familiares y profesionales. Las respuestas no deberían derivarse automáticamente de una categoría diagnóstica, sino construirse considerando las capacidades, preferencias, necesidades y circunstancias concretas de cada persona y de su entorno familiar.

Salvador-Carulla y Gasca (2010) permiten evitar equivalencias simplistas entre diagnóstico y dependencia al situar el funcionamiento como una

dimensión que debe analizarse considerando aquello que la persona puede realizar en diferentes contextos y los apoyos que necesita para hacerlo. Esta perspectiva desplaza la atención desde la etiqueta diagnóstica hacia las capacidades, limitaciones y necesidades concretas. Ľada-MaĽko et al. (2025), al identificar diferentes perfiles de interacción en familias que crían a un niño con discapacidad o enfermedad crónica, refuerzan igualmente la necesidad de evitar una visión uniforme del funcionamiento familiar.

Las familias no responden de manera idéntica ante las demandas asociadas con el cuidado y pueden presentar configuraciones diferentes de interacción, fortalezas y dificultades. Esta heterogeneidad posee consecuencias importantes para las intervenciones, pues no todas las familias necesitan los mismos recursos. Algunas pueden requerir información y orientación; otras, descanso del cuidado o apoyo psicológico; otras necesitan mejorar la accesibilidad material; mientras determinadas familias pueden beneficiarse de acompañamiento para promover una mayor autonomía o de servicios especializados capaces de responder a necesidades de apoyo más intensas.

La atención centrada en la familia puede contribuir a responder a esta diversidad cuando reconoce las particularidades de cada situación. Cucinotta et al. (2026) sitúan la colaboración entre familia y servicios como un componente relevante del cuidado en discapacidades del neurodesarrollo. Sin embargo, una aproximación centrada en la familia debe evitar el riesgo de convertir nuevamente a los familiares en portavoces permanentes y dejar en segundo plano a la propia persona con discapacidad. La atención debería ser simultáneamente centrada en la persona y sensible a las necesidades familiares. Esto implica escuchar a los familiares sin sustituir innecesariamente la voz del individuo. Durante la primera infancia, los progenitores asumen necesariamente numerosas decisiones, pero a medida que aumenta la capacidad de participación, la persona debe incorporarse progresivamente a los



procesos que afectan su vida. Esta transición no ocurre de manera inmediata ni necesariamente de forma idéntica en todas las áreas, pues puede existir mayor autonomía en determinadas decisiones y necesidad de apoyos más intensos en otras.

La adolescencia constituye un periodo especialmente relevante para la transferencia gradual de participación y responsabilidad. Taub y Werner (2023) muestran que la promoción parental de la toma autónoma de decisiones se relaciona con las oportunidades de autodeterminación en el hogar. Permitir al adolescente expresar qué desea, explicar sus razones y valorar alternativas accesibles contribuye al aprendizaje de la toma de decisiones, incluso cuando la decisión final corresponda legítimamente a los adultos por razones de edad o seguridad. La autodeterminación implica más que elegir entre opciones previamente establecidas: supone participar en la definición de metas, expresar preferencias, comprender alternativas y asumir progresivamente responsabilidades. Cuando existen dificultades comunicativas, pueden utilizarse información simplificada, apoyos visuales, mayor tiempo de procesamiento o acompañamiento de una persona de confianza. Estos recursos no disminuyen el valor de la decisión, sino que hacen posible una participación efectiva.

Esta cuestión adquiere especial relevancia en decisiones sanitarias, educativas, ocupacionales y residenciales cuyos efectos pueden prolongarse en el tiempo. La existencia de una discapacidad no debería convertir automáticamente estas decisiones en asuntos exclusivos de familiares y profesionales. Cuando las capacidades son parciales o fluctuantes, resulta necesario maximizar las posibilidades de participación mediante apoyos que permitan comprender alternativas, anticipar consecuencias y comunicar preferencias. Esta perspectiva permite diferenciar autonomía de autosuficiencia. VanLoon et al. (2024) muestran que adultos mayores con limitaciones físicas podían mantener su autonomía mediante relaciones en las que otras personas respondían a sus

necesidades y contribuían a ejecutar sus decisiones. Necesitar ayuda para desplazarse, vestirse o preparar alimentos no concede automáticamente a quien proporciona esa asistencia la facultad de decidir cómo debe organizarse la vida cotidiana de quien la recibe.

Esta distinción puede resultar compleja cuando las necesidades de cuidado son intensas, pues las decisiones de una persona pueden afectar también los horarios, recursos y posibilidades de quienes proporcionan apoyo. Reconocer la autonomía no significa ignorar esta interdependencia. La persona con discapacidad posee preferencias y derechos; el cuidador tiene necesidades y límites; la familia dispone de determinados recursos; y los servicios ofrecen posibilidades concretas. Una organización sostenible requiere considerar estas dimensiones sin asumir que la necesidad de recibir ayuda autoriza a ignorar la voz de quien la recibe. El bienestar de los cuidadores forma parte de esta sostenibilidad, aunque la promoción de la autonomía no debería plantearse únicamente como una estrategia para disminuir su carga. Su finalidad principal consiste en ampliar las oportunidades de participación, autodeterminación y control sobre la propia vida.

Los servicios externos adquieren especial importancia cuando las necesidades superan los recursos disponibles en el hogar. Huete García (2019) muestra la relevancia de los sistemas de protección social para favorecer autonomía e inclusión. La familia no debería convertirse en sustituto permanente de servicios de asistencia, accesibilidad o participación comunitaria que corresponden a una estructura social más amplia. La ausencia de estos recursos puede contribuir a prácticas familiares interpretadas como sobreprotección cuando, en realidad, también intervienen barreras ambientales, falta de servicios y riesgos cuya gestión recae excesivamente sobre el hogar. Promover autonomía exige, por tanto, actuar sobre las relaciones familiares y, simultáneamente, construir entornos accesibles y sistemas de apoyo que permitan ejercerla en condiciones reales.





Por ello, resulta necesario distinguir entre las barreras generadas dentro de las relaciones familiares y aquellas procedentes del entorno social. Algunas familias necesitan revisar expectativas, temores o formas de protección que restringen innecesariamente la participación; otras requieren recursos externos que hagan posible modificar esas prácticas. La inclusión no consiste únicamente en estar físicamente presente en determinados espacios, sino en disponer de oportunidades reales para relacionarse, decidir, contribuir y ser reconocido. Cucinotta et al. (2026), en relación con el deporte adaptado, muestran que las oportunidades de participación social y autonomía no deberían darse por supuestas simplemente porque una actividad haya sido diseñada para personas con discapacidad. Alonso-Sardón et al. (2019), al analizar la salud, el apoyo social, la autonomía personal y la calidad de vida relacionada con la salud en personas con discapacidad intelectual, incorporan dimensiones que permiten comprender el bienestar desde un entramado más amplio de autonomía, relaciones y recursos.

La autonomía tampoco debería convertirse en una obligación de independencia absoluta que invalide el derecho a recibir ayuda. Una persona puede decidir legítimamente convivir con familiares, utilizar determinados apoyos o delegar algunas decisiones cuando así lo desea. El objetivo consiste en garantizar que la ayuda disponible no elimine innecesariamente su capacidad de elección. Estas necesidades cambian a lo largo del ciclo vital: durante la infancia la autonomía se desarrolla progresivamente; en la adolescencia se amplían las oportunidades de participación; en la adultez pueden desarrollarse proyectos de vida independiente; y en edades avanzadas pueden aumentar nuevamente determinadas necesidades de asistencia. Ninguna de estas etapas elimina automáticamente la condición de la persona como participante en las decisiones relacionadas con su vida.

La autonomía relacional permite comprender esta coexistencia entre elección y apoyo. Van Loon et al.

(2024) muestran que incluso ante mayores limitaciones físicas la autonomía puede preservarse mediante relaciones sensibles a las preferencias individuales; Ye et al. (2026) muestran que los jóvenes con discapacidad valoran el apoyo familiar y, simultáneamente, pueden experimentar tensiones cuando este restringe su libertad. Proximidad y autonomía no constituyen dimensiones necesariamente opuestas. Una relación familiar puede conservar su cercanía precisamente porque permite diferenciación, reconoce preferencias y facilita la construcción progresiva de espacios propios. Padres, hermanos y otros familiares pueden continuar proporcionando apoyo sin apropiarse de la trayectoria vital de la persona ni transformar la necesidad de ayuda en dependencia decisoria permanente.

Esta transformación puede resultar emocionalmente exigente para los familiares que durante años han respondido a necesidades intensas y pueden experimentar temor al disminuir la supervisión o transferir determinadas decisiones. Quiroz Saavedra et al. (2024) resultan especialmente pertinentes al situar a las familias dentro de programas de promoción de la vida independiente. Favorecer la autonomía no implica apartar a los familiares, sino transformar progresivamente su participación desde hacer y decidir hacia orientar, facilitar, acompañar y permanecer disponibles cuando resulte necesario. Esta transición requiere confianza en las capacidades de la persona y en la existencia de apoyos externos suficientes, pues cuando cualquier reducción de la supervisión se percibe como una situación de desprotección aumenta la probabilidad de mantener formas intensivas de control.

Los profesionales pueden desempeñar una función mediadora al identificar capacidades, graduar responsabilidades, diseñar apoyos y diferenciar riesgos reales de temores anticipatorios. Sin embargo, su intervención no debería sustituir la voz de la persona, pues el conocimiento técnico debe ponerse al servicio de una vida definida con su participación. El enfoque centrado en la persona exige considerar



no solo sus necesidades, sino también aquello que considera importante, ya que personas con niveles de funcionamiento semejantes pueden establecer prioridades diferentes relacionadas con movilidad, privacidad, empleo, relaciones sociales o participación familiar. Los apoyos deberían construirse a partir de estas preferencias y no exclusivamente de indicadores clínicos o funcionales. La familia puede aportar un conocimiento profundo de la historia, preferencias y formas de comunicación, especialmente cuando existen dificultades comunicativas, pero conocer a una persona no equivale a sustituir permanentemente su voz. Siempre que resulte posible, deben favorecerse formas accesibles de comunicación directa y participación en las decisiones.

La privacidad constituye otra dimensión esencial de la autonomía. Barbara y Callus (2025) muestran cómo el empoderamiento puede asociarse con mayores oportunidades de espacio personal y relaciones; mientras que la sobreprotección puede restringirlas. La necesidad de apoyo no elimina el derecho a disponer de espacios propios, relaciones elegidas y cierto control sobre la información personal. Las relaciones afectivas y la sexualidad forman igualmente parte de esta autonomía. La protección frente al abuso resulta indispensable, pero no debería traducirse en la negación sistemática de oportunidades para establecer relaciones. La educación accesible, el aprendizaje de límites personales y el conocimiento del consentimiento permiten articular seguridad y autonomía, reconociendo dimensiones fundamentales como intimidad, afecto, elección, pertenencia y proyectos personales.

Las relaciones entre hermanos también pueden contribuir al apoyo y la inclusión familiar. Maldonado Hernández (2022) destaca su importancia como fuentes de apoyo, aunque estos vínculos necesitan conservar dimensiones propias de la relación fraterna y no quedar definidos permanentemente por el cuidado. Compartir actividades, recuerdos, humor, desacuerdos y afecto evita convertir a uno de los hermanos

exclusivamente en cuidador complementario. Esta perspectiva debe considerar además la diversidad de estructuras familiares, pues no todas las personas disponen de hermanos o conviven con ambos progenitores. La calidad del apoyo depende menos de una configuración específica que de la capacidad de las relaciones disponibles para proporcionar recursos, respetar derechos y favorecer la participación.

Rivera Drew (2009) recuerda que las propias personas con discapacidad pueden ocupar posiciones parentales, lo que cuestiona cualquier equivalencia automática entre discapacidad y dependencia. Recibir determinados apoyos no impide asumir responsabilidades, cuidar a otras personas o construir una familia propia. Las posiciones de quien cuida y quien recibe cuidados pueden coexistir y transformarse a lo largo de la vida. Una persona puede necesitar asistencia física y, simultáneamente, proporcionar apoyo emocional o participar activamente en las decisiones familiares. Reconocer esta reciprocidad ayuda a prevenir procesos de infantilización y exige valorar específicamente las capacidades. Una dificultad para comprender determinadas decisiones complejas no implica incapacidad para decidir sobre preferencias cotidianas, por lo que deberían utilizarse explicaciones accesibles, tiempo adicional u otros apoyos antes de recurrir a la sustitución de decisiones.

Las capacidades de autodeterminación se desarrollan también mediante oportunidades para ejercerlas. Taub y Werner (2023) muestran la importancia de estas oportunidades; Vega Fuentes (2012) sitúa la educación dentro del tránsito entre dependencia y autonomía, destacando aprendizajes relacionados con elegir, planificar, solicitar ayuda, utilizar recursos, desplazarse, gestionar dinero o comunicar necesidades. Estos aprendizajes deben ajustarse a las capacidades individuales sin imponer un único modelo de independencia. Para algunas personas, la autonomía puede significar vivir independientemente con apoyos puntuales; para otras, decidir sobre actividades y rutinas dentro de un entorno con





asistencia permanente. En ambos casos puede existir autodeterminación cuando las preferencias personales orientan los apoyos recibidos.

La calidad de vida proporciona un marco más amplio que el funcionamiento individual. Alonso-Sardón et al. (2019) incorporan el apoyo social y la autonomía personal al analizar la calidad de vida relacionada con la salud de personas con discapacidad intelectual; Huete García (2019) sitúa la autonomía y la inclusión dentro de los sistemas de protección social. Desde esta perspectiva, incrementar la independencia funcional resulta insuficiente si no mejora también la participación, las relaciones y el bienestar. La inclusión debe expresarse en experiencias concretas como ser escuchado en el hogar, asumir responsabilidades compatibles con las capacidades, acceder a la educación, participar en la comunidad, mantener relaciones elegidas y disponer de privacidad. Las barreras físicas, comunicativas y actitudinales pueden limitar estas oportunidades incluso cuando existen capacidades individuales para ejercerlas.

Los procesos de adaptación familiar deberían integrar cuidado y participación, pues la protección sin participación puede convertirse en control; mientras promover autonomía sin proporcionar los apoyos necesarios puede derivar en abandono. Van Loon et al. (2024) permiten comprender esta relación mediante la autonomía relacional: una persona puede conservar control sobre aspectos importantes de su vida precisamente porque otras colaboran en la ejecución de sus decisiones. Dependencia física y autonomía personal no constituyen extremos opuestos. Cuidar puede convertirse en soporte de la autonomía cuando proporciona la asistencia necesaria sin apropiarse de aquello que la persona todavía puede decidir o realizar.

Las interacciones familiares y las oportunidades ofrecidas dentro del hogar influyen directamente en el desarrollo y ejercicio de la autonomía. Łada-Maśko et al. (2025); Quiroz Saavedra et al. (2024); y Taub y Werner (2023) permiten comprender esta relación.

A su vez, Alonso-Sardón et al. (2019); Huete García (2019); y Salvador-Carulla y Gasca (2010) permiten relacionar autonomía, funcionamiento, calidad de vida, apoyo social e inclusión sin confundir estos conceptos. Una persona puede necesitar apoyos considerables y mantener una vida rica en decisiones y relaciones; mientras otra puede poseer mayores capacidades funcionales y permanecer socialmente excluida. Barbara y Callus (2025); Taub y Werner (2023); y Ye et al. (2026) muestran, además, la importancia de generar oportunidades reales para decidir y considerar cómo las propias personas experimentan los apoyos familiares.

La autonomía se construye mediante experiencias cotidianas en las que la persona aprende que su opinión posee valor, puede expresar preferencias, asumir responsabilidades y solicitar ayuda. Estas experiencias pueden proyectarse posteriormente hacia la escuela, los servicios, el empleo y la comunidad. Reconocer autonomía implica también aceptar que las decisiones personales no siempre coincidirán con aquello que los familiares consideran mejor. Ye et al. (2026) muestran que los jóvenes con discapacidad pueden valorar relaciones familiares cercanas y, simultáneamente, reclamar mayor autonomía e independencia. Pertenencia y capacidad de decisión no son incompatibles, incluso cuando la convivencia y las necesidades de apoyo se mantienen durante periodos prolongados.

La planificación del futuro debería realizarse con la persona y no únicamente acerca de ella, incorporando sus preferencias sobre vivienda, relaciones, actividades y apoyos. Maldonado Hernández (2022) introduce también la situación de los hermanos ante la continuidad del apoyo cuando los progenitores envejecen, responsabilidad que no debería transferirse automáticamente. La sostenibilidad requiere combinar recursos familiares con apoyos formales y comunitarios. Huete García (2019) refuerza esta perspectiva al situar la autonomía dentro de los sistemas de protección social, pues la familia puede desempeñar una función





decisiva, pero no debería asumir indefinidamente la compensación de las barreras existentes en el entorno.

La atención profesional puede contribuir mediante evaluación individualizada, orientación familiar, entrenamiento de habilidades, tecnologías de apoyo, adaptación del entorno y coordinación de servicios. Cucinotta et al. (2026) muestran además que los espacios comunitarios pueden incorporar principios de atención centrada en la familia y generar oportunidades de participación más allá de los servicios clínicos. Deporte, cultura, amistades, ocio y participación comunitaria forman parte de la calidad de vida y no deberían considerarse dimensiones secundarias. La protección familiar puede orientarse progresivamente hacia condiciones seguras de participación, modificando los apoyos a medida que cambian las capacidades y necesidades, sin establecer un mismo resultado de autonomía para todas las personas.

La discapacidad exige abandonar modelos binarios de independencia y dependencia. Salvador-Carulla y Gasca (2010) permiten distinguir entre funcionamiento, necesidades de apoyo y autonomía, evitando convertir una limitación específica en una incapacidad general. Esta precisión contribuye también a preservar la identidad de la persona, que no puede reducirse a su discapacidad ni a los apoyos que necesita. Taub y Werner (2023) refuerzan el valor de las oportunidades domésticas para desarrollar autodeterminación; mientras Ye et al. (2026) recuerdan que la perspectiva de los propios jóvenes debe permanecer en primer plano. La familia puede favorecer la autonomía en determinados ámbitos y restringirla en otros, por lo que resulta necesario analizar las prácticas concretas y evitar tanto su idealización como su consideración automática como obstáculo. Łada-Maśko et al. (2025) refuerzan esta necesidad al mostrar la diversidad de patrones de interacción familiar.

De esta forma, discapacidad y dependencia obligan a reconsiderar el significado de la autonomía dentro de la familia. Esta no consiste en prescindir de los

demás, sino en conservar el mayor grado posible de control y participación sobre la propia vida. Alonso-Sardón et al. (2019); Salvador-Carulla y Gasca (2010); y Van Loon et al. (2024) permiten comprender que autonomía, funcionamiento, apoyo y calidad de vida están relacionados, pero no son equivalentes. Barbara y Callus (2025); Quiroz Saavedra et al. (2024); Taub y Werner (2023); y Ye et al. (2026) muestran que las prácticas familiares pueden ampliar o restringir oportunidades de autodeterminación y participación. Alustiza-Galarza (2005); Maldonado Hernández (2022); y Rivera Drew (2009) amplían esta perspectiva hacia la diversidad de posiciones familiares; mientras Cucinotta et al. (2026); Huete García (2019); y Vega Fuentes (2012) sitúan la autonomía en contextos educativos, comunitarios y sociales.

La calidad de la respuesta familiar no debería evaluarse por cuánto controla o cuánto hace por la persona, sino por su capacidad para proporcionar los apoyos necesarios preservando dignidad, participación y posibilidades de desarrollo. El desafío consiste en construir un entorno familiar desde el cual pueda alcanzarse la mayor autonomía posible sin exigir autosuficiencia. Esto requiere escuchar preferencias, adaptar la comunicación, ofrecer oportunidades de decisión, distribuir los apoyos de manera sostenible y favorecer relaciones y actividades fuera del hogar. Una familia inclusiva no elimina necesariamente la necesidad de ayuda; procura que esa ayuda no elimine la voz, la identidad y la capacidad de participación de quien la recibe.

4.3. Cuidado familiar, sobrecarga y autocuidado

El cuidado familiar prolongado constituye una de las expresiones más intensas de solidaridad y responsabilidad dentro de la familia, pero también puede convertirse en una fuente considerable de desgaste cuando las demandas superan de manera sostenida los recursos físicos, emocionales, sociales y económicos de quien cuida. Acompañar a una persona con enfermedad crónica, discapacidad, deterioro





funcional, trastorno neuropsiquiátrico o dependencia puede implicar mucho más que ayudar en actividades concretas. El cuidador puede asumir vigilancia permanente, administración de medicamentos, coordinación de consultas, apoyo para actividades de la vida diaria, desplazamientos, trámites, organización doméstica, acompañamiento emocional y toma de decisiones, frecuentemente mientras mantiene otras responsabilidades laborales y familiares. El cuidado se convierte entonces en una actividad que atraviesa prácticamente todas las dimensiones de la vida cotidiana.

Esta realidad obliga a abandonar una visión idealizada según la cual el afecto o el vínculo familiar bastan para sostener indefinidamente el cuidado. Querer cuidar y poder hacerlo de manera saludable son cuestiones diferentes. Una persona puede encontrarse profundamente comprometida con el bienestar de su familiar y, simultáneamente, experimentar agotamiento, frustración, miedo, tristeza, problemas físicos o necesidad de distanciarse temporalmente de las responsabilidades. Reconocer estas experiencias no disminuye el valor del vínculo. Por el contrario, permite comprender que el cuidado prolongado necesita condiciones que lo hagan sostenible.

Reinhard et al. (2008) sitúan a los cuidadores familiares como participantes fundamentales en la provisión de cuidados y destacan la necesidad de proporcionarles información, preparación y apoyo. Esta perspectiva resulta relevante porque la familia ha sido considerada con frecuencia un recurso disponible alrededor del paciente sin valorar suficientemente las capacidades y limitaciones de quien asume las tareas. El cuidador no constituye una extensión informal del sistema sanitario ni un recurso ilimitado, sino una persona que también necesita protección. Esta función puede ser asumida por cónyuges, hijos adultos, progenitores, hermanos u otros integrantes de la familia extensa y, aunque las circunstancias sean diferentes, suele implicar una reorganización del tiempo, las prioridades y las responsabilidades.

En numerosos casos, una parte considerable de las demandas termina concentrándose en un cuidador principal debido a la disponibilidad, proximidad, relación afectiva, expectativas familiares o ausencia de alternativas. Sin embargo, asumir inicialmente una mayor responsabilidad no significa poder mantenerla indefinidamente sin consecuencias. La sobrecarga describe precisamente las repercusiones que las exigencias del cuidado pueden producir sobre la vida personal. Su intensidad no depende únicamente del número de tareas, sino también de los recursos disponibles, el estado de salud, el apoyo recibido, la situación económica y la duración del cuidado. Por ello, dos personas que realizan actividades semejantes pueden experimentar niveles muy diferentes de sobrecarga.

Cantillo-Medina et al. (2018); y Rosales-Sánchez et al. (2024) relacionan la habilidad para cuidar con la sobrecarga percibida en cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica. Sus aportaciones permiten distinguir entre competencia técnica y sostenibilidad personal. Saber realizar adecuadamente determinadas tareas puede proporcionar seguridad, pero no elimina el cansancio derivado de su repetición ni resuelve la falta de descanso, la escasez de apoyo, la reducción del tiempo personal o las dificultades económicas. Por ello, formar al cuidador resulta necesario, pero insuficiente si las condiciones en las que desarrolla el cuidado permanecen inalteradas.

La sobrecarga puede manifestarse físicamente mediante fatiga, molestias corporales y deterioro de la salud, especialmente cuando el cuidado implica movilizaciones, higiene, interrupciones del sueño o jornadas prolongadas. Chang et al. (2010) muestran que las dimensiones física y psicológica se encuentran relacionadas, pues el agotamiento emocional puede afectar la percepción de salud y las dificultades físicas pueden disminuir los recursos disponibles para continuar cuidando. Puede generarse así un círculo en el que una mayor carga reduce el tiempo destinado al autocuidado y el deterioro resultante disminuye





posteriormente la capacidad para responder a las demandas. Esta dinámica refleja las consecuencias de una organización del cuidado que puede llegar a ocupar gran parte del tiempo y los recursos personales.

Gobourne et al. (2024), al estudiar cuidadores con hipertensión, encontraron una asociación entre una mayor tensión del cuidado y una menor probabilidad de realizar determinadas conductas de autocuidado. El cuidador puede priorizar consultas, medicación, alimentación y descanso de la persona atendida mientras posterga sus propias necesidades. Ko et al. (2024) profundizan en esta relación al identificar un papel mediador de la dificultad para el autocuidado entre la tensión del cuidador y el impacto del cuidado sobre su salud. Estas aportaciones muestran que el autocuidado no constituye un elemento secundario, sino una dimensión vinculada con la sostenibilidad del cuidado y el bienestar de quien lo proporciona.

La dimensión psicológica incluye preocupación constante, sensación de alerta, miedo a cometer errores, incertidumbre, tristeza y frustración ante las limitaciones que el cuidado puede introducir en la propia vida. Estas emociones pueden coexistir con afecto, compromiso y satisfacción por ayudar. Una persona puede sentirse satisfecha por acompañar a un familiar y, simultáneamente, experimentar agotamiento o necesitar periodos sin responsabilidades. El problema aparece cuando cualquier necesidad personal se interpreta como egoísmo y la disponibilidad absoluta se convierte en una expectativa del cuidado. La culpa puede entonces dificultar la solicitud de ayuda, el descanso y el establecimiento de límites, comprometiendo la sostenibilidad de la atención a largo plazo.

La sobrecarga emocional puede intensificarse cuando el cuidador percibe que toda la responsabilidad depende de él y que no puede enfermar, ausentarse o detenerse. Incluso durante los periodos de descanso puede permanecer mentalmente pendiente de la persona atendida, por lo que disponer formalmente de tiempo libre no garantiza una recuperación

efectiva. Campos de Aldana et al. (2019) sitúan los apoyos como una dimensión central para comprender esta experiencia. Las redes capaces de compartir tareas, proporcionar relevo y ofrecer acompañamiento emocional pueden modificar significativamente la manera en que se afrontan las demandas. Sin embargo, la simple existencia de familiares o conocidos no garantiza apoyo efectivo si la responsabilidad continúa concentrándose en una sola persona.

El apoyo necesita traducirse en acciones concretas. Además del acompañamiento emocional, preparar alimentos, realizar compras, acompañar una consulta, resolver gestiones o asumir durante algunas horas la atención de la persona dependiente puede proporcionar un alivio real. La sostenibilidad del cuidado depende, en buena medida, de la posibilidad de distribuir responsabilidades. Bongelli et al. (2024), al estudiar la relación entre sobrecarga, apoyo social y bienestar psicológico en cuidadores familiares de personas mayores, refuerzan la importancia del contexto social. Dos cuidadores igualmente comprometidos pueden experimentar resultados diferentes si uno dispone de relevo familiar, flexibilidad laboral y servicios de apoyo mientras el otro permanece prácticamente solo. La capacidad individual de afrontamiento no puede compensar indefinidamente una estructura de cuidado insuficiente.

La dimensión social de la sobrecarga se manifiesta en la reducción progresiva de actividades personales. El cuidador puede disminuir encuentros con amistades, abandonar actividades recreativas, reducir su participación comunitaria o posponer proyectos que formaban parte de su identidad. Este aislamiento suele desarrollarse gradualmente hasta que la red social se reduce precisamente cuando más se necesita apoyo. La pérdida de espacios personales puede afectar también la identidad, pues la persona comienza a ser reconocida principalmente por su función de cuidador, desplazando otras dimensiones de su vida. Preservar intereses, relaciones y proyectos compatibles con las responsabilidades asumidas constituye, por ello, una





forma de autocuidado que debería incorporarse a la planificación del cuidado.

Marroquín-Escamilla et al. (2024) relacionan calidad de vida y sobrecarga en cuidadores familiares, desplazando el análisis desde el cumplimiento de las tareas hacia sus repercusiones globales. No basta con garantizar que la persona dependiente reciba atención si esta se sostiene mediante un deterioro progresivo de la salud, las relaciones o las condiciones de vida del cuidador. Lin et al. (2025) muestran también la relevancia de la carga y la autoeficacia para comprender la calidad de vida de los cuidadores. Sentirse capaz de cuidar puede favorecer el afrontamiento, pero no elimina las consecuencias de una carga excesiva. Por ello, fortalecer psicológicamente al cuidador no debería sustituir la reducción de cargas evitables: enseñar estrategias de afrontamiento resulta insuficiente cuando la persona permanece disponible permanentemente y carece de posibilidades reales de relevo.

La dimensión económica constituye otra fuente importante de presión. El cuidado puede exigir reducir jornadas laborales, solicitar permisos frecuentes, abandonar temporal o permanentemente el empleo y asumir gastos relacionados con transporte, medicamentos, alimentación, adaptaciones o contratación de ayuda. Sus consecuencias incluyen también oportunidades laborales perdidas, menor desarrollo profesional, reducción del ahorro y posibles repercusiones sobre la seguridad económica futura. La flexibilidad laboral y los sistemas de protección social se convierten así en elementos relevantes para la sostenibilidad del cuidado. Abandonar el empleo puede proporcionar más tiempo, pero reducir ingresos, relaciones profesionales y autonomía económica; mantenerlo puede preservar esos recursos, aunque incrementar el agotamiento. Estas situaciones muestran que la sobrecarga es multidimensional e integra efectos físicos, emocionales, sociales, laborales y económicos que pueden acumularse entre sí.

Sánchez-Martínez et al. (2024), mediante un estudio de métodos mixtos sobre cuidado prolongado y estrategias de autocuidado en cuidadores familiares de personas con trastornos neuropsiquiátricos, permiten comprender esta complejidad. El autocuidado no consiste únicamente en realizar actividades agradables ocasionales, sino que incluye dormir adecuadamente, atender la propia salud, mantener una alimentación suficiente, conservar actividad física compatible con las circunstancias, sostener relaciones significativas, disponer de descanso y solicitar ayuda. Sin embargo, estas prácticas pueden resultar difíciles cuando las demandas son intensas. Recomendar descanso o actividad física carece de suficiente utilidad si no existen tiempo, relevo o recursos para hacerlo posible. Por ello, el autocuidado debe adaptarse a las condiciones concretas y acompañarse de apoyos que permitan llevarlo a la práctica.

El autocuidado tampoco debería considerarse una responsabilidad exclusiva del individuo. La familia, los servicios sanitarios y las políticas sociales intervienen en las condiciones que permiten o dificultan su realización. Gobourne et al. (2024); Ko et al. (2024); y Sánchez-Martínez et al. (2024) relacionan el autocuidado con la tensión y las consecuencias del cuidado sobre la salud, lo que respalda la necesidad de incorporarlo tempranamente y no esperar hasta que aparezca un agotamiento intenso. Reconocer límites forma parte de este proceso. Establecer qué tareas puede asumir el cuidador, cuáles deben compartirse y cuáles requieren intervención profesional no significa abandonar a la persona atendida, sino organizar el cuidado de manera sostenible.

La capacidad de pedir ayuda constituye una estrategia importante, aunque puede verse limitada por creencias sobre la obligación de cuidar, experiencias negativas con otros familiares o resistencia de la propia persona atendida. Por ello, las responsabilidades necesitan conversarse explícitamente. Cuando la distribución se basa únicamente en supuestos, quien comenzó a cuidar puede terminar siendo considerado permanentemente





disponible. Compartir el cuidado no significa dividir todas las tareas de manera idéntica, sino distribuirlas según el tiempo, la proximidad, los recursos y las habilidades de cada integrante. Esta distribución debe incluir también la carga mental asociada con recordar citas, anticipar necesidades, controlar suministros y coordinar tareas, pues compartir verdaderamente el cuidado implica compartir también parte de su planificación.

El relevo constituye una herramienta concreta para proteger al cuidador. Disponer de periodos en los que otra persona asuma responsablemente la atención permite descansar, realizar gestiones, acudir a consultas propias o mantener relaciones personales, y no debería reservarse únicamente para situaciones de agotamiento extremo. Su et al. (2025), al estudiar la utilización de servicios y la reducción de la carga entre cuidadores de personas con demencia en cuidados de larga duración, destacan la importancia de evaluar las necesidades para conectar a los cuidadores con recursos adecuados. Esta valoración debe realizarse periódicamente porque las demandas cambian con la evolución de la dependencia, la aparición de nuevas dificultades o el deterioro de la salud del propio cuidador.

Los servicios domiciliarios constituyen otro recurso relevante. Fu et al. (2026) analizan la carga del cuidador familiar y la efectividad de los servicios considerando la calidad de la atención domiciliaria. Su aportación recuerda que la existencia formal de un servicio no garantiza que este reduzca realmente las demandas familiares. Para convertirse en un apoyo efectivo debe responder a las necesidades concretas, ofrecer una atención de calidad y proporcionar un alivio real de las responsabilidades que recaen sobre el cuidador.

Un servicio poco confiable puede aumentar la carga si obliga al cuidador a supervisarlo constantemente, resolver fallos o continuar realizando las mismas tareas. Para que la ayuda externa produzca un alivio real, debe generar suficiente confianza para permitir la delegación. Este proceso también requiere

aprendizaje, pues algunos cuidadores desarrollan durante años un conocimiento detallado de las necesidades del familiar y pueden considerar que nadie lo atenderá de la misma manera. Aunque esta percepción puede tener fundamentos reales, también puede dificultar el relevo. La transición hacia un cuidado compartido necesita, por tanto, comunicación, preparación y confianza gradual.

El afrontamiento del cuidador puede incluir estrategias cognitivas, emocionales, conductuales y sociales como organizar tareas, buscar información, resolver problemas, solicitar apoyo, conservar actividades significativas y establecer límites. Su efectividad depende de las necesidades concretas: los problemas organizativos pueden requerir planificación; el aislamiento, apoyo social; la carga física, asistencia o ayudas técnicas; y las dificultades económicas, recursos materiales. La resiliencia puede actuar como factor protector, pero no debería convertirse en una exigencia de fortaleza permanente. Van Rooij et al. (2021), al estudiar autocuidado, resiliencia y sobrecarga en familiares de pacientes con cáncer avanzado, muestran la necesidad de considerar conjuntamente estas dimensiones. Ser resiliente también implica reconocer cuándo los recursos propios son insuficientes y movilizar ayuda.

Esta perspectiva adquiere especial importancia ante enfermedades avanzadas o situaciones de deterioro progresivo, donde el aumento de las necesidades puede coexistir con incertidumbre, temor y duelo anticipatorio. El apoyo psicológico puede ser necesario cuando el malestar supera los recursos habituales de afrontamiento, pero el cansancio derivado de responsabilidades intensas no debería patologizarse automáticamente. Una respuesta exclusivamente clínica resulta insuficiente cuando permanecen inalteradas las condiciones que originan la sobrecarga. Chang et al. (2010) muestran precisamente la interrelación entre salud mental, carga y salud física, lo que exige considerar al cuidador de manera integral y combinar el apoyo emocional con soluciones prácticas.





Los servicios de atención primaria ocupan una posición importante para detectar tempranamente estas situaciones. Marroquín-Escamilla et al. (2024) estudian la calidad de vida y la sobrecarga de cuidadores familiares en este nivel asistencial, donde es posible identificar quién realiza el cuidado cotidiano, valorar su estado de salud y orientar hacia recursos antes de que aparezca un deterioro severo. Esta identificación resulta necesaria porque el cuidador puede normalizar progresivamente el cansancio, la falta de sueño, el abandono de actividades o la postergación de sus propias consultas. Adaptarse a estas condiciones no significa que sean saludables ni sostenibles.

Santacruz-Ortega et al. (2025) abordan la sobrecarga en cuidadores de adultos mayores y las estrategias dirigidas a mejorar su calidad de vida. En este contexto, quien cuida puede ser también una persona de edad avanzada con enfermedades crónicas o limitaciones propias. Sin embargo, la vulnerabilidad depende también de la salud previa, la situación económica, las responsabilidades simultáneas y la duración del cuidado. Una persona puede atender a un progenitor mientras mantiene un empleo, cría hijos y responde a otras obligaciones familiares. Por ello, el cuidado prolongado exige valorar no solo si el cuidador puede realizar determinadas tareas en el presente, sino si podrá mantenerlas de manera segura y razonable durante el tiempo previsible.

La calidad de la atención domiciliaria estudiada por Fu et al. (2026) y la evaluación de necesidades abordada por Su et al. (2025) resaltan la importancia de construir apoyos capaces de ajustarse a la evolución de la dependencia. El cuidado sostenible requiere anticipación, pues esperar hasta que el cuidador se encuentre completamente exhausto puede dificultar su recuperación. Reinhard et al. (2008) destacan también la necesidad de preparar a los cuidadores para las tareas que realizan, especialmente cuando implican medicación, vigilancia de síntomas o procedimientos complejos. Sin embargo, formar al familiar no significa transferirle indefinidamente responsabilidades

profesionales. La educación debe acompañarse de seguimiento, posibilidades de consulta y apoyos adecuados.

La seguridad de la persona atendida y la del cuidador están estrechamente relacionadas. El agotamiento reduce los recursos disponibles para mantener la atención, realizar movilizaciones seguras o gestionar tareas complejas, por lo que proteger al cuidador forma parte de un cuidado seguro. Desde esta perspectiva, descansar, atender la propia salud y conservar relaciones y espacios personales no representan abandono, sino condiciones para mantener la capacidad de cuidar. El autocuidado puede concretarse en prácticas regulares relacionadas con sueño, alimentación, actividad física, atención sanitaria, contacto social y actividades significativas. No obstante, estas prácticas no sustituyen los cambios organizativos necesarios: ninguna estrategia individual puede compensar indefinidamente una carga continua sin posibilidades de relevo.

Gobourne et al. (2024); Ko et al. (2024); y Van Roij et al. (2021) permiten comprender que autocuidado, resiliencia, tensión y salud forman parte de un mismo entramado y deberían abordarse de manera integrada. Lin et al. (2025) incorporan la autoeficacia como otro componente relevante: sentirse capaz de responder a las demandas puede favorecer el bienestar, pero no elimina la necesidad de descanso y apoyo. La preparación mediante información, entrenamiento y acompañamiento puede fortalecer esta percepción de competencia, aunque no debería justificar una expansión ilimitada de las responsabilidades. Finalmente, Lin et al. (2025); y Marroquín-Escamilla et al. (2024) permiten situar la sobrecarga dentro de una perspectiva más amplia de calidad de vida, que considere si la organización del cuidado deja espacio suficiente para que quien cuida pueda continuar desarrollando su propia vida.

Una persona puede cumplir eficazmente las tareas de cuidado y, al mismo tiempo, experimentar una calidad de vida muy deteriorada. Por ello, el éxito del cuidado





no debería medirse únicamente por la ausencia de fallos en la atención del familiar, sino también por la sostenibilidad de quien lo proporciona. La familia tiene responsabilidad en este equilibrio y, cuando varios integrantes pueden participar, resulta necesario revisar periódicamente la distribución de las tareas. Las circunstancias laborales, las necesidades de la persona atendida y las capacidades de cada integrante cambian con el tiempo, de modo que un reparto inicialmente razonable puede dejar de serlo. La comunicación familiar permite identificar estos cambios y facilita que el cuidador pueda expresar cansancio o necesidad de ayuda sin que ello sea interpretado como falta de compromiso o afecto.

También resulta necesario reconocer el trabajo realizado, pues gran parte del cuidado familiar permanece invisible y no remunerado. La falta de reconocimiento puede incrementar la sensación de aislamiento, aunque agradecer la labor realizada no sustituye una distribución adecuada de las responsabilidades. La justicia del cuidado exige considerar quién cuida, durante cuánto tiempo y con qué consecuencias, evitando asumir que determinadas personas poseen una obligación natural de hacerlo por su posición dentro de la familia. El género puede influir en esta distribución, aunque las fuentes consideradas en este epígrafe no permiten profundizar específicamente en la feminización del cuidado. Lo que sí puede sostenerse es que la concentración prolongada de responsabilidades sobre una sola persona incrementa la necesidad de evaluar la carga, los apoyos disponibles y los recursos necesarios.

El apoyo profesional puede contribuir a organizar mejor el cuidado mediante la evaluación de necesidades, la identificación de tareas, la formación, la localización de servicios y la anticipación de cambios. Su et al. (2025) destacan el valor de evaluar las necesidades para favorecer la utilización de servicios y reducir la carga entre cuidadores de personas con demencia. Aunque esta condición presenta características

particulares por la evolución de las necesidades y el posible incremento de la supervisión, el principio puede extenderse a otras situaciones de cuidado prolongado: los servicios resultan más útiles cuando responden a necesidades reales y se ajustan a su evolución. El seguimiento debería considerar también señales de alerta en el cuidador, como deterioro del sueño, abandono de la atención médica propia, aislamiento, pérdida significativa de actividades o agotamiento persistente. Estas manifestaciones pueden indicar no solo un problema individual, sino la necesidad de reorganizar la estructura del cuidado.

El objetivo no consiste necesariamente en retirar al cuidador familiar de una función que puede considerar significativa, sino en evitar que su participación se mantenga mediante un deterioro progresivo de su bienestar. Cuidar puede fortalecer vínculos, expresar reciprocidad y proporcionar satisfacción, al mismo tiempo que genera cansancio y necesidad de apoyo. Una comprensión adecuada del cuidado reconoce esta coexistencia: el cuidador puede encontrar propósito en su función y experimentar sobrecarga, sentirse cercano al familiar y necesitar momentos de distancia, o valorar lo que hace y requerir ayuda. El bienestar no depende de eliminar esta ambivalencia, sino de disponer de recursos para gestionarla.

Bongelli et al. (2024); Campos de Aldana et al. (2019); y Fu et al. (2026) permiten situar el apoyo social y los servicios dentro de esta respuesta, mostrando que la sobrecarga no debería afrontarse únicamente fortaleciendo al individuo, sino también modificando la red que sostiene el cuidado. Chang et al. (2010); Gobourne et al. (2024); y Ko et al. (2024) permiten comprender la relación entre tensión, autocuidado y salud, especialmente cuando las responsabilidades desplazan de manera sistemática las necesidades personales. Cantillo-Medina et al. (2018); Lin et al. (2025); y Rosales-Sánchez et al. (2024) incorporan dimensiones como habilidad de cuidado, autoeficacia, sobrecarga y calidad de vida, mostrando que la sostenibilidad depende tanto de las competencias





para cuidar como de las condiciones disponibles para ejercerlas sin un deterioro excesivo.

Marroquín-Escamilla et al. (2024); Sánchez-Martínez et al. (2024); y Santacruz-Ortega et al. (2025) amplían el análisis hacia las repercusiones del cuidado prolongado y las estrategias destinadas a proteger la calidad de vida. El autocuidado aparece así como parte de una respuesta integral y no como una recomendación superficial. Reinhard et al. (2008); Su et al. (2025); y Van Roij et al. (2021) permiten integrar apoyo, evaluación de necesidades, resiliencia y acompañamiento. Las necesidades no son iguales para todos los cuidadores: algunos requieren formación, otros relevo, apoyo psicológico o servicios domiciliarios, y muchos necesitan una combinación de estos recursos. El autocuidado debe entenderse, por tanto, como un derecho y una condición para la sostenibilidad, reconociendo que quien cuida posee necesidades, proyectos y límites físicos y emocionales legítimos.

Una familia que proteja a su cuidador protege también la estabilidad del conjunto. Distribuir responsabilidades, aceptar ayuda externa, facilitar descanso y permitir que la persona conserve dimensiones propias de su vida reduce la dependencia de una única figura. Los sistemas sanitarios comparten esta responsabilidad cuando la atención prolongada depende de la participación familiar. Los cuidadores necesitan ser reconocidos, preparados y acompañados, y no considerados únicamente cuando deben ejecutar indicaciones o proporcionar información sobre el paciente. Los servicios sociales y las políticas públicas también intervienen en esta sostenibilidad mediante la disponibilidad de atención domiciliaria, apoyos de larga duración y recursos de relevo. Fu et al. (2026); y Su et al. (2025) muestran precisamente la importancia de los servicios y de su adecuación a las necesidades concretas.

El cuidado prolongado no debería descansar exclusivamente sobre el vínculo afectivo. La familia puede constituir una fuente fundamental de apoyo,

pero también necesita ser sostenida. Convertir el afecto familiar en sustituto de servicios, descanso y recursos puede imponer una carga excesiva sobre relaciones que necesitan conservar espacios de reciprocidad y bienestar. Por ello, la prevención de la sobrecarga debe comenzar antes de que aparezca un agotamiento intenso, identificando quién cuida, qué tareas realiza, cuánto tiempo dedica, qué apoyos posee y qué dimensiones de su vida han sido desplazadas. El autocuidado debe incorporarse desde el inicio mediante la protección de la salud, el descanso, las relaciones y las actividades significativas del cuidador, junto con alternativas para los momentos en que no pueda continuar atendiendo.

Toda organización de cuidado prolongado debería prever qué ocurriría si el cuidador principal dejara temporal o permanentemente de estar disponible. Cuando no existen alternativas, la aparente estabilidad depende de una única persona y presenta una vulnerabilidad estructural. Planificar relevos, compartir información y distribuir conocimientos y responsabilidades reduce ese riesgo. La persona atendida también se beneficia al no depender exclusivamente de un único cuidador para todas sus necesidades. De esta manera, la sostenibilidad deja de depender del sacrificio continuado de una persona y pasa a construirse mediante una organización familiar y social capaz de mantener el cuidado sin comprometer innecesariamente el bienestar de quienes lo proporcionan.

Esta diversificación no disminuye la importancia del cuidador principal, sino que permite que su participación sea más sostenible y que el vínculo conserve dimensiones distintas de la asistencia. Un cónyuge debería poder continuar siendo pareja; un hijo, hijo; y un hermano, hermano. Cuando toda la relación queda absorbida por las tareas de cuidado, pueden perderse espacios afectivos que originalmente definían el vínculo. El cuidado familiar sostenible busca preservar esas dimensiones, de modo que, junto con la higiene, la medicación o la movilidad, continúen





existiendo oportunidades para conversar, compartir recuerdos, disfrutar actividades o simplemente acompañarse. Desde esta perspectiva, el autocuidado también implica evitar que las responsabilidades impidan relacionarse con la persona atendida desde otros lugares afectivos.

En síntesis, el cuidado familiar prolongado puede generar consecuencias físicas, psicológicas, sociales y económicas que se acumulan cuando aumentan la intensidad y duración de las demandas. La sobrecarga aparece cuando las responsabilidades comienzan a superar los recursos disponibles y compromete tanto el bienestar del cuidador como la sostenibilidad del cuidado. Chang et al. (2010); Gobourne et al. (2024); y Ko et al. (2024) muestran la relación entre carga, autocuidado y salud; mientras Bongelli et al. (2024); Campos de Aldana et al. (2019); y Marroquín-Escamilla et al. (2024) permiten comprender la importancia del apoyo y la calidad de vida. Sánchez-Martínez et al. (2024); y Van Roij et al. (2021) amplían esta perspectiva hacia el autocuidado y la resiliencia.

La respuesta no puede limitarse a exigir mayor resistencia al cuidador. Cantillo-Medina et al. (2018); Reinhard et al. (2008); y Rosales-Sánchez et al. (2024) permiten sostener la importancia de las habilidades y del apoyo para cuidar; mientras Fu et al. (2026); y Su et al. (2025) destacan la relevancia de la calidad y utilización de los servicios. El cuidado sostenible requiere competencias personales, pero también redes, recursos y servicios. Por ello, el autocuidado no debería entenderse como aquello que se realiza únicamente cuando sobra tiempo, sino integrarse en la propia organización del cuidado. Descansar, proteger la salud, conservar vínculos, solicitar ayuda y disponer de espacios personales son condiciones necesarias para evitar que la atención se sostenga mediante el agotamiento.

El desafío consiste en avanzar desde una cultura del sacrificio ilimitado hacia una organización basada en el cuidado compartido. El valor del cuidador no debería medirse por cuánto deterioro puede soportar

antes de solicitar ayuda. Cuidarlo significa reconocerlo como persona y considerar su salud, descanso, relaciones, economía, proyectos y límites. Cuando esta perspectiva se incorpora a la familia, los servicios sanitarios y los sistemas de apoyo, el cuidado deja de depender exclusivamente del sacrificio individual y puede convertirse en una responsabilidad más compartida y sostenible.

4.4. Redes de apoyo, adaptación y bienestar familiar

Las familias no afrontan de manera aislada las transformaciones y demandas que aparecen a lo largo de su ciclo vital. Aunque el hogar constituye un espacio fundamental de cuidado, protección y pertenencia, su capacidad de respuesta depende también de los recursos disponibles fuera de él. Familia extensa, amistades, vecinos, comunidad, profesionales, instituciones educativas y servicios sanitarios y sociales pueden proporcionar apoyo emocional, instrumental, informativo y material. Estas redes adquieren especial importancia ante enfermedad crónica, discapacidad, dependencia, envejecimiento, cuidado prolongado o dificultades económicas, pero también favorecen la adaptación durante transiciones cotidianas y contribuyen al bienestar familiar.

Comprender las redes de apoyo exige superar una visión centrada únicamente en su tamaño. Una red extensa no garantiza ayuda efectiva si sus integrantes no responden a necesidades concretas o no generan confianza y disponibilidad. Por ello, debe distinguirse entre su dimensión estructural, relacionada con quienes la integran, y su dimensión funcional, vinculada con los recursos que realmente proporcionan. Medellín Fontes et al. (2012) analizaron la relación entre funcionamiento familiar y redes de apoyo social, mostrando la importancia de considerar conjuntamente los procesos internos de la familia y los recursos relacionales de su entorno. Las familias no funcionan como sistemas cerrados, pues su capacidad para resolver problemas y distribuir responsabilidades





se relaciona con los intercambios que mantienen con otros sistemas sociales.

La familia extensa suele constituir uno de los primeros niveles de apoyo. Abuelos, hermanos, tíos, hijos adultos y otros parientes pueden aportar compañía, orientación, recursos económicos, transporte o participación en tareas de cuidado. Barraza Macías (2021) estudió la red de apoyo familiar y las relaciones intrafamiliares como predictoras de la satisfacción vital, situando estos vínculos dentro de una comprensión más amplia del bienestar. Sin embargo, su relevancia depende más de la calidad que de la cantidad de relaciones. Una familia puede contar con numerosos parientes y experimentar conflictos; mientras otra puede disponer de una red pequeña pero confiable.

Fuller-Iglesias et al. (2015) muestran la complejidad del apoyo familiar a lo largo del ciclo vital y sus implicaciones para el bienestar psicológico. Las relaciones pueden proporcionar recursos y, simultáneamente, contener tensiones o ambivalencias. Un familiar que ofrece ayuda económica puede intentar influir excesivamente en las decisiones; mientras quien proporciona cuidado puede experimentar agotamiento. Por ello, la calidad del apoyo depende de su articulación con el respeto, los límites y la reciprocidad. Incluso cuando existen diferencias importantes de capacidades o recursos, las personas pueden contribuir mediante intercambios afectivos, prácticos o simbólicos. Reconocer estas aportaciones favorece dignidad, autonomía y pertenencia, evitando que quien recibe ayuda quede situado permanentemente en una posición pasiva.

Las amistades constituyen otro componente relevante de las redes de apoyo. Al tratarse generalmente de relaciones elegidas, pueden proporcionar espacios menos condicionados por los roles familiares. Un cuidador puede encontrar en ellas oportunidades para expresar cansancio; mientras una persona con discapacidad o una persona mayor puede mantener relaciones e identidades que no dependan exclusivamente del cuidado o del parentesco. Estos vínculos también protegen frente al aislamiento,

especialmente cuando una enfermedad o situación de dependencia prolongada reduce progresivamente las actividades sociales y los contactos externos.

Moraes (2024), al abordar las redes de apoyo emocional y familiar en la adaptación social de estudiantes universitarios, muestra que su importancia se extiende también a las transiciones normativas del ciclo vital. Alejarse del hogar, iniciar estudios superiores, establecer nuevas relaciones y asumir responsabilidades requieren reorganizar recursos y expectativas. Este ejemplo permite comprender que las redes no constituyen únicamente mecanismos de respuesta ante las crisis, sino también recursos para el crecimiento y la adaptación. Su función consiste en proporcionar vínculos y apoyos que permitan a las personas y familias afrontar cambios sin quedar limitadas exclusivamente a sus recursos internos.

La comunidad amplía las redes de apoyo mediante vecinos, asociaciones, organizaciones religiosas, grupos comunitarios y espacios de ayuda mutua que pueden proporcionar recursos cuando las redes familiares son insuficientes o se encuentran distantes. Estos vínculos pueden ofrecer ayuda ante emergencias, actividades accesibles, intercambio de experiencias y oportunidades de participación, además de reducir el aislamiento y fortalecer el sentido de pertenencia. En familias vinculadas con discapacidad, dependencia o enfermedades poco frecuentes, encontrarse con personas que atraviesan experiencias semejantes puede facilitar información y disminuir la sensación de soledad. Vega Palomino (2026), mediante una revisión sistemática sobre redes de apoyo familiar e inclusión de niños con discapacidad, muestra que estas redes pueden ampliar oportunidades, facilitar recursos y favorecer la participación del niño y su familia.

La inclusión no depende exclusivamente de las capacidades internas de la familia. La ausencia de servicios accesibles, transporte, información, recursos educativos o espacios comunitarios inclusivos puede limitar sus posibilidades de respuesta. Las redes funcionan como puentes entre las necesidades





familiares y los recursos sociales, educativos, sanitarios y comunitarios disponibles. Esta función resulta especialmente importante cuando existen necesidades de apoyo especializado. Martínez-Rico et al. (2022), al analizar las redes de apoyo y el empoderamiento familiar en atención temprana, muestran que estas no deberían limitarse a proporcionar soluciones externas, sino contribuir a que las familias comprendan mejor sus necesidades, participen en las decisiones y movilicen recursos. El empoderamiento implica así una relación más colaborativa, en la que el conocimiento profesional se complementa con la experiencia de las propias familias.

Balcells-Balcells et al. (2019), al estudiar el impacto de los apoyos y la colaboración sobre la calidad de vida familiar, destacan la importancia de que los servicios respondan a las prioridades de las familias y se construyan mediante relaciones de cooperación. La calidad de vida familiar permite valorar no solo cuántos recursos existen, sino si estos facilitan actividades importantes, relaciones satisfactorias, participación social y bienestar. Una familia puede convivir con discapacidad, enfermedad o dependencia y mantener una adecuada calidad de vida cuando dispone de apoyos suficientes y relaciones significativas. De manera inversa, la ausencia de una crisis clínica no garantiza bienestar cuando predominan el aislamiento, las tensiones o la falta de recursos.

Hassanein et al. (2021) relacionan apoyo social, resiliencia y calidad de vida en familias con hijos con discapacidad intelectual. Desde esta perspectiva, la resiliencia no constituye una característica fija, sino un proceso en el que se movilizan recursos internos y externos para afrontar situaciones adversas. Las redes pueden facilitar información, acompañamiento, distribución de responsabilidades y expectativas de futuro, reduciendo la necesidad de que la familia resuelva todas las demandas exclusivamente con sus propios recursos. La resiliencia familiar depende, por tanto, no solo de las capacidades psicológicas de sus integrantes, sino también de las oportunidades reales para acceder a ayuda y recursos adecuados.

Wang et al. (2022), mediante un modelo meta-analítico sobre afrontamiento, apoyo social y calidad de vida familiar en cuidadores de personas con autismo, muestran que las estrategias de afrontamiento se relacionan con los recursos sociales disponibles. Esta perspectiva evita responsabilizar exclusivamente a las familias por su capacidad de adaptación. Las estrategias individuales pueden resultar insuficientes cuando faltan recursos materiales, información, servicios o personas que compartan responsabilidades. La adaptación requiere combinar capacidades internas con condiciones externas favorables. Entre estas últimas, el apoyo emocional ocupa un lugar relevante: ser escuchado, comprendido y reconocido puede disminuir la sensación de afrontar una dificultad en soledad, incluso cuando quien ofrece el apoyo no puede proporcionar una solución inmediata.

Giesbers et al. (2019), al adaptar un método para medir el apoyo emocional en las redes familiares de personas con discapacidad intelectual leve, destacan la importancia de considerar cómo las propias personas experimentan sus redes. La existencia formal de familiares o conocidos no garantiza que sean percibidos como fuentes reales de apoyo. Una amistad puede desempeñar una función emocional más importante que determinados vínculos de parentesco; mientras una persona puede sentirse cómoda recurriendo únicamente a algunos integrantes de su familia. Por ello, la evaluación debe identificar quiénes conforman realmente la red significativa, qué apoyo proporcionan, cuál es su disponibilidad y cómo se valora la ayuda recibida. Esta perspectiva permite conocer los recursos efectivos con los que cuenta la persona o la familia, en lugar de asumirlos únicamente por la existencia de determinados vínculos.

El apoyo instrumental comprende acciones concretas como transportar, preparar alimentos, realizar compras, colaborar económicamente, acompañar a servicios o asumir temporalmente tareas de cuidado. Romero-Serrano et al. (2023), al estudiar la influencia de las redes sociofamiliares en el cuidado de personas





mayores dependientes, muestran su relevancia para la organización y sostenibilidad del cuidado. Cuando varias personas comparten responsabilidades aumentan las posibilidades de relevo y disminuye la dependencia de un único cuidador. Por el contrario, cuando toda la atención recae sobre una persona, cualquier enfermedad, emergencia o agotamiento puede comprometer el funcionamiento del sistema familiar.

Sin embargo, disponer de una red no significa que las responsabilidades se distribuyan equitativamente. Contreras Tinoco (2019), al estudiar las redes de apoyo familiares y la feminización del cuidado en jóvenes universitarios, muestra que estas relaciones también están atravesadas por expectativas de género y que las mujeres pueden ser consideradas implícitamente como cuidadoras naturales. Analizar una red exige, por tanto, observar no solo quiénes la integran, sino quién realiza efectivamente las tareas y con qué consecuencias. Una red puede ser extensa y funcionar gracias a la disponibilidad permanente de una sola persona, manteniendo una fragilidad importante. Su sostenibilidad requiere una distribución que proteja tanto a quienes reciben apoyo como a quienes lo proporcionan.

El apoyo informativo constituye otra función esencial. Ante situaciones nuevas, las familias necesitan comprender diagnósticos, procedimientos, derechos, prestaciones, recursos y alternativas, por lo que profesionales e instituciones pueden aportar conocimientos especializados. Sin embargo, la información resulta útil cuando es comprensible, oportuna y ajustada a las necesidades concretas. Los mensajes contradictorios, fragmentados o excesivamente técnicos pueden aumentar la incertidumbre. Un apoyo informativo adecuado facilita la toma de decisiones, fortalece la autonomía familiar y mejora la capacidad para relacionarse con los diferentes sistemas de atención.

Los profesionales sanitarios, educativos y sociales forman parte de las redes formales y pueden identificar

recursos, coordinar servicios, anticipar necesidades, fortalecer competencias y detectar situaciones de aislamiento o sobrecarga. Su intervención no debería limitarse al individuo ni generar dependencia innecesaria, sino contribuir al fortalecimiento de las capacidades familiares. Redondo-Trujillo y Rodríguez-Bravo (2026) sitúan la creación de redes de apoyo y el bienestar familiar como elementos centrales para responder a la diversidad, destacando la necesidad de conectar recursos y sostener procesos de inclusión.

La coordinación entre servicios resulta fundamental cuando una familia se relaciona simultáneamente con atención sanitaria, instituciones educativas, servicios sociales y asociaciones. Si cada sistema funciona de manera aislada, la familia termina asumiendo la integración de información, la explicación reiterada de su situación y la resolución de posibles contradicciones. Una red institucional funcional requiere comunicación, complementariedad y continuidad. La existencia de numerosos servicios no garantiza un apoyo adecuado si estos permanecen desconectados, pues la fragmentación puede aumentar la carga familiar en lugar de reducirla.

La accesibilidad condiciona el valor real de los recursos formales. Un servicio puede existir y resultar poco utilizable debido a la distancia, el costo, los horarios, los requisitos administrativos o las barreras comunicativas. Por ello, evaluar las redes implica determinar no solo qué recursos están disponibles, sino cuáles puede utilizar efectivamente la familia, especialmente en contextos de vulnerabilidad económica o territorial. La confianza también resulta decisiva, pues experiencias negativas, temor al juicio o falta de respeto hacia las decisiones familiares pueden limitar la búsqueda de ayuda. La continuidad, la escucha y el reconocimiento de la experiencia familiar favorecen vínculos de confianza y permiten solicitar apoyo sin que ello sea percibido como incapacidad.

La intervención temprana puede evitar que dificultades inicialmente manejables evolucionen hacia situaciones de mayor complejidad. Martínez-Rico et





al. (2022) muestran la relevancia de las redes y del empoderamiento en atención temprana, entendiendo el apoyo como una forma de fortalecer capacidades familiares. El empoderamiento supone conocer los recursos disponibles, participar en decisiones, formular preguntas y expresar necesidades. Desde esta perspectiva, una red adecuada no genera dependencia institucional, sino que aumenta la capacidad de la familia para relacionarse de manera informada con los servicios y participar activamente en las decisiones que afectan a sus integrantes.

La participación familiar también favorece la adecuación de los apoyos. Los profesionales aportan conocimientos técnicos; mientras las familias conocen sus rutinas, prioridades, posibilidades y limitaciones. Balcells-Balcells et al. (2019) relacionan precisamente los apoyos y la colaboración con la calidad de vida familiar, respaldando una relación basada en la construcción compartida de respuestas y no únicamente en el cumplimiento de indicaciones. Este principio resulta especialmente importante en situaciones de discapacidad, donde las necesidades pueden prolongarse y modificarse a lo largo del ciclo vital, haciendo insuficientes las intervenciones aisladas o episódicas.

Vega Palomino (2026) sitúa las redes familiares dentro de los procesos de inclusión de niños con discapacidad. La inclusión requiere articulación entre familia, educación, comunidad y servicios, pues ninguno de estos ámbitos puede garantizarla aisladamente. Una escuela accesible necesita comunicarse con la familia; mientras una familia que promueve autonomía requiere espacios donde el niño pueda ejercerla. Hassanein et al. (2021); y Wang et al. (2022) relacionan, además, el apoyo social con la resiliencia, el afrontamiento y la calidad de vida en familias vinculadas con la discapacidad. Estas aportaciones permiten comprender el bienestar como resultado de la interacción entre recursos familiares y condiciones externas.

El apoyo puede amortiguar las demandas aunque no elimine la situación que las origina. La enfermedad, la discapacidad o la dependencia pueden mantenerse, pero su impacto cambia cuando responsabilidades, información y emociones no necesitan gestionarse en soledad. Adaptarse no significa dejar de necesitar ayuda, sino desarrollar capacidad para reconocer límites y movilizar recursos cuando sea necesario. La autosuficiencia absoluta no constituye necesariamente un indicador de fortaleza si conduce al aislamiento o a la concentración excesiva de responsabilidades. Solicitar ayuda puede ser una estrategia adaptativa y una competencia familiar relevante para sostener el bienestar a largo plazo.

Sin embargo, las posibilidades de construir redes están condicionadas por factores económicos, geográficos y sociales. Las familias migrantes pueden encontrarse lejos de sus parientes, las personas mayores pueden haber perdido vínculos significativos, los cuidadores pueden experimentar aislamiento y las familias rurales disponer de menor acceso a determinados servicios. Estas diferencias pueden generar resultados distintos ante necesidades semejantes, por lo que no deberían atribuirse exclusivamente al funcionamiento interno de cada familia. Cuando las redes informales son insuficientes, los servicios formales pueden desempeñar una función compensatoria y evitar que el bienestar dependa exclusivamente de disponer de familiares o comunidades capaces de proporcionar ayuda.

Los sistemas de protección deben ofrecer alternativas para quienes carecen de estos recursos. Las prestaciones económicas, ayudas y servicios subvencionados pueden disminuir tensiones y liberar recursos familiares, pero la dimensión material no debería separarse de la emocional y relacional. El acompañamiento psicológico difícilmente compensará por sí solo las dificultades para financiar cuidados, tratamientos o desplazamientos, del mismo modo que disponer de recursos económicos no elimina necesariamente el aislamiento. La calidad de vida depende de una combinación de apoyos materiales,





afectivos, comunitarios e institucionales ajustados a las necesidades de cada familia.

La diversificación de los apoyos aumenta la capacidad adaptativa y reduce la dependencia de una única fuente. La familia extensa puede proporcionar ayuda práctica; las amistades, escucha y acompañamiento; los profesionales, conocimientos especializados; las instituciones, servicios y recursos; y la comunidad, oportunidades de participación y pertenencia. Romero-Serrano et al. (2023) muestran la relevancia de las redes sociofamiliares en el cuidado de personas mayores dependientes, donde la distribución del apoyo influye sobre las posibilidades de relevo y la sostenibilidad del cuidado. Una red diversificada permite distribuir funciones, disminuir la concentración de responsabilidades y proteger tanto a quien necesita apoyo como a quienes lo proporcionan.

Las redes de apoyo deben adaptarse a las transformaciones del ciclo vital, pues las necesidades familiares cambian con la edad, la dependencia, las transiciones educativas, la salud de los cuidadores o los cambios de residencia. Una red concentrada en una sola persona puede resultar vulnerable; mientras una estructura diversificada ofrece mayores posibilidades de reorganización. Körün et al. (2025), al relacionar funcionamiento familiar, adaptabilidad, pertenencia y bienestar mental, permiten comprender esta flexibilidad como una dimensión relevante. Adaptarse no significa carecer de estructura, sino modificarla cuando deja de responder adecuadamente a las necesidades familiares. El sentido de pertenencia complementa esta capacidad, pues saber que existen personas disponibles puede proporcionar seguridad incluso cuando no se necesita ayuda inmediata. Salazar García et al. (2025) vinculan los factores y redes familiares con el bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores, aspecto especialmente relevante ante transformaciones relacionadas con la salud, la jubilación, las pérdidas y los cambios de roles.

El envejecimiento puede modificar la composición de las redes sin implicar necesariamente aislamiento.

Algunas relaciones disminuyen mientras otras adquieren mayor importancia, por lo que mantener la participación familiar y social ayuda a evitar la desconexión. Las relaciones intergeneracionales pueden proporcionar apoyo emocional, instrumental y material, pero también deben reconocer las contribuciones de las personas mayores, evitando reducirlas a receptoras de ayuda. Esta reciprocidad resulta igualmente importante para las personas con discapacidad. Giesbers et al. (2019) destacan la necesidad de analizar el apoyo emocional desde la perspectiva de las propias personas, respetando sus preferencias sobre los vínculos a los que desean recurrir. La calidad de vida no depende únicamente de disponer de personas alrededor, sino también de conservar capacidad para elegir los apoyos considerados significativos.

Los profesionales deben integrarse en estas redes sin sustituir innecesariamente los vínculos familiares, sociales y comunitarios. Los servicios formales aportan conocimientos especializados y acceso a recursos; mientras las redes naturales proporcionan continuidad relacional. Redondo-Trujillo y Rodríguez-Bravo (2026) sitúan el bienestar familiar como un elemento central de las redes orientadas al apoyo de la diversidad, lo que exige valorar los efectos de las intervenciones tanto sobre la persona que presenta una necesidad específica como sobre el conjunto familiar. Balcells-Balcells et al. (2019), al relacionar los apoyos y la colaboración con la calidad de vida familiar, refuerzan la necesidad de respuestas construidas conjuntamente con las familias. Los servicios deben responder a necesidades reales sin trasladar al hogar cargas difíciles de sostener.

La colaboración entre familias y profesionales requiere integrar prioridades familiares y conocimiento especializado. El diálogo permite establecer objetivos realistas y evitar intervenciones desconectadas de las circunstancias cotidianas. Martínez-Rico et al. (2022) relacionan el empoderamiento con la capacidad de identificar y movilizar recursos. Empoderar no significa dejar sola a la familia, sino proporcionarle información,





herramientas y oportunidades para participar activamente en las decisiones mientras recibe los apoyos necesarios. Esta participación permite que las redes amplíen la autonomía en lugar de sustituirla.

Las redes mantienen una naturaleza dinámica incluso después de periodos prolongados de cuidado. Parra Ortiz et al. (2025), al estudiar el apoyo social en post-cuidadores familiares de personas mayores dependientes, muestran la importancia de una etapa frecuentemente olvidada. Cuando finalizan las tareas de cuidado puede ser necesario reconstruir rutinas, relaciones, actividades y proyectos, proceso que puede coexistir con duelo o sentimientos ambivalentes. Por ello, el apoyo no debería desaparecer automáticamente al cesar el cuidado. Las redes pueden transformar su función y pasar de proporcionar ayuda instrumental a ofrecer acompañamiento emocional y social durante la reorganización de la vida.

La tecnología ha ampliado las posibilidades de mantener vínculos entre familias geográficamente dispersas mediante acompañamiento emocional, intercambio de información y coordinación de responsabilidades. Sin embargo, no sustituye todas las formas de presencia física y su utilidad depende del acceso y de las competencias disponibles. La comunidad local también puede articular apoyos formales e informales mediante asociaciones, centros comunitarios, escuelas y servicios. Vega Palomino (2026) permite relacionar las redes con la inclusión de familias de niños con discapacidad, mostrando que un apoyo adecuado debería ampliar oportunidades de participación. La ayuda puede resultar contraproducente cuando sustituye innecesariamente la iniciativa de la persona o la familia; una red adecuada sostiene y complementa sin eliminar la autonomía.

El apoyo social se relaciona con diferentes dimensiones de la adaptación y el bienestar familiar. Hassanein et al. (2021) relacionan el apoyo social con la resiliencia; Wang et al. (2022) integran apoyo, afrontamiento y calidad de vida familiar. Estas aportaciones permiten comprender que la adaptación depende tanto de

capacidades internas como de vínculos capaces de proporcionar ayuda y reconocimiento. El aislamiento puede convertirse simultáneamente en causa y consecuencia de la sobrecarga: las demandas reducen el tiempo y la energía disponibles para mantener relaciones y, posteriormente, la pérdida de esos vínculos disminuye las posibilidades de recibir ayuda. Identificar familiares, amistades, vecinos, profesionales, instituciones y organizaciones disponibles puede ayudar a reconocer recursos y carencias, aunque debe valorarse también la calidad y función de cada vínculo, pues no todas las relaciones constituyen fuentes de apoyo.

Fuller-Iglesias et al. (2015) destacan que la efectividad del apoyo depende más de la calidad de los vínculos que del tamaño de la red. Una red pequeña y confiable puede resultar más protectora que otra extensa y conflictiva. En el ámbito de la discapacidad y los cuidados, Balcells-Balcells et al. (2019) relacionan la disponibilidad y calidad de los apoyos con la calidad de vida familiar; mientras Hassanein et al. (2021) destacan su vinculación con la resiliencia. Wang et al. (2022), por su parte, muestran la relación entre apoyo social, afrontamiento y calidad de vida familiar. Estas aportaciones permiten comprender que los recursos externos adquieren valor cuando responden a necesidades concretas y favorecen la participación, el bienestar y la continuidad de los proyectos familiares.

Las redes de apoyo también facilitan la adaptación ante transiciones educativas, envejecimiento de los cuidadores, incremento de la dependencia o pérdida de recursos habituales. Giesbers et al. (2019) muestran la importancia de considerar cuáles vínculos son realmente percibidos como significativos por quienes reciben apoyo. Desde una perspectiva complementaria, Redondo-Trujillo y Rodríguez-Bravo (2026) relacionan la construcción de redes con el bienestar familiar y la atención a la diversidad. Familia extensa, amistades, comunidad, profesionales e instituciones pueden así desempeñar funciones diferentes y contribuir





a distribuir las demandas sin reducir la autonomía familiar o individual.

Los apoyos resultan más efectivos cuando fortalecen los recursos y la capacidad de decisión de las familias en lugar de sustituirlas. Balcells-Balcells et al. (2019) destacan la importancia de la colaboración entre familias y servicios para favorecer la calidad de vida; mientras Martínez-Rico et al. (2022) relacionan las redes con el empoderamiento familiar y la participación en las decisiones. Estas funciones pueden modificarse con el tiempo. Parra Ortiz et al. (2025), al estudiar a post-cuidadores familiares, muestran que después de periodos prolongados de cuidado las redes pueden facilitar la recuperación de actividades, relaciones y espacios personales.

El funcionamiento familiar y el apoyo social mantienen, además, una relación recíproca. Medellín Fontes et al. (2012) muestran la importancia de analizar conjuntamente los procesos internos de la familia y sus redes sociales; mientras Fuller-Iglesias et al. (2015) destacan la complejidad y variabilidad de estos vínculos a lo largo del ciclo vital. Giesbers et al. (2019) añaden la necesidad de valorar los apoyos desde la experiencia de las propias personas. Por ello, la evaluación de una red debe considerar su calidad, estabilidad, disponibilidad y utilidad efectiva, y no únicamente el número de personas que la integran.

Las redes también favorecen oportunidades de participación que permiten que la vida familiar trascienda situaciones de enfermedad, discapacidad, dependencia o cuidado. Vega Palomino (2026) relaciona las redes familiares con los procesos de inclusión de niños con discapacidad; mientras Redondo-Trujillo y Rodríguez-Bravo (2026) sitúan el bienestar familiar dentro de una perspectiva de atención a la diversidad. En el envejecimiento, Salazar García et al. (2025) destacan igualmente la relación entre los vínculos familiares, el bienestar y la calidad de vida. El apoyo debe, por tanto, ampliar oportunidades de participación y acompañar sin sustituir innecesariamente la capacidad de decisión.

Las redes formales requieren igualmente coordinación y adaptación a las necesidades familiares. Martínez-Rico et al. (2022) reconocen el papel de los apoyos profesionales en el fortalecimiento de las capacidades familiares; mientras Balcells-Balcells et al. (2019) subrayan la importancia de establecer relaciones de colaboración orientadas hacia prioridades significativas para las familias. Körün et al. (2025) relacionan, además, funcionamiento, adaptabilidad, pertenencia y bienestar mental. Estas aportaciones muestran que los recursos materiales, emocionales y profesionales deben complementarse y modificarse conforme cambian las circunstancias y necesidades.

La efectividad de las redes tampoco depende exclusivamente de su extensión. Barraza Macías (2021) relaciona las redes familiares y las relaciones intrafamiliares con la satisfacción vital; mientras Medellín Fontes et al. (2012) muestran su vinculación con el funcionamiento familiar. Fuller-Iglesias et al. (2015) permiten comprender la complejidad de estos apoyos a lo largo del ciclo vital; y Körün et al. (2025) incorporan dimensiones de adaptabilidad, pertenencia y bienestar. En situaciones de cuidado, Romero-Serrano et al. (2023) muestran la importancia de las redes sociofamiliares para distribuir responsabilidades; mientras Salazar García et al. (2025) destacan su relevancia para el bienestar y la calidad de vida durante el envejecimiento. El objetivo no consiste, por tanto, en acumular personas o instituciones, sino en disponer de conexiones significativas, accesibles y flexibles.

La resiliencia familiar puede entenderse desde esta perspectiva como un proceso relacional y contextual. Hassanein et al. (2021) muestran la relación entre apoyo social y resiliencia en familias con hijos con discapacidad intelectual; mientras Wang et al. (2022) incorporan el afrontamiento y la calidad de vida familiar a esta relación. Las capacidades internas se desarrollan dentro de contextos que pueden facilitar o limitar su utilización, por lo que familia extensa, amistades, asociaciones, comunidad y servicios profesionales pueden proporcionar recursos complementarios. No





existe, sin embargo, una estructura universal de apoyo adecuada para todas las familias; lo fundamental es disponer de vínculos confiables y pertinentes que respondan a necesidades concretas.

Las relaciones externas pueden fortalecer la dinámica familiar al ampliar los recursos disponibles y evitar que el hogar concentre todas las funciones emocionales, sociales y prácticas. Contreras Tinoco (2019) advierte, además, que la existencia de una red no garantiza una distribución equitativa del cuidado, pues las responsabilidades pueden concentrarse de manera desigual. Romero-Serrano et al. (2023) muestran la importancia de compartir las demandas durante el cuidado prolongado; mientras Parra Ortiz et al. (2025) evidencian que el apoyo continúa siendo relevante incluso después de finalizar estas responsabilidades. La red debe funcionar, por tanto, como una estructura flexible que responda a las necesidades sin invadir la intimidad ni reducir la autonomía familiar.

Finalmente, la autonomía familiar supone poder decidir qué apoyos utilizar, cómo incorporarlos a la vida cotidiana y cuándo modificarlos. Los profesionales pueden orientar y facilitar conexiones, pero las familias deben participar en estas decisiones para que los recursos sean compatibles con sus valores, necesidades y circunstancias. Fortalecer las redes implica distribuir responsabilidades y articular los recursos de familiares, amistades, comunidad, profesionales e instituciones. Su función no se limita a reducir la sobrecarga mediante información, relevo o ayuda práctica, sino que también permite preservar relaciones, educación, trabajo, descanso, participación y proyectos personales. La fortaleza familiar no debe identificarse con autosuficiencia absoluta, sino también con la capacidad para solicitar ayuda, reorganizar apoyos y construir respuestas compartidas.



05.

Crisis, vulnerabilidad y transiciones en la vida familiar

5.1. Crisis, separación, divorcio y reconstrucción familiar

Las crisis familiares constituyen momentos de alteración significativa del equilibrio cotidiano en los que las formas habituales de organización, comunicación y distribución de responsabilidades dejan de responder adecuadamente a las nuevas circunstancias. No todas las crisis implican necesariamente la desaparición de la familia ni poseen consecuencias exclusivamente negativas, pues también pueden convertirse en procesos de transición que obligan a redefinir vínculos, funciones y expectativas. La separación y el divorcio representan expresiones particularmente complejas de estas transformaciones porque modifican simultáneamente la relación de pareja, la

convivencia, la organización económica, las rutinas, las responsabilidades parentales y las formas de pertenencia. La ruptura de la relación conyugal no supone automáticamente la ruptura de todos los vínculos familiares: cuando existen hijos, la parentalidad continúa y exige construir una nueva organización capaz de preservar responsabilidades que permanecen después de finalizar la vida en pareja.

Desde una perspectiva más amplia, Esteinou (1999) sitúa la fragilidad de determinadas relaciones familiares junto con su capacidad de recomposición, mostrando que la transformación de las estructuras no implica necesariamente la pérdida de los vínculos, sino que puede producir nuevas formas de organización y relación. La separación debe entenderse, por tanto, como un proceso que desestructura una configuración previa y exige construir otra, en ocasiones con mayor complejidad que la anterior. Riquelme Soto et al. (2020) la describen precisamente como una crisis de transición que altera roles y funcionamiento familiar, pero cuyo resultado no tiene por qué ser necesariamente perjudicial; el riesgo aumenta especialmente cuando la ruptura queda atrapada en dinámicas de elevada conflictividad y los hijos son incorporados a las disputas de los adultos.

La intensidad de una crisis de separación no depende únicamente del acto jurídico o de la decisión de dejar de convivir. La ruptura puede comenzar mucho antes de que se formalice mediante un progresivo distanciamiento emocional, conflictos recurrentes, pérdida de confianza, deterioro de la comunicación o desacuerdos persistentes acerca de proyectos, responsabilidades y expectativas. Del mismo modo, sus efectos pueden continuar durante un periodo prolongado después de la separación física, especialmente cuando permanecen litigios, hostilidad o dificultades para reorganizar la parentalidad. Rojas Madrigal (2006) aborda la separación y el divorcio como procesos de reestructuración familiar que pueden requerir intervención en crisis, particularmente

cuando existen niños cuyas necesidades deben protegerse durante la transición. Esta mirada resulta relevante porque evita reducir la crisis a un acontecimiento puntual: la familia necesita procesar cambios emocionales y prácticos, reorganizar rutinas y encontrar nuevas formas de funcionamiento.

Shebak (2025) señala que el divorcio modifica estructuras, roles, rutinas y vínculos, afectando de manera diferente a cada integrante y generando demandas tanto para los hijos como para los progenitores. La crisis puede incluir sentimientos de pérdida, incertidumbre, enojo, fracaso, culpa, miedo o alivio, emociones que no son necesariamente incompatibles. Una persona puede lamentar la pérdida de la relación y considerar simultáneamente que la separación era necesaria; un hijo puede extrañar la convivencia previa y experimentar al mismo tiempo menos tensión cuando desaparece un entorno de conflicto intenso. Comprender esta ambivalencia resulta esencial para evitar interpretaciones simplificadoras que presenten toda separación como una catástrofe o, en el extremo contrario, como un cambio que puede afrontarse sin consecuencias emocionales.

La presencia de hijos convierte la reorganización posterior a la ruptura en una responsabilidad especialmente delicada. La relación conyugal puede terminar, pero las necesidades infantiles de protección, estabilidad, afecto, orientación y pertenencia permanecen. Por ello, uno de los principales desafíos consiste en diferenciar la finalización de la pareja de la continuidad de las funciones parentales. Riquelme Soto et al. (2020) destacan que una de las preocupaciones centrales en los procesos de separación consiste en preservar el derecho de los menores a mantener vínculos adecuados con sus progenitores, señalando que el problema no reside necesariamente en la decisión adulta de poner fin a la convivencia, sino en la implicación de los hijos dentro del conflicto.

D'Onofrio y Emery (2019) también advierten que la separación parental puede relacionarse con dificultades en la salud mental infantil, aunque la investigación





exige interpretar estos resultados teniendo en cuenta la heterogeneidad de las trayectorias familiares y los múltiples factores que intervienen en la adaptación. Esta precisión es fundamental: no todos los niños reaccionan del mismo modo, ni todos los efectos atribuidos al divorcio proceden exclusivamente de la separación. El nivel de conflicto previo y posterior, los cambios económicos, la estabilidad de las rutinas, la disponibilidad emocional de los progenitores, la calidad de las relaciones parentofiliales y la exposición a nuevas tensiones pueden influir considerablemente en la manera en que se vive la transición. Shebak (2025) subraya precisamente que la gravedad de las dificultades infantiles se relaciona de manera importante con el conflicto parental, la disponibilidad emocional y las condiciones posteriores a la ruptura.

Las respuestas de los hijos pueden variar según la edad, el desarrollo, la historia familiar, la intensidad del conflicto y las condiciones en que se produce la separación. Los niños pequeños pueden comprender de manera limitada las razones de la ruptura y atribuirse responsabilidades que no les corresponden; mientras los adolescentes poseen mayores capacidades cognitivas para interpretar la situación, pero se encuentran simultáneamente atravesando procesos de diferenciación, identidad y búsqueda de autonomía. Jiménez Arrieta et al. (2012), al estudiar familias con hijos adolescentes, identificaron el divorcio como una crisis no normativa y observaron la importancia del apoyo social y de la reestructuración entre las estrategias utilizadas para afrontarla.

Estos resultados recuerdan que la adaptación no constituye únicamente un proceso individual del adolescente, sino una reorganización que involucra al sistema familiar y a los recursos disponibles alrededor de este. Sezer (2025) amplía la discusión hacia el desarrollo moral y la resiliencia emocional, mostrando la pertinencia de considerar cómo experiencias de divorcio y pérdida parental interactúan con procesos psicológicos infantiles. En este contexto, proteger a los hijos no significa ocultarles completamente lo

ocurrido ni exigirles indiferencia emocional. Necesitan explicaciones compatibles con su edad, información suficiente para reducir incertidumbres y garantías claras acerca de aspectos que afectan directamente su vida: dónde vivirán, cuándo estarán con cada progenitor, qué cambios experimentarán y cuáles elementos de su rutina permanecerán. La información debe evitar detalles íntimos del conflicto de pareja que los sitúen en posiciones que no les corresponden. Los hijos necesitan comprender la reorganización familiar sin convertirse en confidentes, jueces o mediadores de los adultos.

Uno de los mayores riesgos aparece cuando el conflicto conyugal se transforma en conflicto coparental permanente. En estas circunstancias, las diferencias propias de la ruptura pueden extenderse hacia decisiones sobre educación, horarios, salud, residencia, gastos o relaciones con la familia extensa, convirtiendo cada asunto cotidiano en una prolongación de la confrontación. De la Torre Laso (2005) analiza precisamente las relaciones entre padres e hijos después de separaciones conflictivas, ámbito en el que la continuidad del enfrentamiento puede alterar profundamente los vínculos posteriores. Stolnicu et al. (2022) estudian la coparentalidad posdivorcio de alta conflictividad como un proceso dinámico que requiere comprender no solo las disputas visibles, sino las relaciones y significados que mantienen la separación psicológica incompleta entre los adultos.

La dificultad aparece cuando la expareja continúa ocupando una posición central como adversario y cada decisión parental se interpreta desde la historia del conflicto conyugal. En estas situaciones puede producirse una confusión entre dos planos que deberían diferenciarse: una persona puede haber sido una pareja insatisfactoria y, sin embargo, conservar competencias parentales; del mismo modo, los desacuerdos entre adultos no justifican utilizar el acceso a los hijos como instrumento de presión, castigo o negociación. La reorganización saludable requiere construir fronteras entre el pasado conyugal





y la relación parental presente, reconociendo que cooperar como progenitores no implica reconciliación afectiva ni restauración de la pareja.

La coparentalidad posterior al divorcio constituye así una de las principales tareas de reconstrucción. Su objetivo no consiste en mantener artificialmente una relación cercana entre quienes se separaron, sino en establecer el nivel de coordinación necesario para responder de manera coherente a las necesidades de los hijos. Pilinszki et al. (2026), en un estudio con 404 progenitores divorciados, encontraron que la frecuencia del conflicto posterior a la ruptura se relacionaba negativamente con la calidad de la coparentalidad; mientras que las estrategias cooperativas mostraban una asociación positiva; la implicación de los hijos en los conflictos y la agresión verbal se relacionaban negativamente con ella.

Sus resultados muestran, además, que incluso cuando el periodo previo al divorcio estuvo caracterizado por niveles elevados de conflicto, puede construirse posteriormente una relación coparental más cooperativa. Esta observación posee gran relevancia porque impide interpretar la historia de la pareja como un destino inevitable para la relación parental. La cooperación puede aprenderse y reorganizarse. Establecer canales de comunicación claros, delimitar asuntos relacionados con los hijos, evitar discusiones delante de ellos, acordar procedimientos para decisiones importantes y utilizar estrategias de resolución de conflictos son recursos que pueden reducir la exposición infantil a tensiones innecesarias. Cuando la comunicación directa resulta constantemente destructiva, la coordinación puede necesitar estructuras más delimitadas, profesionales especializados o procedimientos que disminuyan la frecuencia de las interacciones conflictivas sin abandonar las responsabilidades parentales.

La coordinación de parentalidad adquiere especial relevancia precisamente en situaciones donde la capacidad espontánea de cooperación se encuentra deteriorada. Riquelme Soto et al. (2020)

la sitúan como una respuesta vinculada a rupturas de elevada conflictividad, en las que el bienestar de los hijos puede verse comprometido por disputas prolongadas y judicialización. Este tipo de apoyo no debería entenderse como sustitución permanente de las decisiones parentales, sino como una estructura destinada a reducir el conflicto, clarificar responsabilidades y favorecer relaciones más funcionales alrededor de los menores.

Pilinszki et al. (2026) destacan también la importancia de servicios y programas dirigidos a disminuir el conflicto y desarrollar formas constructivas de resolución, señalando la posible utilidad de la mediación y de espacios destinados a fortalecer competencias de comunicación y regulación emocional. La intervención profesional puede resultar particularmente necesaria cuando los progenitores son incapaces de diferenciar información relevante para la crianza de contenidos emocionales pertenecientes a la ruptura, cuando las decisiones simples desencadenan disputas repetitivas o cuando los hijos son utilizados como transmisores de mensajes. Un niño no debería tener que comunicar a un progenitor decisiones tomadas por el otro, justificar horarios, explicar asuntos económicos ni transportar reproches entre hogares. Estas prácticas aparentemente cotidianas pueden situarlo dentro de lealtades divididas y hacer que la continuidad del vínculo con uno de sus padres sea vivida como una traición al otro. La reconstrucción coparental exige liberar a los hijos de esa función intermediaria.

La preservación de los vínculos fraternales constituye otra dimensión que puede quedar invisibilizada cuando la reorganización se concentra exclusivamente en la relación entre progenitores e hijos. Lewandowska-Walter y Błazek (2022) llaman la atención sobre la separación entre hermanos derivada de determinados arreglos residenciales posteriores al divorcio y sobre la necesidad de considerar diagnósticamente este vínculo. Los hermanos pueden constituir una fuente significativa de continuidad, pertenencia y apoyo durante una etapa caracterizada por múltiples cambios.





Separarlos puede añadir una pérdida adicional a la ruptura parental, especialmente cuando la relación fraterna era cotidiana y protectora. Esto no significa que todos los hermanos deban permanecer necesariamente bajo idénticas condiciones de residencia, pues existen edades, necesidades y circunstancias diferentes, pero sí que las decisiones deberían valorar el significado de sus relaciones. La reorganización familiar debe intentar conservar, en la medida de lo posible, los vínculos significativos que proporcionan estabilidad: hermanos, abuelos, otros familiares, amistades, escuela y espacios comunitarios pueden representar continuidades valiosas cuando el hogar atraviesa transformaciones. El criterio central no debería limitarse a distribuir tiempos entre adultos, sino considerar cómo el conjunto de decisiones modifica la red relacional del niño.

La dimensión cotidiana de la reconstrucción resulta tan importante como las decisiones legales. Después de una separación pueden modificarse vivienda, ingresos, horarios, transporte, acceso a servicios, responsabilidades domésticas y tiempos disponibles para el cuidado. Shebak (2025) señala que los progenitores también atraviesan estrés, pérdida de apoyos, cambios de rutina y aumento de responsabilidades, condiciones que pueden reducir temporalmente su disponibilidad emocional. Por ello, pedir a los adultos una parentalidad perfectamente regulada durante la ruptura sin atender su propio proceso de adaptación puede resultar poco realista. La prioridad consiste en evitar que su sufrimiento sea gestionado a través de los hijos. Los progenitores necesitan redes adultas donde expresar enojo, tristeza, miedo o frustración sin convertir a los menores en principales receptores de esas emociones. Rojas Madrigal (2006) muestra la pertinencia de la intervención en crisis y del papel que pueden asumir profesionales y contextos educativos en la protección infantil durante estos procesos. La escuela puede detectar cambios en comportamiento, rendimiento, asistencia o relaciones y constituir un espacio de estabilidad, siempre que la intervención respete la

privacidad y evite estigmatizar al niño. Las familias, por su parte, pueden beneficiarse de apoyo psicológico, social, jurídico y comunitario que les permita reorganizar las demandas prácticas y emocionales derivadas de la transición.

La reparación de los vínculos ocupa un lugar central cuando la ruptura ha estado acompañada de discusiones, distanciamiento o experiencias de dolor. Reparar no significa negar lo ocurrido ni obligar a recuperar la cercanía previa. Significa reconocer los efectos que determinadas conductas han producido, asumir responsabilidades y construir formas de relación más seguras. Divecha (2020) destaca que el conflicto forma parte de la vida familiar y que un aspecto decisivo no es únicamente su aparición, sino la capacidad de reparación posterior. Este principio resulta especialmente pertinente durante las separaciones porque los integrantes pueden conservar recuerdos de discusiones intensas, decisiones abruptas, promesas incumplidas o periodos de indisponibilidad emocional.

Los adultos no necesitan ofrecer a los hijos una versión idealizada del proceso, pero sí pueden reconocer que algunas situaciones fueron difíciles y reafirmar que ellos no eran responsables de resolverlas. Una disculpa parental puede tener un importante valor cuando reconoce concretamente una conducta y evita trasladar nuevamente la culpa al otro progenitor. Del mismo modo, la reparación entre adultos no exige recuperar intimidad, sino desarrollar formas de interacción suficientemente respetuosas para que la parentalidad pueda continuar. Shebak (2025) destaca intervenciones terapéuticas dirigidas a mejorar comunicación, regulación y adaptación; mientras Schmidt et al. (2026) sitúan el acompañamiento psicológico infantil como un recurso para favorecer la elaboración de la disrupción familiar asociada al divorcio.

La intervención profesional adquiere particular importancia cuando las respuestas normales a una transición difícil se intensifican, se prolongan o interfieren significativamente con el funcionamiento.





No todo malestar posterior a un divorcio constituye necesariamente un trastorno. Tristeza, enojo, confusión, cambios temporales de conducta o preocupación pueden formar parte de la adaptación a una transformación importante. Sin embargo, el deterioro persistente del funcionamiento, los síntomas emocionales intensos, la exposición continuada a conflicto, la violencia, el aislamiento o la ruptura grave de vínculos justifican una valoración especializada.

Schmidt et al. (2026) abordan intervenciones de consejería orientadas específicamente a ayudar a los niños ante la disrupción familiar relacionada con el divorcio; mientras Shebak (2025) describe recursos como la terapia de juego, enfoques sistémicos y programas dirigidos a familias separadas. La elección de la intervención debe responder a las necesidades reales de la familia y no a la mera existencia del divorcio. Algunos niños pueden requerir únicamente estabilidad, comunicación clara y apoyo parental; otros pueden beneficiarse de acompañamiento profesional individual o familiar. Del mismo modo, algunos progenitores necesitan orientación breve sobre coparentalidad; mientras situaciones de elevada conflictividad pueden requerir intervenciones más estructuradas. La finalidad terapéutica no consiste en restaurar obligatoriamente la pareja, sino en favorecer adaptación, disminuir la exposición al conflicto y reconstruir capacidades relacionales compatibles con la nueva realidad familiar.

La reconstrucción puede conducir además a familias reconstituidas cuando uno o ambos progenitores establecen nuevas relaciones e incorporan parejas, hijos u otros integrantes a la convivencia. Este proceso no constituye simplemente la sustitución de una estructura anterior por otra. Las familias reconstituidas integran historias, lealtades, vínculos y normas desarrollados previamente, por lo que requieren tiempo para construir una identidad compartida. Esteinou (1999) recuerda que las familias reconstituidas no constituyen una realidad completamente nueva,

aunque las transformaciones contemporáneas hayan incrementado su visibilidad y diversidad.

Barón Hernández y Tamargo Barbeito (2020) relacionan los conflictos de estas familias con el funcionamiento de las parejas parentales y con las relaciones mantenidas con las exparejas después de la ruptura. Este aspecto resulta fundamental porque la nueva convivencia no comienza sobre un terreno relacional vacío: pueden permanecer desacuerdos coparentales, expectativas diferentes respecto de la autoridad, vínculos afectivos con progenitores que viven en otro hogar y temores infantiles de sustitución o deslealtad. La incorporación de una nueva pareja no elimina la historia familiar precedente. Una reconstrucción saludable requiere reconocerla y evitar presionar a los niños para que establezcan inmediatamente vínculos equivalentes a los existentes con sus progenitores.

La figura del padrastro o la madrastra ilustra especialmente la necesidad de construir roles de manera gradual. La convivencia puede generar expectativas contradictorias: se espera que la nueva figura adulta participe en responsabilidades cotidianas, pero una intervención demasiado rápida en disciplina o decisiones sensibles puede ser interpretada por los hijos como invasión. El progenitor biológico conserva una función central en la legitimación progresiva de la nueva organización y en la definición de límites. Barón Hernández y Tamargo Barbeito (2020) muestran que las relaciones entre las parejas parentales y los conflictos previos poseen relevancia para comprender las dificultades que aparecen después de incorporar padrastrros o madrastras. La familia reconstituida necesita desarrollar acuerdos acerca de autoridad, tareas, privacidad, economía, relaciones con exparejas y tiempos compartidos.

También debe aceptar que la pertenencia no surge automáticamente porque los adultos hayan decidido convivir. Los hijos pueden necesitar tiempo para establecer confianza y pueden conservar simultáneamente vínculos intensos con integrantes de la configuración anterior. Exigir gratitud, afecto inmediato





o utilización forzada de denominaciones parentales puede dificultar el proceso. La reconstrucción se fortalece cuando permite que los nuevos vínculos crezcan mediante experiencias cotidianas de respeto, disponibilidad y coherencia, sin pretender borrar las relaciones anteriores.

El afrontamiento familiar constituye un elemento decisivo para comprender por qué algunas familias logran reorganizarse después de la ruptura con mayor estabilidad que otras. Jiménez Arrieta et al. (2012) encontraron en familias con hijos adolescentes una importante utilización del apoyo social y de la reestructuración como estrategias para afrontar el divorcio. Estos recursos reflejan dos dimensiones complementarias: movilizar relaciones y apoyos disponibles, y modificar la interpretación y organización de la situación para responder a las nuevas demandas. Afrontar no significa eliminar inmediatamente el malestar, sino desarrollar mecanismos que permitan continuar funcionando mientras se procesa la pérdida y se construye un nuevo equilibrio.

Las familias pueden necesitar ayuda de parientes, amistades, instituciones educativas, profesionales de salud, servicios jurídicos o redes comunitarias. El apoyo resulta particularmente importante cuando la ruptura produce una disminución de recursos económicos, sobrecarga parental o cambios residenciales. Sin embargo, las redes externas también necesitan actuar cuidadosamente. Los familiares que toman partido de manera hostil, desacreditan constantemente a uno de los progenitores delante de los hijos o intensifican la confrontación pueden aumentar la tensión. El apoyo más útil no es necesariamente aquel que confirma todas las interpretaciones del adulto afectado, sino el que facilita protección, estabilidad y decisiones orientadas al bienestar familiar.

La recuperación posterior a una separación requiere tiempo y no depende únicamente de formalizar acuerdos o establecer nuevas residencias. La estabilidad se construye cuando las nuevas rutinas se vuelven previsibles, las expectativas se ajustan

y disminuye la conflictividad. Stolnicu et al. (2022) muestran que la coparentalidad de alta conflictividad debe comprenderse como un proceso dinámico; mientras Pilinszki et al. (2026) relacionan la frecuencia y resolución de los conflictos con la calidad coparental. Por ello, el tiempo transcurrido no garantiza por sí mismo la mejoría: reconstruir exige establecer límites, cumplir acuerdos y desarrollar formas de coordinación que permitan diferenciar progresivamente la relación parental de la antigua relación de pareja.

La reconstrucción tampoco consiste en reproducir la familia existente antes del divorcio, sino en desarrollar una organización compatible con la nueva realidad. Pueden aparecer dos hogares, nuevas distribuciones económicas, cambios en las celebraciones y ampliaciones de las redes familiares. Esteinou (1999) sitúa esta transformación entre la fragilidad y la recomposición de las relaciones, mostrando que los vínculos pueden modificarse y adquirir nuevas formas. En determinados casos, la separación incluso puede disminuir la exposición de los hijos a conflictos destructivos. Shebak (2025) señala que una menor conflictividad y una mayor estabilidad posterior pueden favorecer su adaptación. Por ello, los efectos de la ruptura deben valorarse considerando tanto las condiciones anteriores como la organización construida después.

La protección infantil debe orientar las decisiones cuando existen dificultades para alcanzar acuerdos. La edad, escolarización, distancia entre hogares, necesidades de salud, capacidad de adaptación y vínculos significativos deben considerarse por encima de la competencia entre progenitores. Lewandowska-Walter y Błazek (2022) destacan la importancia de preservar los vínculos entre hermanos; Riquelme Soto et al. (2020) subrayan la necesidad de mantener las relaciones de los menores con sus progenitores sin involucrarlos en el conflicto. La calidad de los acuerdos resulta, por tanto, más importante que una distribución meramente formal del tiempo. La coparentalidad necesita combinar flexibilidad y previsibilidad para





proporcionar estabilidad sin someter a los hijos a negociaciones adultas permanentes.

Las crisis asociadas con separación y divorcio muestran que la continuidad familiar no depende exclusivamente de compartir una vivienda ni de mantener intacta la relación de pareja. La ruptura resulta especialmente perjudicial cuando prolonga la hostilidad, impide la cooperación o convierte a los hijos en instrumentos del conflicto. En cambio, la reorganización puede ser más favorable cuando los adultos diferencian pareja y parentalidad, redistribuyen responsabilidades y preservan vínculos significativos. D'Onofrio y Emery (2019); Riquelme Soto et al. (2020); y Shebak (2025) muestran que los efectos de la separación deben interpretarse dentro de múltiples condiciones familiares y contextuales. Jiménez Arrieta et al. (2012); Pilinszki et al. (2026); y Stolnicu et al. (2022) destacan, además, la relevancia del afrontamiento, la cooperación coparental y la resolución de conflictos para la adaptación posterior.

La reconstrucción familiar tampoco concluye con la desaparición del conflicto visible. Requiere integrar la separación dentro de la historia familiar sin convertirla en una identidad permanente. Sezer (2025) vincula este proceso con la resiliencia emocional y el desarrollo; Schmidt et al. (2026) destacan la utilidad de intervenciones orientadas a favorecer la elaboración infantil de la ruptura; y Divecha (2020) sitúa la reparación como una capacidad fundamental para restablecer los vínculos. Desde esta perspectiva, la resiliencia familiar no significa regresar al estado previo a la crisis, sino reorganizar la convivencia, conservar los vínculos valiosos y desarrollar nuevas formas de relación capaces de responder a las necesidades actuales de sus integrantes.

Así, separación, divorcio y reconstitución deben entenderse dentro de una misma lógica de transformación familiar. La crisis rompe certezas y obliga a revisar posiciones; la separación redefine fronteras; la coparentalidad permite sostener responsabilidades después de la ruptura; la

reparación protege vínculos que necesitan continuar; y la reconstitución abre nuevas posibilidades de pertenencia y convivencia. Barón Hernández y Tamargo Barbeito (2020); Esteinou (1999); y Rojas Madrigal (2006) muestran, desde ámbitos diferentes, que las relaciones familiares se reorganizan frente a cambios que modifican su estructura y funcionamiento. La intervención no debería orientarse exclusivamente a evitar la ruptura de una pareja, sino a impedir que esa ruptura destruya innecesariamente otros vínculos y a favorecer condiciones para que la familia pueda reorganizarse con menor daño.

Cuando existen hijos, el principio fundamental consiste en que la finalización de la relación conyugal no los obligue a perder seguridad, pertenencia ni el derecho a relacionarse con figuras significativas. La familia reconstruida no será idéntica a la anterior, pero puede desarrollar nuevas formas de estabilidad. Aceptar esta transformación permite abandonar una comprensión de la separación centrada exclusivamente en el fracaso y reconocerla también como una transición que, aun acompañada de pérdidas, exige y puede generar aprendizaje, reorganización y crecimiento. La fortaleza familiar no reside en permanecer siempre bajo la misma estructura, sino en conservar la capacidad de cuidar, responsabilizarse, reparar y construir vínculos suficientemente seguros incluso cuando la forma de la familia cambia.

5.2. Violencia intrafamiliar, vulnerabilidad social y protección

La violencia intrafamiliar constituye una de las expresiones más graves de deterioro de los vínculos familiares porque transforma un espacio que debería proporcionar cuidado, seguridad y pertenencia en un contexto de amenaza, control y vulneración de derechos. No se limita a las agresiones físicas visibles, sino que comprende un conjunto amplio de conductas capaces de producir daño psicológico, sexual, económico y social, así como formas de negligencia, abandono, intimidación, coerción, aislamiento o privación de recursos. Morgan y Chadwick (2009)





advierten precisamente que la violencia doméstica constituye un fenómeno complejo que puede adoptar múltiples manifestaciones y afectar de manera diferente a quienes participan en la vida familiar. Pérez Contreras (2005) relaciona además la violencia familiar con situaciones de vulnerabilidad que reducen la capacidad de determinadas personas para protegerse o abandonar relaciones perjudiciales. Esta perspectiva obliga a superar interpretaciones que reducen la violencia a episodios aislados de agresión y a comprenderla como un proceso relacional que puede instalarse progresivamente, normalizarse y mantenerse mediante desigualdades de poder, dependencia económica, miedo, aislamiento y ausencia de apoyos suficientes.

La violencia física representa su manifestación más reconocible e incluye acciones dirigidas a provocar daño corporal, dolor, intimidación o sometimiento. Sin embargo, centrar exclusivamente la atención en lesiones visibles puede hacer que otras formas de violencia permanezcan inadvertidas. La violencia psicológica puede expresarse mediante humillaciones, amenazas, desprecio, culpabilización, vigilancia constante, aislamiento, manipulación, silenciamiento o desvalorización sistemática. La violencia sexual implica cualquier práctica impuesta sin consentimiento libre; mientras la violencia económica puede restringir el acceso al dinero, impedir la autonomía laboral, controlar los gastos o utilizar los recursos materiales como mecanismo de dominación. La Organización Mundial de la Salud (2026) reconoce que la violencia contra las mujeres puede incluir dimensiones físicas, sexuales y psicológicas y señala que sus consecuencias alcanzan la salud física, mental, sexual y reproductiva. Mazza et al. (2021) profundizan en la violencia ejercida dentro de las relaciones íntimas y muestran su estrecha asociación con procesos de victimización y afectación psicológica. Estas distintas manifestaciones no deben entenderse como categorías completamente independientes, pues con frecuencia aparecen combinadas y se refuerzan mutuamente. Una persona puede sufrir amenazas sin

agresión física directa, pero vivir sometida a un nivel de temor y control capaz de restringir profundamente su libertad.

La violencia económica merece especial atención porque puede permanecer oculta bajo formas aparentemente normales de administración doméstica. Gestionar conjuntamente los recursos familiares no constituye violencia; el problema aparece cuando una persona utiliza deliberadamente el dinero para impedir que otra pueda tomar decisiones, cubrir necesidades básicas, trabajar, estudiar o abandonar una relación abusiva. La dependencia económica puede convertirse así en una barrera para la protección. Campbell et al. (2011) analizan factores de vulnerabilidad y protección asociados con la violencia de pareja y permiten comprender que la capacidad para salir de una situación de violencia no depende únicamente de la voluntad individual. La disponibilidad de ingresos, vivienda, redes sociales, servicios de salud, protección jurídica y apoyo comunitario modifica las posibilidades reales de actuación. Por esta razón, responsabilizar exclusivamente a la víctima por permanecer en una relación violenta desconoce las condiciones materiales y relacionales que pueden limitar sus alternativas. La intervención debe preguntarse no solo por qué una persona no abandona la relación, sino también qué recursos necesita para poder hacerlo de manera segura.

La violencia intrafamiliar adquiere especial gravedad durante la infancia porque los niños dependen de los adultos para su protección y desarrollo. Docal Millán et al. (2022) sitúan la violencia intrafamiliar como un riesgo para el desarrollo durante la primera infancia y muestran la necesidad de considerar sus repercusiones dentro de una etapa caracterizada por elevada dependencia y sensibilidad a las experiencias relacionales. Mendoza Intriago et al. (2026) también destacan sus consecuencias durante los primeros años y la relevancia de la intervención del trabajo social. La exposición infantil a la violencia no requiere necesariamente recibir directamente una agresión





para producir efectos. Presenciar amenazas entre adultos, escuchar episodios violentos, vivir bajo tensión constante, observar lesiones o experimentar la imprevisibilidad derivada de relaciones abusivas puede alterar la percepción de seguridad del hogar. El niño puede aprender que el conflicto se resuelve mediante miedo o imposición, que la autoridad justifica la agresión o que expresar determinadas necesidades resulta peligroso. Estas experiencias pueden afectar la regulación emocional, el comportamiento, la confianza interpersonal y las formas posteriores de relacionarse.

La identificación de los niños como víctimas y no únicamente como observadores constituye un avance fundamental. Eriksson et al. (2022) enfatizan la necesidad de realizar evaluaciones de riesgo centradas en el niño cuando existe violencia dentro de la familia. Esta orientación exige considerar su experiencia directa, sus temores, las relaciones significativas que mantiene y las condiciones concretas de seguridad disponibles. La protección infantil no puede depender exclusivamente de la interpretación de los adultos involucrados. Los niños necesitan ser escuchados mediante procedimientos adecuados a su edad y desarrollo, evitando interrogatorios repetitivos, presión para tomar partido o exposición innecesaria al conflicto familiar. La evaluación debe distinguir, además, entre la presencia de conflicto y la existencia de violencia. Dos adultos pueden mantener desacuerdos intensos sin que exista necesariamente una relación de coerción; cuando hay intimidación, amenazas, agresión o control, tratar la situación como una disputa simétrica puede incrementar el riesgo. La intervención profesional debe priorizar la seguridad antes que la reconciliación o la negociación.

Los adultos mayores constituyen igualmente una población especialmente vulnerable. Rodríguez Fernández (2019) analiza la violencia intrafamiliar en menores y personas ancianas, dos grupos que pueden encontrarse en situaciones de especial dependencia respecto de quienes ejercen funciones de cuidado. En la vejez, la vulnerabilidad puede aumentar cuando

existen deterioro funcional, dependencia económica, aislamiento social o necesidad de ayuda para actividades cotidianas. La violencia puede adoptar formas físicas o psicológicas, pero también abandono, apropiación indebida de recursos, negligencia en los cuidados, restricción injustificada de movimientos o decisiones tomadas sin respetar la autonomía de la persona. La dependencia no elimina derechos. Necesitar apoyo para determinadas actividades no significa perder capacidad para expresar preferencias ni justifica formas de control que excedan las necesidades de protección. La prevención exige fortalecer sistemas de vigilancia, apoyo a cuidadores y canales accesibles para comunicar situaciones de abuso sin aumentar el aislamiento de quien depende de otros.

La vulnerabilidad social constituye un elemento central para comprender por qué determinados contextos familiares presentan mayores dificultades para prevenir, denunciar o interrumpir dinámicas violentas. Pérez Contreras (2005) permite relacionar directamente vulnerabilidad y violencia familiar, recordando que la desigualdad de recursos modifica la capacidad de protección. La pobreza, el desempleo, la precariedad habitacional, la inseguridad alimentaria, la exclusión social o la ausencia de redes no producen automáticamente violencia, y sería incorrecto estigmatizar a las familias que atraviesan dificultades económicas. Sin embargo, estas condiciones pueden aumentar el estrés, reducir opciones de salida, limitar el acceso a servicios y favorecer situaciones de dependencia. Rojas González (2025), desde un análisis jurídico-social, también sitúa la violencia intrafamiliar dentro de un conjunto de factores sociales que requieren respuestas que trasciendan el ámbito privado. Comprender esta relación evita dos errores: atribuir la violencia exclusivamente a la pobreza o ignorar que las condiciones materiales pueden agravar sus efectos y dificultar la protección.

La precariedad habitacional muestra con claridad esta interacción. Una persona que carece de alternativas





residenciales puede permanecer expuesta a una relación violenta porque abandonar el hogar implica riesgo de desprotección, pérdida de acceso a recursos o separación de hijos y redes de apoyo. El hacinamiento puede intensificar tensiones y reducir los espacios de privacidad, aunque por sí mismo no explique la violencia. El desempleo puede incrementar la dependencia económica y el estrés familiar, pero tampoco determina automáticamente conductas abusivas. El problema aparece cuando las desigualdades estructurales se combinan con relaciones de poder, control y aislamiento. Hoover (2026) advierte precisamente sobre la insuficiente incorporación de la violencia doméstica en determinadas evaluaciones de vulnerabilidad social. Esta observación resulta particularmente importante para las políticas públicas: una familia puede presentar indicadores convencionales de vulnerabilidad económica y, simultáneamente, enfrentar riesgos adicionales vinculados con violencia, coerción y seguridad personal que requieren respuestas diferenciadas.

La vulnerabilidad tampoco se distribuye de manera uniforme. Aretio Romero et al. (2024) incorporan una perspectiva interseccional al analizar contextos de especial vulnerabilidad frente a la violencia de género. Esta aproximación permite comprender que factores como discapacidad, edad, migración, dependencia económica, aislamiento territorial o exclusión social pueden acumularse y modificar tanto la exposición al riesgo como las posibilidades de acceso a la protección. No todas las personas pueden utilizar de igual manera los mismos recursos institucionales. Una línea telefónica de ayuda resulta poco útil para quien carece de privacidad; un procedimiento jurídico complejo puede ser inaccesible para quien enfrenta barreras lingüísticas o cognitivas; una recomendación de abandonar inmediatamente el hogar puede resultar inviable cuando no existen ingresos, alojamiento o redes seguras. La protección necesita, por tanto, adaptarse a las condiciones reales de cada persona y evitar respuestas uniformes que terminen excluyendo

precisamente a quienes presentan mayores necesidades.

Los factores de riesgo deben analizarse desde una perspectiva acumulativa y no determinista. La exposición previa a violencia, el aislamiento, la dependencia económica, determinadas situaciones de desigualdad, el consumo problemático de sustancias, los conflictos persistentes o la falta de apoyos pueden incrementar vulnerabilidades, pero ninguno permite predecir de manera automática quién ejercerá o sufrirá violencia. Campbell et al. (2011) muestran la importancia de identificar conjuntamente factores de vulnerabilidad y protección. Una evaluación rigurosa necesita considerar no solo elementos individuales, sino también características de la relación, condiciones del entorno y recursos institucionales disponibles. La finalidad no es etiquetar a las familias, sino identificar situaciones donde el riesgo puede aumentar y actuar antes de que se produzcan daños graves. La prevención se fortalece cuando las señales son reconocidas tempranamente y existen respuestas accesibles antes de que la violencia alcance niveles extremos.

Los factores protectores operan en diferentes niveles. En el plano individual pueden incluir conocimientos sobre derechos, autonomía económica, habilidades para buscar ayuda y acceso a información. En el ámbito relacional, disponer de personas de confianza reduce el aislamiento y facilita comunicar lo que ocurre. Las redes comunitarias, educativas y sanitarias pueden identificar señales y orientar hacia servicios especializados. Campbell et al. (2011) permiten comprender la protección como resultado de múltiples recursos y no de una única intervención. La existencia de apoyo social puede resultar decisiva cuando una víctima necesita alojamiento, transporte, acompañamiento, cuidado de los hijos o ayuda para realizar trámites. No obstante, las redes informales necesitan actuar con prudencia. Presionar a una persona para que tome decisiones sin considerar sus riesgos, confrontar directamente al agresor sin medidas





de seguridad o culpabilizar a la víctima puede aumentar su vulnerabilidad. Acompañar implica escuchar, proporcionar información y fortalecer posibilidades de decisión sin sustituirlas innecesariamente.

La detección temprana constituye una responsabilidad compartida entre diferentes sectores. Los servicios de salud poseen una posición especialmente relevante porque pueden entrar en contacto con personas que no han acudido expresamente a solicitar ayuda por violencia. Aretio Romero et al. (2024) destacan la necesidad de adaptar las respuestas sanitarias a situaciones diversas de vulnerabilidad. La detección no debería consistir en formular preguntas de manera mecánica ni delante de posibles agresores, sino en crear condiciones de privacidad, confianza y seguridad. Lesiones repetitivas, ansiedad persistente, miedo, aislamiento, retrasos en la búsqueda de atención o explicaciones inconsistentes pueden justificar una exploración cuidadosa, aunque ninguno de estos indicadores constituye por sí solo prueba de violencia. La intervención profesional necesita evitar tanto la indiferencia como las conclusiones precipitadas. Escuchar, documentar adecuadamente, valorar el riesgo y conocer las rutas institucionales disponibles son competencias esenciales.

La escuela constituye otro espacio privilegiado para la detección y protección infantil. Los docentes pueden observar cambios de conducta, ausencias frecuentes, retraimiento, agresividad, dificultades académicas, temor inusual o señales físicas que requieren atención. Sin embargo, interpretar estas manifestaciones exige prudencia porque pueden responder a múltiples causas. Docal Millán et al. (2022); y Mendoza Intriago et al. (2026) muestran la relevancia de atender las repercusiones de la violencia intrafamiliar durante la infancia y de articular respuestas profesionales. El papel de la escuela no consiste en investigar por cuenta propia situaciones complejas ni confrontar directamente a posibles responsables, sino en activar procedimientos institucionales de protección cuando existen indicios razonables. La coordinación

con servicios sociales, sanitarios y organismos especializados permite evitar que cada institución actúe de forma aislada y que el niño tenga que repetir reiteradamente experiencias difíciles ante diferentes profesionales.

El trabajo social resulta particularmente importante porque conecta las dimensiones familiares con las condiciones económicas, comunitarias e institucionales que pueden sostener la vulnerabilidad. Mendoza Intriago et al. (2026) destacan precisamente la intervención del trabajador social ante la repercusión de la violencia en la primera infancia. La valoración profesional puede incluir las relaciones familiares, las condiciones de vivienda, los ingresos, las redes disponibles, el acceso a servicios y los factores que dificultan la protección. Esta mirada integral permite evitar respuestas reducidas a recomendaciones psicológicas cuando existen necesidades materiales urgentes. Una persona puede comprender perfectamente que vive una situación violenta y continuar sin alternativas reales de alojamiento o ingresos. En estos casos, la intervención necesita articular protección jurídica, apoyo social, recursos económicos y acompañamiento psicológico. La dimensión emocional y la dimensión material no compiten entre sí; forman parte del mismo proceso de seguridad.

El ámbito jurídico representa otro componente indispensable. Santos-Peláez et al. (2025) abordan la violencia intrafamiliar desde una perspectiva tuitiva, es decir, orientada a la protección efectiva de quienes se encuentran en situación de vulnerabilidad. La existencia de leyes constituye una condición necesaria, pero su eficacia depende de que las personas puedan acceder realmente a mecanismos de denuncia, medidas de protección, asesoría y procedimientos comprensibles. Rojas González (2025) también muestra la importancia de articular el análisis jurídico con factores sociales. Una respuesta exclusivamente punitiva puede resultar insuficiente cuando no se acompaña de protección material y psicológica; mientras una intervención exclusivamente terapéutica puede ser inadecuada





cuando existen riesgos graves que requieren medidas jurídicas. La coordinación entre justicia, salud, servicios sociales y organismos de protección permite responder a diferentes dimensiones del problema sin trasladar a la víctima la responsabilidad de organizar por sí sola un sistema complejo.

La intervención profesional debe partir de una evaluación individualizada del riesgo. Eriksson et al. (2022) muestran la necesidad de colocar al niño en el centro de este proceso cuando ha estado expuesto a violencia familiar. Evaluar riesgo implica determinar qué está ocurriendo, con qué frecuencia, qué amenazas existen, qué capacidad tiene la persona agresora para producir daño, qué recursos posee la víctima y qué medidas pueden reducir la exposición. Esta evaluación necesita actualizarse porque el riesgo puede cambiar rápidamente, especialmente durante separaciones, denuncias o intentos de abandonar relaciones violentas. La planificación de seguridad puede incluir identificar personas de confianza, documentos necesarios, medios de comunicación seguros, recursos de emergencia y procedimientos para proteger a los hijos. Estas decisiones deben realizarse con profesionales capacitados y adaptarse a cada contexto, evitando recomendaciones universales que no consideren circunstancias particulares.

En situaciones de violencia de pareja, la intervención exige diferenciar claramente el conflicto relacional de la coerción. Mazza et al. (2021) muestran que la violencia de pareja puede relacionarse con importantes consecuencias psicológicas y procesos repetitivos de abuso y victimización. Cuando existe control coercitivo o temor, aplicar indiscriminadamente estrategias pensadas para conflictos simétricos puede resultar peligroso. La mediación o la terapia conjunta no deberían asumirse automáticamente como respuestas adecuadas cuando una persona no dispone de libertad suficiente para expresar desacuerdo o establecer límites. La prioridad inicial debe ser la seguridad. Posteriormente, y solo cuando las condiciones lo permitan, pueden abordarse otras dimensiones

terapéuticas. Esta diferenciación protege a las víctimas de intervenciones que, bajo una apariencia neutral, pueden reproducir desigualdades de poder.

La prevención primaria debe comenzar antes de que aparezcan episodios graves. Educar sobre respeto, consentimiento, igualdad, límites, resolución no violenta de conflictos y reconocimiento de conductas abusivas puede reducir la normalización de determinadas prácticas. Morgan y Chadwick (2009) muestran que la violencia doméstica requiere estrategias que consideren tanto sus causas como sus consecuencias. La educación afectiva y relacional puede ayudar a identificar tempranamente que controlar amistades, revisar comunicaciones sin consentimiento, impedir trabajar, humillar o amenazar no son expresiones legítimas de cuidado. Del mismo modo, enseñar desde la infancia que la autoridad no justifica la violencia contribuye a construir modelos relacionales diferentes. La prevención necesita dirigirse tanto a potenciales víctimas como a quienes pueden ejercer violencia, promoviendo alternativas de regulación emocional, responsabilidad y búsqueda de ayuda antes de que el daño se consolide.

La prevención secundaria se orienta a identificar situaciones iniciales y evitar su escalada. Los servicios sanitarios, educativos y sociales necesitan protocolos claros para reconocer indicadores, registrar información, valorar riesgos y realizar derivaciones. Aretio Romero et al. (2024) resaltan la necesidad de adaptar las respuestas a contextos específicos de vulnerabilidad; mientras Eriksson et al. (2022) subrayan la importancia de evaluaciones centradas en quienes necesitan protección. La capacitación profesional resulta decisiva porque una detección inadecuada puede generar silenciamiento, culpabilización o revictimización. Preguntar de manera respetuosa, explicar los límites de confidencialidad, informar sobre opciones y evitar juicios favorece que las personas puedan comunicar lo que experimentan. El objetivo no es forzar una revelación, sino crear condiciones para que pedir ayuda sea posible.





La prevención terciaria busca disminuir las consecuencias después de que la violencia se ha producido y evitar su repetición. Esto puede requerir atención médica, intervención psicológica, protección jurídica, apoyo económico, alojamiento temporal, acompañamiento infantil y programas especializados. Santos-Peláez et al. (2025) muestran la relevancia de una respuesta protectora que trascienda la sanción formal. La recuperación puede ser prolongada porque abandonar una situación violenta no elimina inmediatamente sus efectos. Pueden permanecer miedo, dificultades de confianza, problemas económicos, conflictos judiciales o necesidades de reorganización familiar. La reparación requiere tiempo, seguridad y recursos suficientes. Cuando existen niños, también es necesario reconstruir rutinas, vínculos protectores y espacios donde puedan expresar sus experiencias sin asumir responsabilidades adultas.

La intervención con personas agresoras constituye asimismo un componente preventivo, siempre sin desplazar la protección de las víctimas. Las conductas violentas requieren responsabilidad individual y no deben explicarse como consecuencias inevitables del estrés, el desempleo o los problemas familiares. Los factores sociales pueden ayudar a comprender condiciones de riesgo, pero no justifican la violencia. Los programas dirigidos a agresores necesitan trabajar control, creencias, regulación emocional, responsabilidad y reconocimiento del daño producido. La prevención efectiva no puede limitarse a pedir a las víctimas que se protejan; también debe reducir la probabilidad de nuevas agresiones actuando sobre quienes las ejercen y sobre las condiciones sociales que facilitan su mantenimiento.

La pobreza y la exclusión plantean, además, desafíos específicos para las políticas de protección. Hoover (2026) señala que la violencia doméstica puede quedar insuficientemente representada en evaluaciones generales de vulnerabilidad social. Esta omisión puede conducir a programas que identifican correctamente carencias económicas pero no detectan

relaciones de control o riesgo dentro del hogar. Una ayuda económica diseñada sin considerar quién controla los recursos familiares puede incluso no llegar efectivamente a quien la necesita. Del mismo modo, políticas de vivienda, empleo y protección social pueden desempeñar un papel indirecto pero fundamental en la prevención al ampliar las alternativas disponibles para personas que necesitan abandonar situaciones abusivas. La protección frente a la violencia requiere instituciones capaces de comprender que seguridad física, autonomía económica y estabilidad residencial se encuentran profundamente relacionadas.

La desigualdad de género continúa siendo una dimensión imprescindible del análisis. La Organización Mundial de la Salud (2026) identifica la violencia contra las mujeres como un problema de salud pública y una vulneración de derechos humanos. Aretio Romero et al. (2024) muestran que su impacto se modifica según la intersección con otras condiciones de vulnerabilidad. Reconocer esta dimensión no significa ignorar otras formas de violencia intrafamiliar ni negar que hombres, niños, adultos mayores u otras personas pueden ser víctimas. Significa comprender que determinadas desigualdades históricas y sociales pueden favorecer relaciones de poder donde el control y la dependencia adquieren características específicas. Una respuesta rigurosa necesita combinar una perspectiva de género con una mirada familiar, intergeneracional e interseccional capaz de identificar diferentes víctimas y modalidades de violencia.

La protección tampoco debe confundirse con paternalismo. Una intervención centrada en derechos necesita preservar, siempre que las condiciones de seguridad lo permitan, la capacidad de decisión de las personas afectadas. Obligar, culpabilizar o sustituir innecesariamente sus decisiones puede reproducir dinámicas de control semejantes a las que se intenta superar. Campbell et al. (2011) permiten comprender que fortalecer factores protectores supone ampliar recursos y alternativas. El acompañamiento profesional debe proporcionar información clara, evaluar riesgos,





facilitar acceso a servicios y respaldar decisiones seguras. En el caso de menores o personas cuya capacidad de protección se encuentra severamente limitada, las instituciones poseen obligaciones adicionales y pueden requerirse medidas más directas. La autonomía y la protección deben articularse según la edad, las capacidades y el nivel de riesgo.

Las redes familiares y comunitarias pueden constituir factores protectores decisivos, pero también pueden mantener la violencia cuando normalizan determinadas prácticas. Expresiones que presentan los abusos como asuntos privados, minimizan agresiones o recomiendan soportarlas para conservar la unidad familiar pueden aumentar el aislamiento. Pérez Contreras (2005); y Rojas González (2025) permiten comprender la necesidad de situar la violencia familiar dentro de estructuras sociales y jurídicas más amplias. La familia no puede utilizarse como argumento para justificar la permanencia de vínculos que vulneran la integridad de sus integrantes. Preservar la familia no significa preservar cualquier convivencia a cualquier costo. En ocasiones, proteger los vínculos exige establecer distancia, separar a una persona agresora, activar recursos institucionales o reorganizar completamente la convivencia.

Esta precisión es especialmente importante porque la idea de reconciliación puede adquirir significados problemáticos en contextos de violencia. La reparación relacional requiere reconocimiento del daño, responsabilidad y condiciones suficientes de seguridad; no puede imponerse como obligación moral a quien ha sido victimizado. Perdonar, retomar una relación o mantener contacto son decisiones diferentes y no deberían presentarse como requisitos universales de recuperación. La prioridad consiste en detener la violencia y restaurar seguridad y autonomía. Solo después pueden valorarse las formas de vínculo compatibles con esas condiciones. Una intervención que presiona prematuramente por la reunificación puede aumentar el riesgo y transmitir

que la continuidad formal de la familia posee mayor importancia que la integridad de sus integrantes.

La infancia requiere una protección especialmente firme frente a este tipo de razonamientos. Docal Millán et al. (2022); Eriksson et al. (2022); y Mendoza Intriago et al. (2026) muestran, desde perspectivas complementarias, que la violencia familiar durante los primeros años constituye un problema de desarrollo y protección que requiere respuestas específicas. El interés superior del niño implica valorar la seguridad de sus vínculos, no únicamente su continuidad formal. Mantener contacto con una figura familiar puede resultar valioso cuando existen condiciones protectoras, pero el parentesco por sí solo no convierte una relación en segura. Las decisiones deben sustentarse en evaluaciones de riesgo, necesidades evolutivas y posibilidades reales de protección.

La violencia intrafamiliar constituye, por tanto, un fenómeno simultáneamente relacional, social, jurídico y sanitario. No puede comprenderse únicamente mediante características individuales ni resolverse mediante una única institución. Aretio Romero et al. (2024); Hoover (2026); y Pérez Contreras (2005) muestran la importancia de incorporar las condiciones de vulnerabilidad social y las desigualdades que modifican el riesgo y el acceso a la protección. Campbell et al. (2011); y Morgan y Chadwick (2009) permiten integrar factores de vulnerabilidad, protección y prevención; mientras Santos-Peláez et al. (2025) sitúan la respuesta dentro de una lógica orientada a garantizar derechos y seguridad. Esta mirada amplia evita tanto medicalizar exclusivamente el problema como reducirlo a una cuestión privada o exclusivamente jurídica.

La respuesta más efectiva requiere coordinación. Salud, educación, servicios sociales, justicia, protección infantil y organizaciones comunitarias poseen información y capacidades diferentes. Ninguna institución puede sustituir completamente a las demás. Los servicios sanitarios pueden identificar





lesiones y afectaciones psicológicas; la escuela puede detectar cambios en niños y adolescentes; el trabajo social puede evaluar redes y condiciones materiales; el sistema jurídico puede activar medidas de protección; y los recursos comunitarios pueden proporcionar acompañamiento, alojamiento y apoyo cotidiano. La coordinación evita vacíos donde una persona es derivada repetidamente sin recibir una respuesta efectiva. También permite reducir la revictimización derivada de tener que narrar múltiples veces una experiencia traumática ante sistemas que no comparten información ni procedimientos.

En definitiva, prevenir y afrontar la violencia intrafamiliar exige reconocer que el hogar no constituye automáticamente un espacio seguro por el simple hecho de ser familiar. La protección depende de la calidad de las relaciones, del respeto a la dignidad y de la existencia de límites capaces de impedir que afecto, autoridad o dependencia se conviertan en instrumentos de sometimiento. La violencia física, psicológica, sexual y económica, así como la negligencia y el abandono, pueden adquirir formas diferentes, pero comparten la capacidad de restringir seguridad, autonomía y bienestar. La pobreza, el desempleo, la precariedad habitacional, la exclusión y otras condiciones sociales no explican por sí solas la violencia, aunque pueden intensificar vulnerabilidades y reducir posibilidades de protección.

Abordar estas situaciones requiere actuar simultáneamente sobre el riesgo y sobre los recursos. Detectar tempranamente, escuchar sin culpabilizar, valorar la seguridad, activar mecanismos institucionales, fortalecer redes y ampliar alternativas económicas y residenciales son acciones complementarias. Eriksson et al. (2022) sitúan la protección infantil en el centro de la evaluación; Mazza et al. (2021) muestran la complejidad de los ciclos de violencia en las relaciones íntimas; y Rodríguez Fernández (2019) recuerda la especial vulnerabilidad de menores y adultos mayores. La Organización Mundial de la Salud (2026) refuerza, además, la necesidad de tratar la violencia como un

problema de salud pública y derechos humanos. Estas perspectivas convergen en una idea fundamental: la violencia dentro de la familia no debe normalizarse, privatizarse ni interpretarse como un conflicto que los integrantes están obligados a resolver por sí solos.

Una familia protectora no es simplemente aquella que permanece unida, sino aquella donde sus integrantes pueden vivir sin miedo, expresar necesidades, mantener autonomía y recurrir a ayuda cuando su seguridad se encuentra amenazada. Cuando estas condiciones desaparecen, la prioridad no puede ser conservar intacta la convivencia, sino restaurar derechos y protección. La intervención profesional y los recursos institucionales adquieren entonces una función decisiva: interrumpir la violencia, reducir las condiciones que la mantienen y construir alternativas suficientemente seguras para quienes la padecen. Desde esta perspectiva, proteger a la familia significa, ante todo, proteger a las personas que la integran.

5.3. Consumo de drogas, adicciones y repercusiones en la dinámica familiar

El consumo problemático de sustancias psicoactivas difícilmente puede comprenderse como una experiencia exclusivamente individual. Aunque sus manifestaciones más visibles se concentren en quien consume, sus efectos se extienden hacia las relaciones, las responsabilidades, los afectos y las rutinas de quienes comparten la vida cotidiana con esa persona. Cuando el consumo se vuelve persistente, compulsivo o dependiente, la familia puede comenzar a organizar una parte considerable de su funcionamiento alrededor de una situación que altera progresivamente sus equilibrios. Horarios, recursos económicos, formas de comunicación, prácticas de cuidado, ejercicio de la autoridad, relaciones de pareja y vínculos entre padres e hijos pueden verse modificados. En este sentido, la adicción no ocurre simplemente dentro de una familia, sino que entra en su dinámica y puede transformar la manera en que sus integrantes se relacionan, se protegen, se confrontan y proyectan el futuro.





Esta perspectiva resulta particularmente importante porque evita dos reduccionismos frecuentes. El primero consiste en considerar la adicción únicamente como consecuencia de una familia disfuncional, responsabilizando a padres, parejas u otros miembros por la conducta de quien consume. El segundo supone que el problema pertenece exclusivamente al individuo y que el resto de la familia ocupa una posición periférica. Ninguna de estas interpretaciones permite comprender adecuadamente la complejidad del fenómeno. La relación entre familia y consumo de sustancias es multidireccional: determinadas condiciones familiares pueden constituir factores de riesgo o protección, mientras que la aparición y persistencia del consumo también pueden modificar profundamente la organización familiar. La evidencia acumulada muestra precisamente que los trastornos relacionados con sustancias repercuten sobre múltiples integrantes y que las respuestas terapéuticas se benefician cuando consideran a la familia como parte del proceso de intervención (Daley, 2013; Lander et al., 2013).

Hablar de repercusiones familiares tampoco significa asumir que todas las familias reaccionan de la misma manera. La intensidad y naturaleza de los cambios dependen de múltiples circunstancias: la sustancia consumida, la frecuencia y duración del consumo, la edad de la persona, la presencia de niños o adolescentes en el hogar, la situación económica, las redes de apoyo disponibles, la existencia de violencia o conductas delictivas, las características previas de las relaciones familiares y la posibilidad de acceder oportunamente a tratamiento. Por ello, existen familias que consiguen mantener importantes niveles de cohesión aun durante periodos críticos, mientras otras experimentan un deterioro progresivo de sus vínculos. Esta heterogeneidad obliga a abandonar cualquier representación uniforme de la “familia del adicto” y a reconocer trayectorias familiares diversas.

Uno de los primeros espacios donde suelen hacerse visibles las consecuencias es la vida cotidiana. El

consumo problemático puede introducir incertidumbre en situaciones anteriormente previsibles. La familia comienza a preguntarse si la persona llegará a casa, en qué condiciones lo hará, si cumplirá una responsabilidad, si utilizará dinero destinado a otras necesidades o si se producirá una nueva crisis. Cuando estos episodios se repiten, la incertidumbre deja de ser excepcional y puede convertirse en un componente habitual de la convivencia. La organización familiar se adapta entonces a la posibilidad permanente de que ocurra algo inesperado. Esta situación puede generar vigilancia, tensión y redistribución de responsabilidades, de modo que otros integrantes terminan asumiendo funciones que antes correspondían a quien presenta el problema de consumo.

La economía doméstica constituye otra dimensión particularmente sensible. La adquisición de sustancias puede competir con gastos destinados a alimentación, vivienda, educación, transporte o salud. A ello pueden añadirse pérdida de empleo, ausentismo laboral, endeudamiento y otros problemas derivados de la progresión del consumo. Las consecuencias económicas no representan únicamente una disminución material de recursos; pueden modificar también las relaciones de poder y dependencia dentro del hogar. Una pareja puede convertirse en principal proveedora, los abuelos pueden asumir gastos de los nietos y los hijos mayores pueden incorporarse prematuramente a responsabilidades económicas. De este modo, una dificultad inicialmente asociada al comportamiento de una persona termina produciendo transformaciones estructurales en el funcionamiento de todo el grupo familiar.

La comunicación también puede deteriorarse. Las conversaciones relacionadas con el consumo pueden quedar atravesadas por acusaciones, promesas, silencios, ocultamientos y confrontaciones repetitivas. Algunos familiares intentan controlar, otros evitan hablar del problema y otros alternan entre ambas respuestas. La confianza puede debilitarse cuando existen mentiras sobre el consumo, utilización de





recursos familiares sin autorización o incumplimiento reiterado de compromisos. Con el tiempo, incluso los momentos en que la persona no está consumiendo pueden permanecer condicionados por experiencias anteriores. La familia puede necesitar evidencias constantes de cambio antes de recuperar la confianza perdida. Por ello, la abstinencia o reducción del consumo, aun siendo fundamentales, no reconstruyen automáticamente los vínculos deteriorados. La recuperación relacional posee sus propios tiempos.

Las investigaciones realizadas desde distintos contextos culturales han mostrado la estrecha relación existente entre consumo y funcionamiento familiar. Agudelo Bedoya y Estrada Arango (2016) analizaron el consumo de sustancias psicoactivas atendiendo precisamente a las formas de organización y dinámica familiar, perspectiva que permite observar el problema más allá del comportamiento individual. De manera similar, Muñoz Astudillo et al. (2012) destacan la necesidad de recuperar la presencia de la familia en la comprensión del consumo de sustancias. Esta mirada resulta especialmente relevante porque sitúa las relaciones familiares no como un simple escenario donde aparece la adicción, sino como un espacio en el que se experimentan sus consecuencias y donde también pueden construirse respuestas.

La situación adquiere características particulares durante la adolescencia. Esta etapa implica de por sí un proceso de búsqueda de autonomía, diferenciación respecto de las figuras parentales, construcción de identidad y creciente importancia del grupo de pares. El inicio o abuso de alcohol, marihuana u otras sustancias puede entrecruzarse con estas transformaciones y generar conflictos adicionales en la relación entre adolescentes y adultos. Rees y Valenzuela (2003), al estudiar adolescentes con abuso de alcohol y/o marihuana, consideraron tanto características individuales como elementos de la estructura familiar, mostrando la pertinencia de analizar conjuntamente ambas dimensiones.

Desde esta perspectiva, la prevención familiar no puede limitarse a advertir que “las drogas son malas”. Requiere desarrollar comunicación, supervisión acorde con la edad, disponibilidad emocional, establecimiento consistente de límites y capacidad para reconocer tempranamente cambios significativos de comportamiento. Una familia protectora no es aquella en la que nunca existen conflictos, sino aquella que dispone de recursos para identificarlos, hablar sobre ellos y buscar ayuda cuando las estrategias habituales dejan de resultar suficientes. Asimismo, la prevención pierde eficacia cuando se fundamenta exclusivamente en el miedo. Los adolescentes necesitan información comprensible y vínculos suficientemente seguros para plantear dudas, reconocer experiencias y solicitar ayuda sin que cada conversación se convierta inmediatamente en juicio o castigo.

Los hijos que conviven con adultos afectados por trastornos relacionados con sustancias constituyen otro grupo que requiere especial atención. En estos hogares, niños y adolescentes pueden experimentar inconsistencias en el cuidado, cambios frecuentes en las rutinas, conflictos entre adultos, dificultades económicas y responsabilidades impropias para su edad. Algunos pueden intentar proteger a hermanos menores, tranquilizar al progenitor, ocultar lo que ocurre en casa o asumir tareas que exceden su nivel de desarrollo. Lander et al. (2013) subrayan que los trastornos por uso de sustancias afectan al sistema familiar y pueden tener consecuencias importantes para los niños, razón por la cual las intervenciones necesitan considerar las necesidades de quienes rodean a la persona afectada y no únicamente las de quien recibe el diagnóstico.

Este fenómeno puede conducir a una inversión de roles. El hijo deja parcialmente de ocupar la posición de quien debe ser cuidado y comienza a asumir funciones de cuidador, mediador o protector. Aunque desde fuera estas conductas puedan interpretarse como signos de madurez, es necesario distinguir autonomía saludable de responsabilidades asumidas





prematuramente debido a las dificultades de los adultos. Un niño que aprende a preparar alimentos para sus hermanos porque un progenitor se encuentra repetidamente incapacitado por el consumo puede desarrollar habilidades prácticas, pero ello no elimina la carga emocional asociada a una responsabilidad que no debería corresponderle. La adaptación infantil a una situación adversa no debe confundirse con ausencia de impacto.

En las relaciones de pareja, la adicción puede modificar intimidad, confianza y distribución de responsabilidades. La pareja de una persona con consumo problemático puede intentar ayudarla mediante estrategias muy diferentes: persuadirla, vigilarla, administrar el dinero, ocultar la situación ante terceros, acompañarla a tratamiento o amenazar con terminar la relación. Algunas respuestas buscan reducir daños inmediatos, pero pueden terminar atrapando a ambos miembros en patrones repetitivos de conflicto y reconciliación. Es importante, sin embargo, evitar utilizar indiscriminadamente conceptos como “codependencia” para responsabilizar a quien permanece junto a una persona con adicción. Las conductas de los familiares deben comprenderse dentro de las condiciones concretas en que surgen, incluyendo afecto, dependencia económica, miedo, presencia de hijos y disponibilidad real de alternativas.

El impacto puede alcanzar también a la familia extensa. Abuelos, hermanos, tíos y otros parientes frecuentemente participan en el sostenimiento de hogares afectados por consumo problemático. Pueden proporcionar vivienda, dinero, cuidado infantil, transporte o acompañamiento durante el tratamiento. En determinadas circunstancias, los abuelos pasan a desempeñar funciones parentales cuando los progenitores no pueden ejercerlas temporalmente. Estas reorganizaciones muestran una característica central de las familias contemporáneas: su capacidad para redistribuir cuidados ante situaciones críticas. Sin embargo, dicha capacidad tiene límites. Quien sostiene durante años a otros miembros también puede

experimental agotamiento, frustración y deterioro de su propio bienestar.

El sufrimiento familiar puede permanecer oculto debido al estigma. Algunas familias evitan revelar el problema por temor a ser juzgadas, responsabilizadas o socialmente rechazadas. El consumo puede interpretarse desde categorías morales que dividen a las personas entre “buenas” y “malas”, ignorando la complejidad clínica, psicológica y social de las adicciones. Como consecuencia, los familiares pueden aislarse precisamente cuando más necesitan apoyo. El silencio puede llegar a funcionar como estrategia de protección de la imagen familiar, pero al mismo tiempo dificulta solicitar ayuda y aumenta la carga de quienes enfrentan el problema en privado. Los hallazgos sobre bienestar familiar muestran que las consecuencias del consumo alcanzan dimensiones emocionales y sociales que exceden ampliamente el acto de consumir (Keane, 2006).

Las repercusiones pueden intensificarse cuando el consumo se relaciona con conductas delictivas. Ruíz Martínez et al. (2014) estudiaron el funcionamiento familiar de consumidores de sustancias adictivas diferenciando entre personas con y sin conducta delictiva, lo cual resulta relevante para comprender que la presencia simultánea de ambos fenómenos puede añadir nuevas tensiones. Los problemas legales, las detenciones, las deudas y la posibilidad de encarcelamiento incorporan fuentes adicionales de incertidumbre. La familia puede quedar expuesta simultáneamente a la preocupación por la salud de uno de sus integrantes y a las consecuencias sociales y jurídicas de determinadas conductas. Esta intersección permite comprender por qué las crisis asociadas a las adicciones pueden expandirse hacia múltiples dimensiones de la vida familiar.

Sin embargo, establecer una relación entre drogas y delincuencia exige especial cautela. El consumo de sustancias no convierte automáticamente a una persona en delincuente, del mismo modo que la conducta delictiva no puede explicarse únicamente





por la presencia de drogas. Confundir ambos fenómenos contribuye a estigmatizar a las personas con trastornos relacionados con sustancias y puede favorecer respuestas exclusivamente punitivas frente a situaciones que también requieren atención sanitaria, psicológica y social. Para la familia, esta distinción resulta fundamental: reconocer la gravedad de determinadas conductas no exige reducir la identidad de una persona a su adicción ni asumir que su trayectoria futura está inevitablemente determinada por ella.

También existen particularidades relacionadas con el género. Abasi y Mohammadkhani (2016), en una revisión integradora sobre factores familiares de riesgo entre mujeres con problemas relacionados con adicciones, muestran la importancia de considerar las condiciones familiares específicas que atraviesan las trayectorias femeninas de consumo. Las mujeres pueden experimentar formas particulares de estigma, especialmente cuando son madres, debido a expectativas sociales que vinculan fuertemente feminidad, maternidad y cuidado. Esto puede generar una doble sanción simbólica: por consumir y por ser consideradas incapaces de cumplir con las responsabilidades culturalmente atribuidas a su rol. Una perspectiva familiar sensible al género debe evitar tanto minimizar las necesidades de protección de los hijos como convertir la maternidad en argumento para culpabilizar a la mujer.

Frente a este escenario, la familia no debe ser contemplada exclusivamente desde sus déficits. Una de las aportaciones más relevantes de los enfoques contemporáneos consiste precisamente en reconocerla también como recurso potencial para la recuperación. Daley (2013) destaca la importancia de los aspectos familiares y sociales tanto en los trastornos relacionados con sustancias como en su tratamiento. El apoyo familiar puede favorecer la continuidad terapéutica, proporcionar estabilidad cotidiana y contribuir a reconstruir proyectos de vida. Pero para que esto ocurra, la familia también necesita

recibir atención. No resulta razonable exigirle que funcione como principal soporte de la recuperación mientras se ignoran su cansancio, sus conflictos y las heridas acumuladas durante el proceso.

La intervención familiar puede orientarse, entre otros objetivos, a reconstruir límites, mejorar patrones comunicativos y modificar formas de interacción que dificultan la recuperación. Pilevari y Zahedi Asl (2021) destacan precisamente la relevancia de los cambios en la estructura familiar dentro del tratamiento de las adicciones, incluyendo el establecimiento de límites más claros. Esta cuestión es fundamental porque apoyar no significa asumir todas las consecuencias de las acciones de otra persona. La familia necesita aprender a distinguir entre acompañar y sustituir, entre proteger y ocultar, entre comprender una enfermedad y aceptar comportamientos que lesionan a otros integrantes.

Los límites adquieren especial importancia cuando existen niños, violencia o riesgo para alguno de los miembros. La preservación de la unidad familiar no debe convertirse en principio absoluto. Hay circunstancias en las que proteger a la familia exige establecer distancia, limitar el acceso a determinados recursos, modificar temporalmente la convivencia o recurrir a servicios profesionales e institucionales. El afecto hacia una persona con adicción puede coexistir con la necesidad de protegerse de determinadas conductas. Esta aparente contradicción constituye una de las experiencias emocionalmente más difíciles para muchas familias: comprender que cuidar a alguien no siempre significa permanecer disponible bajo cualquier condición.

La recuperación, además, rara vez puede entenderse como un acontecimiento instantáneo. Es un proceso en el que pueden coexistir avances, dificultades y reorganizaciones sucesivas. La familia que ha vivido durante años en estado de alerta puede no recuperar inmediatamente la confianza cuando cesa el consumo. Los familiares necesitan observar estabilidad, cumplimiento de responsabilidades y coherencia





mantenida en el tiempo. Quien se encuentra en recuperación, por su parte, puede experimentar frustración al sentir que los demás continúan dudando de él pese a sus esfuerzos. Esta diferencia en los tiempos emocionales puede generar nuevos conflictos si no se comprende adecuadamente.

Por ello, reconstruir la vida familiar implica algo más que retornar al funcionamiento anterior. En muchos casos, ese funcionamiento ya contenía dificultades o quedó profundamente transformado durante la adicción. La recuperación puede requerir construir una organización diferente, con nuevas responsabilidades, límites más claros, comunicación más directa y expectativas realistas. El objetivo no debería ser reproducir exactamente la familia que existía antes del problema, sino desarrollar una forma de convivencia capaz de incorporar lo vivido sin quedar permanentemente definida por ello. En este sentido, la recuperación también constituye una transición familiar.

Esta perspectiva permite comprender las adicciones dentro de uno de los principios centrales del estudio de las familias contemporáneas: los acontecimientos que afectan a uno de sus integrantes pueden reorganizar al conjunto, pero esa reorganización no posee un único desenlace. El consumo problemático puede deteriorar vínculos, producir sufrimiento y alterar profundamente la convivencia; también puede conducir a procesos de búsqueda de ayuda, redefinición de límites y reconstrucción relacional. Reconocer esta segunda posibilidad no significa romantizar la adicción ni convertir el sufrimiento en una experiencia necesaria para crecer. Significa admitir que las familias poseen capacidad de transformación incluso después de atravesar situaciones profundamente adversas.

El abordaje familiar de las adicciones exige, en consecuencia, desplazar la pregunta desde “¿qué hizo esta familia para que uno de sus miembros consumiera?” hacia interrogantes más productivos: ¿qué está ocurriendo con cada integrante?, ¿qué relaciones han sido afectadas?, ¿qué necesidades

permanecen desatendidas?, ¿qué recursos conserva la familia?, ¿qué responsabilidades necesitan redistribuirse?, ¿qué límites deben establecerse?, ¿quién está cuidando a quienes cuidan? y ¿qué condiciones permitirían reconstruir la confianza? Este cambio resulta decisivo porque sustituye la búsqueda de culpables por la comprensión de procesos.

La familia tampoco puede asumir sola una responsabilidad que corresponde simultáneamente a los sistemas sanitarios, educativos, comunitarios y sociales. Las adicciones requieren respuestas capaces de integrar prevención, tratamiento, reducción de daños, salud mental, acompañamiento familiar y reintegración social. Depositar sobre los familiares la obligación exclusiva de “salvar” a quien consume puede aumentar su sobrecarga y generar sentimientos de fracaso cuando se producen recaídas. El acompañamiento profesional debe reconocer que los familiares también son sujetos de atención y no simplemente instrumentos terapéuticos para conseguir la recuperación de otra persona.

Comprender el consumo de sustancias desde la dinámica familiar conduce finalmente a una afirmación fundamental: detrás de una adicción pueden existir varias personas que necesitan reconstruirse. Está quien lucha contra la dependencia, pero también la pareja que perdió la confianza, el hijo que aprendió demasiado pronto a cuidarse solo, la madre que vive pendiente de una llamada, el padre agotado de intentar controlar lo incontrolable, los hermanos que oscilan entre ayudar y distanciarse y los abuelos que asumen responsabilidades inesperadas. Cada uno experimenta el problema desde una posición diferente y, por ello, cada uno puede necesitar formas distintas de apoyo.

La recuperación familiar comienza a adquirir sentido cuando deja de medirse exclusivamente por la ausencia de una sustancia y empieza a reconocerse también en la recuperación de la seguridad, la autonomía, la comunicación, los límites y la capacidad de imaginar nuevamente un futuro compartido. Algunas relaciones





podrán repararse; otras necesitarán transformarse y algunas quizá no puedan continuar de la misma manera. Precisamente por ello, superar una adicción en el contexto familiar no equivale simplemente a regresar al punto de partida. Supone aprender a vivir después de una experiencia que modificó a quienes la atravesaron. La familia que emerge de ese proceso puede no ser la misma que existía antes, pero puede construir nuevas formas de vincularse en las que cuidar no signifique controlar, acompañar no implique sacrificarse ilimitadamente y reconocer la vulnerabilidad no excluya la posibilidad de recuperar autonomía, confianza y esperanza.

5.4. Encarcelamiento y privación de libertad: impactos en los vínculos familiares

La prisión encierra a una persona, pero sus consecuencias rara vez permanecen dentro de los muros penitenciarios. Cuando un miembro de la familia es privado de libertad, la separación física alcanza también a quienes continúan fuera: parejas que deben reorganizar el hogar, hijos que aprenden a convivir con una ausencia difícil de explicar, madres y padres que envejecen esperando llamadas o visitas, abuelos que asumen responsabilidades inesperadas y familias enteras que deben reconstruir sus rutinas alrededor de horarios, distancias y normas que ya no controlan. En este sentido, el encarcelamiento puede comprenderse como una experiencia que desborda al individuo condenado y penetra en la estructura de sus relaciones más próximas. La pena tiene un destinatario jurídico concreto, pero puede producir efectos sociales, económicos y emocionales que se distribuyen entre personas que no han cometido delito alguno (Lee et al., 2014; Ruedas Torres, 2023).

Esta extensión de los efectos de la prisión resulta particularmente significativa para comprender a las familias contemporáneas. La privación de libertad no supone necesariamente la desaparición del vínculo familiar, pero modifica radicalmente las condiciones en las que ese vínculo puede desarrollarse. Una relación

que antes se construía mediante convivencia, contacto físico, conversaciones espontáneas y participación cotidiana pasa a depender de visitas reglamentadas, llamadas limitadas, mensajes, permisos institucionales y posibilidades económicas de desplazamiento. La familia continúa existiendo, pero debe aprender a relacionarse dentro de una arquitectura institucional que condiciona cuándo, cómo y durante cuánto tiempo pueden encontrarse sus integrantes. Por ello, analizar el encarcelamiento desde una perspectiva familiar exige observar no solo lo que sucede dentro de la prisión, sino también todo aquello que cambia alrededor de ella.

La entrada en prisión constituye, en muchos casos, una ruptura biográfica para el conjunto familiar. El arresto, el proceso judicial y la condena pueden sucederse con una rapidez que deja poco margen para preparar emocionalmente la separación. Una persona que hasta entonces contribuía al cuidado de los hijos, sostenía económicamente el hogar o desempeñaba determinadas funciones familiares deja repentinamente de estar disponible. Las tareas que realizaba no desaparecen con su encarcelamiento: alguien debe asumirlas. Comienza entonces un proceso de redistribución de responsabilidades que puede alterar profundamente la organización doméstica. La pareja puede convertirse en única proveedora y cuidadora; los abuelos pueden asumir funciones parentales; los hermanos mayores pueden encargarse de los menores y otros familiares pueden proporcionar vivienda, dinero o acompañamiento. La ausencia de una persona reorganiza la presencia de todas las demás.

Ruedas Torres (2023) permite comprender esta realidad a partir de los efectos extendidos del encarcelamiento y de los vínculos que conectan familia y prisión. Esta perspectiva resulta fundamental porque cuestiona la idea de que el espacio penitenciario pueda analizarse aisladamente del mundo exterior. Existen intercambios permanentes entre ambos ámbitos. Preocupaciones, afectos, conflictos y necesidades atraviesan





simbólicamente los muros en ambas direcciones. Quien permanece encarcelado continúa siendo padre, madre, hijo, hermano o pareja; quienes están fuera continúan relacionándose con él, aunque ahora deban hacerlo bajo condiciones extraordinarias. La prisión interrumpe la convivencia, pero no necesariamente las identidades ni las obligaciones familiares.

Uno de los impactos más inmediatos puede producirse en la economía del hogar. La pérdida de los ingresos aportados por la persona encarcelada puede coincidir con nuevos gastos derivados precisamente de su reclusión. Desplazarse hasta el establecimiento penitenciario, mantener determinados medios de comunicación, proporcionar apoyo material o afrontar gastos jurídicos puede representar una carga considerable, especialmente para familias que ya se encontraban en condiciones de vulnerabilidad. La privación de libertad puede producir así una paradoja: disminuyen los recursos disponibles mientras aumentan determinadas necesidades. Cuando esta situación se prolonga, los efectos pueden alcanzar vivienda, alimentación, empleo, cuidado infantil y otros componentes esenciales de la estabilidad familiar.

Sin embargo, las consecuencias económicas constituyen solo una parte del problema. Existe también una dimensión emocional menos visible. La familia puede experimentar tristeza, incertidumbre, miedo, vergüenza, enojo, culpa y sentimientos contradictorios hacia la persona encarcelada. Es posible amar a alguien y simultáneamente reprobar aquello que hizo. Se puede desear mantener el vínculo y, al mismo tiempo, necesitar distancia. Una pareja puede querer apoyar y sentirse agotada; un hijo puede extrañar profundamente a su progenitor y estar enojado por su ausencia; una madre puede defender a su hijo mientras reconoce el daño que provocó. Estas ambivalencias son importantes porque muestran que los vínculos familiares asociados al encarcelamiento no pueden reducirse a categorías simples de apoyo o rechazo.

El estigma añade otra capa a esta experiencia. La familia puede sentirse observada o juzgada por acciones que no realizó. Algunos integrantes prefieren ocultar el encarcelamiento a vecinos, compañeros de trabajo, escuelas o incluso otros familiares. Los niños pueden recibir explicaciones incompletas sobre la ausencia de un progenitor, mientras los adultos intentan protegerlos de una realidad considerada demasiado dolorosa o socialmente vergonzosa. Sin embargo, el silencio también tiene consecuencias. Cuando un niño percibe que algo importante sucede pero nadie lo explica de manera comprensible, puede construir interpretaciones propias y, en ocasiones, atribuirse responsabilidades que no le corresponden. El desafío consiste en comunicar la realidad de forma adecuada a su edad sin convertirlo en depositario de conflictos adultos.

Los hijos de personas encarceladas ocupan, precisamente, una posición particularmente vulnerable. La privación de libertad de un progenitor puede implicar mucho más que una separación física. Puede cambiar el lugar donde viven, quién los cuida, la escuela a la que asisten, la disponibilidad económica del hogar y la frecuencia con la que pueden mantener contacto con su madre o padre. Martin (2017) advierte sobre las consecuencias frecuentemente ocultas que el encarcelamiento produce sobre los hijos dependientes. Estas consecuencias no deben interpretarse de forma determinista: tener un progenitor encarcelado no condena inevitablemente a un niño a desarrollar problemas futuros. Sin embargo, sí puede introducir experiencias adversas cuya intensidad dependerá de las circunstancias familiares, la calidad previa del vínculo, las condiciones de la separación y los apoyos disponibles.

La evidencia más reciente permite además escuchar directamente la experiencia infantil. La revisión cualitativa de Zhang y Flynn (2025) sitúa en primer plano las narrativas de niños afectados por el encarcelamiento parental. Esta perspectiva es especialmente valiosa porque durante mucho tiempo





los menores fueron observados fundamentalmente desde las interpretaciones de los adultos. Escuchar cómo describen ellos mismos la ausencia, las visitas, el estigma, la incertidumbre y las relaciones familiares permite comprender que no son receptores pasivos de las consecuencias de la prisión. Interpretan lo que ocurre, elaboran significados y desarrollan estrategias para mantener o redefinir sus vínculos.

La situación puede adquirir características aún más complejas cuando la persona encarcelada es la madre. En numerosos contextos, las mujeres continúan concentrando una proporción significativa de las responsabilidades cotidianas de cuidado. Su encarcelamiento puede provocar, por tanto, una reorganización especialmente intensa de la vida de los hijos. Ortiz Aguilar (2022) analiza precisamente los reacomodos familiares surgidos a partir de la reclusión materna y su impacto sobre el sistema familiar. El concepto de reacomodo resulta particularmente expresivo: la familia no queda simplemente incompleta, sino que debe redistribuir posiciones, funciones y responsabilidades para continuar funcionando.

La maternidad encarcelada plantea además tensiones particulares entre identidad familiar e identidad penitenciaria. Una mujer puede ser simultáneamente una persona privada de libertad y una madre que continúa preocupándose por la alimentación, la educación, la salud y el bienestar emocional de sus hijos. La institución restringe su capacidad de ejercer muchas funciones parentales, pero no elimina necesariamente el vínculo ni el sentido de responsabilidad. Mitchell (2025) analiza el encarcelamiento materno desde la perspectiva del trauma relacional, destacando cómo la experiencia puede afectar las relaciones familiares. Esta aproximación permite comprender que la separación carcelaria no es únicamente espacial: puede alterar confianza, seguridad emocional y continuidad de los vínculos.

Los efectos tampoco se limitan a la infancia. Giordano et al. (2019), desde una perspectiva del curso de vida, relacionan el encarcelamiento parental con dinámicas

familiares vinculadas a procesos intergeneracionales. Este enfoque resulta especialmente útil porque evita estudiar la prisión como un episodio aislado. Las familias poseen historias anteriores al encarcelamiento y continúan desarrollándose después de él. Algunas ya atravesaban pobreza, violencia, consumo de sustancias, inestabilidad residencial o conflictos familiares; otras enfrentan esas dificultades como consecuencia o agravamiento de la reclusión. Por ello, atribuir cualquier problema posterior exclusivamente al encarcelamiento puede ocultar la complejidad de las trayectorias familiares.

La prisión tampoco afecta únicamente a quien permanece fuera. La calidad de los vínculos familiares puede tener consecuencias relevantes para la persona encarcelada. La separación de seres queridos, la pérdida de roles significativos y la incertidumbre sobre la continuidad de las relaciones pueden intensificar el sufrimiento asociado a la reclusión. Caravaca-Sánchez y Pastor-Seller (2020), al estudiar población penitenciaria en España, analizaron el impacto de las relaciones familiares sobre la salud de las personas privadas de libertad. Esta conexión entre familia y bienestar resulta especialmente significativa en un contexto caracterizado por restricciones de autonomía, separación social y exposición a múltiples factores estresantes.

La propia experiencia carcelaria puede constituir un factor de deterioro de la salud. Brinkley-Rubinstein (2013) conceptualiza el encarcelamiento como un posible catalizador del empeoramiento de las condiciones de salud. Desde una perspectiva familiar, esta cuestión posee una doble importancia. Por una parte, la familia puede preocuparse constantemente por el bienestar físico y psicológico de la persona encarcelada. Por otra, los problemas de salud desarrollados o agravados durante la reclusión pueden acompañar a la persona cuando regresa al hogar, generando nuevas necesidades de cuidado. La salida de prisión no elimina automáticamente las consecuencias acumuladas durante el encarcelamiento.





Precisamente por ello, mantener el contacto familiar puede adquirir una importancia extraordinaria. Folk et al. (2019) aportan evidencia sobre los beneficios asociados al contacto con la familia durante el encarcelamiento. Una llamada, una visita o una conversación pueden representar mucho más que un intercambio de información. Pueden reafirmar que la persona continúa perteneciendo a una red de relaciones situada más allá de su condición penitenciaria. Para quien está encarcelado, conservar el vínculo con hijos, pareja, padres o hermanos puede contribuir a mantener identidades distintas de la identidad de “preso”. Sigue siendo padre, hija, hermano, esposa o abuelo. Esa continuidad simbólica puede resultar especialmente importante cuando la institución tiende a organizar gran parte de la vida alrededor de la condición de persona privada de libertad.

No obstante, afirmar que el contacto familiar puede ser beneficioso no significa asumir que siempre deba mantenerse. Las relaciones familiares anteriores al encarcelamiento pueden haber estado marcadas por violencia, abuso, manipulación o conflicto grave. En tales circunstancias, exigir contacto en nombre de la “unidad familiar” puede perjudicar a quienes necesitan distancia y protección. La familia no debe convertirse en un recurso obligatorio de rehabilitación ni sus integrantes deben ser responsabilizados por la recuperación de la persona encarcelada. El mantenimiento del vínculo requiere considerar seguridad, voluntad, calidad de la relación y necesidades de cada integrante.

Esta distinción es esencial porque el discurso sobre la importancia de la familia puede derivar en lo que Martí y Cid (2015) analizan críticamente al explorar los límites del familismo en la relación entre encarcelamiento, vínculos familiares y reincidencia. Las familias pueden constituir recursos fundamentales, pero no poseen capacidades ilimitadas. Esperar que absorban por sí solas los costes emocionales, económicos y sociales de la prisión implica trasladar hacia el ámbito privado

responsabilidades que también corresponden a las instituciones y a las políticas públicas. Una madre anciana no puede convertirse indefinidamente en único sistema de reinserción de su hijo; una pareja no debería ser considerada responsable de impedir una reincidencia y unos hijos no deben cargar con la obligación de proporcionar motivación emocional al progenitor encarcelado.

La privación de libertad transforma también la relación entre las familias y las instituciones. Lee et al. (2014) mostraron que el encarcelamiento de un miembro familiar puede repercutir incluso sobre la participación cívica y las percepciones acerca de la legitimidad y justicia gubernamental. Este hallazgo revela hasta qué punto los efectos pueden extenderse más allá del hogar. Cuando una familia experimenta directamente el sistema penitenciario, su relación con el Estado deja de ser abstracta. Visitas, controles, procedimientos, restricciones y decisiones institucionales pasan a formar parte de su experiencia cotidiana. La percepción de haber recibido un trato digno o, por el contrario, humillante puede influir en la manera en que sus integrantes comprenden las instituciones públicas.

La familia se encuentra así en una posición paradójica. Puede ser reconocida como un elemento importante para el bienestar y la reinserción, pero simultáneamente enfrentar numerosos obstáculos para ejercer ese papel. Distancias geográficas, costes de transporte, horarios laborales, cuidado de otros hijos y procedimientos institucionales pueden dificultar las visitas. Para familias con pocos recursos, mantener el contacto exige un esfuerzo particularmente intenso. En consecuencia, la fortaleza de un vínculo no puede medirse simplemente por el número de visitas realizadas. La ausencia física de un familiar en un establecimiento penitenciario puede responder a imposibilidades materiales y no necesariamente a desinterés o abandono.

Torres Terrazas (2023) destaca la relevancia del apoyo familiar en situaciones de privación de libertad. Sin embargo, dicho apoyo debe entenderse como una relación bidireccional y no como un recurso inagotable.





Las familias también necesitan ser apoyadas. Requieren información, orientación, acompañamiento emocional y condiciones que permitan mantener vínculos cuando estos son saludables. Reconocer esta necesidad supone abandonar una concepción instrumental en la que la familia solo interesa porque puede contribuir a la conducta futura de la persona encarcelada. Los familiares poseen necesidades y derechos propios.

Las narrativas familiares muestran además que el tiempo de la prisión no se experimenta únicamente como una sucesión de días. Politti y Delfino (2023), al estudiar el sistema familiar y la privación de libertad mediante narrativas sobre pasado, presente y futuro, permiten observar cómo el encarcelamiento atraviesa la temporalidad familiar. Existe un pasado que se reinterpreta a partir de lo sucedido, un presente condicionado por la ausencia y un futuro que comienza a imaginarse alrededor de preguntas difíciles: ¿cómo será cuando regrese?, ¿volveremos a vivir juntos?, ¿podrá encontrar empleo?, ¿cómo reaccionarán los hijos?, ¿será posible recuperar la confianza?

Estas preguntas anuncian uno de los momentos más complejos del proceso: la salida de prisión. La libertad jurídica no significa una recuperación inmediata de la vida anterior. Después de meses o años, la familia ha cambiado. Los niños han crecido, las parejas han desarrollado nuevas rutinas, otras personas han asumido responsabilidades y quien estuvo encarcelado también ha atravesado experiencias que pueden modificar su forma de relacionarse. El regreso implica, por tanto, un encuentro entre personas que conservan vínculos y recuerdos comunes, pero que ya no son exactamente quienes eran antes de la separación.

La reintegración exige negociar nuevamente espacios, autoridad, intimidad y responsabilidades. Un padre que regresa puede esperar recuperar inmediatamente su posición anterior, mientras sus hijos se han acostumbrado a otras figuras de cuidado. Una pareja puede desear la reunificación y, al mismo

tiempo, sentirse insegura ante la pérdida de autonomía alcanzada durante la ausencia. Los familiares que asumieron responsabilidades pueden tener dificultades para devolverlas y la persona excarcelada puede experimentar frustración al descubrir que su regreso no restaura automáticamente el orden previo. El hogar imaginado desde la prisión y el hogar realmente existente al regresar pueden ser muy diferentes.

Cheliotis y McKay (2022) advierten precisamente sobre las tensiones existentes entre reinserción, problemas familiares y coerción estatal. La familia puede ser presentada institucionalmente como soporte fundamental para el retorno, pero esa expectativa corre el riesgo de ignorar las dificultades reales acumuladas durante la separación. El éxito de la reintegración no puede descansar exclusivamente sobre la disponibilidad de familiares dispuestos a proporcionar vivienda, recursos económicos, vigilancia y apoyo emocional. Cuando las políticas públicas presuponen esa capacidad, las desigualdades se profundizan: quienes disponen de familias con mayores recursos encuentran mejores condiciones de retorno, mientras quienes pertenecen a hogares vulnerables enfrentan obstáculos adicionales.

La reintegración social requiere, por tanto, mucho más que abrir las puertas de la prisión. Morales Almeida et al. (2025) muestran la relevancia de abordar la integración de las personas privadas de libertad desde una perspectiva psicosocial. Recuperar la libertad implica reconstruir múltiples dimensiones de la existencia: empleo, relaciones, participación comunitaria, autonomía, identidad y pertenencia. La familia puede facilitar este proceso, pero no sustituir las oportunidades sociales necesarias para hacerlo sostenible.

En este punto aparece una cuestión fundamental: la familia puede ser simultáneamente espacio de protección y espacio de conflicto. Algunas personas regresan a hogares donde encuentran afecto, estabilidad y oportunidades para reorganizar su vida; otras retornan a contextos caracterizados





por pobreza, consumo problemático, violencia o relaciones profundamente deterioradas. Idealizar a la familia como solución universal impide reconocer esta diversidad. La reinserción debe evaluar la calidad de los vínculos disponibles y no simplemente constatar su existencia.

Asimismo, preservar una relación familiar durante el encarcelamiento no significa congelarla en el tiempo. Los vínculos evolucionan incluso cuando las personas están separadas. Un niño pequeño puede convertirse en adolescente; una pareja puede redefinir sus expectativas; un progenitor puede enfermar o envejecer; pueden producirse nacimientos, muertes, separaciones y nuevas uniones. La persona encarcelada participa de estas transformaciones desde una posición limitada. Cuando finalmente regresa, debe incorporarse a una historia familiar que continuó escribiéndose en su ausencia.

Esta realidad permite comprender por qué la reunificación no debería interpretarse simplemente como “volver a casa”. Volver físicamente puede ser relativamente inmediato; volver a ocupar un lugar emocional requiere tiempo. La confianza puede necesitar reconstruirse, las responsabilidades renegociarse y los límites redefinirse. Algunas relaciones se fortalecerán, otras adoptarán nuevas formas y algunas habrán terminado. Reconocer esta diversidad evita imponer la reconciliación como único desenlace legítimo.

También es necesario considerar a quienes deciden no continuar determinados vínculos. La protección de la familia no equivale a preservar todas las relaciones a cualquier precio. Cuando existieron violencia, abuso o daño grave, el derecho de una pareja o de los hijos a establecer distancia debe prevalecer sobre cualquier expectativa abstracta de reunificación. La reinserción de una persona no puede construirse mediante la obligación emocional de quienes fueron perjudicados. El acompañamiento profesional debe distinguir entre relaciones cuya reconstrucción puede favorecer el bienestar de sus integrantes y aquellas en las que

mantener distancia constituye una forma legítima de protección.

Desde esta perspectiva, las políticas penitenciarias sensibles a las familias deberían reconocer que cada decisión institucional puede tener consecuencias relacionales. La ubicación del establecimiento, las condiciones de las visitas, las posibilidades de comunicación, el tratamiento dispensado a los familiares y la preparación para la salida influyen sobre la continuidad de los vínculos. Si la reintegración constituye un objetivo social, facilitar relaciones familiares saludables no debería entenderse como una concesión secundaria, sino como parte de una política penitenciaria orientada hacia la dignidad y la reinserción.

La privación de libertad obliga, en definitiva, a reconsiderar dónde comienza y dónde termina una pena. Jurídicamente, la condena recae sobre una persona. Socialmente, sus ondas expansivas pueden alcanzar a muchas otras. Alcanzan al niño que deja de ver diariamente a su madre, a la pareja que sostiene sola el hogar, al abuelo que vuelve a ejercer funciones parentales, a la madre que viaja durante horas para realizar una visita y al propio individuo encarcelado que intenta conservar un lugar en una familia que continúa cambiando sin él. Esa extensión de las consecuencias constituye una de las dimensiones menos visibles y, al mismo tiempo, más profundamente humanas del encarcelamiento.

Pero reconocer esos impactos no significa presentar a las familias afectadas por la prisión únicamente desde el sufrimiento. Muchas desarrollan estrategias extraordinarias para preservar vínculos, reorganizar cuidados y sostener proyectos comunes. Algunas encuentran maneras nuevas de ejercer la parentalidad a distancia; otras establecen límites que antes no existían; algunas consiguen reconstruir relaciones durante o después de la reclusión. La capacidad de adaptación no elimina el daño ni justifica las condiciones que lo producen, pero demuestra que la





familia continúa siendo un espacio dinámico incluso bajo restricciones extremas.

En el marco de las familias contemporáneas, el encarcelamiento representa así una de las expresiones más radicales de separación involuntaria. Obliga a reorganizar el cuidado sin convivencia, mantener pertenencia en medio de la distancia y reconstruir identidades familiares bajo condiciones impuestas externamente. Su estudio revela algo esencial sobre la naturaleza de los vínculos: la presencia física es una dimensión fundamental de la vida familiar, pero no constituye su única forma de existencia. Los vínculos pueden persistir a través de muros, distancias y años de separación, aunque esa persistencia requiera esfuerzos y tenga costes que no deben invisibilizarse.

Quizá una de las imágenes más poderosas de esta realidad sea también una de las más sencillas: cuando se cierra la puerta de una celda, otra puerta queda abierta en algún hogar. Detrás de ella continúa una familia intentando comprender lo ocurrido, reorganizar sus responsabilidades, explicar una ausencia, sostener un vínculo o decidir legítimamente que necesita transformarlo. Y cuando finalmente la puerta de la prisión vuelve a abrirse, la persona que sale no regresa al mismo punto del que partió. Tampoco la familia que la espera es exactamente la misma.

Por ello, el desafío no consiste únicamente en lograr que alguien recupere la libertad, sino en comprender qué ocurrió con todos los vínculos durante su ausencia y qué condiciones permitirán construir relaciones saludables después de ella. La verdadera reintegración comienza cuando la persona deja de ser contemplada exclusivamente a través de su condena y puede reconstruir una identidad vinculada nuevamente con la comunidad, el cuidado, la responsabilidad y la pertenencia. Pero también exige reconocer a quienes estuvieron del otro lado de los muros, porque ellos cumplieron, de una manera diferente y sin sentencia judicial, una parte del tiempo de aquella condena.

5.5. Duelo, pérdidas y reorganización familiar

El duelo constituye una respuesta humana ante la ruptura de un vínculo significativo y adquiere una complejidad particular cuando se analiza dentro del sistema familiar. La muerte de uno de sus integrantes no afecta únicamente a quienes mantenían una relación individual con la persona fallecida, sino que altera la organización construida alrededor de su presencia, las funciones que desempeñaba, las rutinas compartidas, las expectativas de futuro y los significados que sostenían la convivencia. Cabodevilla (2007) señala que las pérdidas importantes pueden repercutir en dimensiones físicas, emocionales, cognitivas, conductuales, sociales y espirituales, y que su elaboración depende de factores como las circunstancias de la muerte, la relación con la persona fallecida y el contexto sociofamiliar.

Desde una perspectiva sistémica, Ponce-Reyes y Rodríguez-Álava (2022) sitúan el duelo dentro de la dinámica familiar y permiten comprender que la ausencia de uno de sus miembros obliga al conjunto a reorganizarse. La familia necesita afrontar simultáneamente la experiencia emocional de la pérdida y las modificaciones prácticas derivadas de ella: quién asumirá determinadas responsabilidades, cómo cambiarán las relaciones, qué ocurrirá con las rutinas y de qué manera se conservará simbólicamente el lugar de quien murió. Por ello, el duelo familiar no puede reducirse a la suma de varios duelos individuales, pues la pérdida modifica también las relaciones entre quienes permanecen y exige construir un nuevo equilibrio sin la presencia física del integrante fallecido.

La experiencia de pérdida, además, excede la muerte. Pueden producirse procesos de duelo ante la pérdida de salud, autonomía, capacidades, proyectos, relaciones, vivienda, estabilidad económica o formas anteriores de vida familiar. Cabodevilla (2007) plantea





una comprensión amplia de las pérdidas y destaca que la intensidad del duelo se relaciona con el significado del vínculo que se ha roto. Vargas Solano (2003) también aborda la estrecha relación entre duelo y pérdida, lo que permite reconocer que la elaboración emocional comienza cuando una persona debe aceptar que una realidad significativa ha cambiado de manera difícil o irreversible. Esta perspectiva resulta especialmente pertinente para las familias porque muchas transformaciones pueden contener pérdidas simultáneas. Una enfermedad grave, por ejemplo, puede implicar pérdida de autonomía para quien la padece, modificación de proyectos para la pareja, cambios económicos y nuevas responsabilidades para los hijos. El duelo aparece entonces como un proceso de adaptación a una realidad que ya no puede mantenerse exactamente como antes. Reconocer estas pérdidas evita limitar el acompañamiento exclusivamente al momento posterior a la muerte y permite atender experiencias de tristeza, incertidumbre y reorganización que pueden comenzar mucho antes.

Esta anticipación resulta particularmente visible frente a enfermedades progresivas y de larga duración. Juan Calabuig et al. (2021), al estudiar el duelo anticipado en familiares de personas con enfermedad de Alzheimer, muestran cómo la pérdida puede comenzar a elaborarse mientras la persona continúa viva. El deterioro progresivo modifica la comunicación, la autonomía y los roles familiares, de modo que los allegados pueden experimentar sucesivas pérdidas asociadas con capacidades, recuerdos compartidos, reconocimiento y formas anteriores de relación. El duelo anticipado no elimina necesariamente el impacto posterior de la muerte, pero permite comprender que el proceso no siempre comienza en el momento del fallecimiento.

En las enfermedades neurodegenerativas, la familia puede atravesar una larga transición en la que combina cuidado, esperanza, cansancio, tristeza y adaptación. Esta experiencia resulta especialmente intensa para quienes asumen responsabilidades

continuadas de cuidado, pues su identidad cotidiana puede reorganizarse alrededor de las necesidades de la persona enferma. La muerte representa entonces la pérdida del ser querido y, simultáneamente, la desaparición abrupta de una estructura de vida construida durante meses o años.

Las respuestas al duelo presentan una considerable diversidad y no deberían evaluarse mediante expectativas rígidas acerca de cómo debe sentirse o comportarse una persona después de una pérdida. La tristeza puede coexistir con enojo, culpa, alivio, miedo, confusión, nostalgia o incluso momentos de bienestar. La American Psychological Association (2012) destaca que las personas pueden experimentar y expresar el duelo de distintas maneras y que apoyarse en otras personas, cuidar la salud y recordar al ser querido pueden formar parte del proceso de adaptación. Cabodevilla (2007) subraya igualmente que elaborar una pérdida implica aceptar su realidad, expresar las emociones, adaptarse a un entorno en el que la persona fallecida está ausente y encontrar una nueva forma de mantener su significado mientras se continúa viviendo. Estas tareas no constituyen una secuencia mecánica ni obligan a olvidar. La adaptación saludable no exige eliminar el recuerdo, sino transformar la relación con quien ya no está físicamente presente. Una fotografía, una tradición familiar, una historia compartida o una conversación sobre el fallecido pueden conservar su lugar dentro de la memoria familiar sin impedir el desarrollo de nuevos proyectos. El objetivo no es borrar la pérdida, sino integrarla en una vida que necesita continuar.

El carácter familiar del duelo se hace especialmente evidente cuando la persona fallecida ocupaba funciones centrales dentro del hogar. La muerte puede modificar la organización económica, el cuidado de los hijos, la autoridad, las tareas domésticas, el acompañamiento emocional o las relaciones con la familia extensa. Ponce-Reyes y Rodríguez-Álava (2022) destacan precisamente la transformación de la dinámica familiar después de la pérdida de uno de





sus integrantes. De Castro King (2026) desarrolla esta idea desde una perspectiva sistémica al concebir el duelo familiar como un proceso en el que todo el sistema necesita reorganizarse.

Cuando muere un progenitor, por ejemplo, el adulto sobreviviente puede verse obligado a asumir funciones que anteriormente estaban distribuidas; cuando fallece un hijo, la pareja puede enfrentar no solo el dolor individual, sino modificaciones profundas en la relación y en los proyectos compartidos; y cuando muere un adulto mayor que ocupaba una posición articuladora, pueden cambiar celebraciones, contactos y formas de pertenencia entre generaciones. Estas transformaciones muestran que la reorganización no consiste únicamente en redistribuir tareas, sino también en redefinir identidades familiares. Las preguntas sobre quiénes somos después de la pérdida, cómo continuamos unidos y qué elementos de nuestra historia permanecen se convierten en parte del proceso de duelo.

La pérdida puede modificar también la comunicación entre los integrantes. Algunas familias desarrollan espacios abiertos para expresar tristeza, recordar y acompañarse, mientras otras responden mediante silencios destinados a evitar aumentar el sufrimiento. Crispan et al. (2022), al analizar el proceso de duelo familiar, resaltan la importancia de las dinámicas mediante las cuales las familias afrontan la ausencia y reorganizan su funcionamiento. Gold (2020) propone, desde el acompañamiento familiar, la necesidad de desarrollar un vocabulario del duelo que permita poner en palabras experiencias difíciles de expresar.

Esta capacidad resulta especialmente importante porque los integrantes no siempre viven la pérdida del mismo modo ni al mismo ritmo. Un adulto puede necesitar hablar constantemente sobre la persona fallecida, mientras otro puede requerir períodos de silencio; un niño puede alternar momentos de tristeza con juego; un adolescente puede buscar mayor cercanía con sus pares. Estas diferencias no indican necesariamente desinterés ni mayor profundidad del

vínculo. La comunicación familiar necesita permitir distintas formas de duelo sin convertirlas en criterios para medir quién sufre más o quién recuerda mejor. Crear espacios donde puedan coexistir emociones y estilos diferentes favorece una adaptación menos rígida.

La diversidad de respuestas obliga también a distinguir entre el sufrimiento esperable y las situaciones en las que el duelo se vuelve persistentemente incapacitante. Hilberdink et al. (2023) señalan que la mayoría de las personas experimentan una disminución progresiva del malestar, aunque una minoría desarrolla trastorno de duelo prolongado, caracterizado por una persistencia significativa de síntomas y deterioro del funcionamiento. Los autores advierten además que la expresión del duelo y sus manifestaciones pueden variar culturalmente, por lo que la evaluación clínica necesita evitar modelos universales construidos exclusivamente desde determinadas sociedades. El duelo no debería patologizarse por el simple hecho de ser intenso: perder a una persona significativa puede producir un sufrimiento profundo sin constituir necesariamente un trastorno. La intervención profesional cobra especial importancia cuando el dolor permanece acompañado de una interferencia sustancial en la vida cotidiana, aislamiento persistente, incapacidad prolongada para retomar actividades, deterioro importante del funcionamiento o síntomas que requieren valoración especializada. También deben considerarse las condiciones de la muerte y otros factores de vulnerabilidad, pues las pérdidas repentinas, violentas o múltiples pueden introducir exigencias diferentes.

La cultura, las creencias y los rituales proporcionan marcos importantes para interpretar la muerte y expresar el duelo. Hilberdink et al. (2023) muestran que, aunque existen elementos comunes en las respuestas humanas ante la pérdida, su expresión puede variar entre contextos culturales. Los rituales funerarios, las reuniones familiares, las prácticas religiosas, los aniversarios y otras formas colectivas de





recordar ayudan a otorgar significado y a reconocer socialmente que una pérdida ha ocurrido. Su valor no radica únicamente en la tradición, sino en su capacidad para proporcionar espacios donde el dolor puede ser compartido y legitimado.

Cuando estos recursos se encuentran ausentes o interrumpidos, algunas familias pueden experimentar mayores dificultades para simbolizar la transición. El acompañamiento profesional necesita respetar estas diferencias y evitar imponer una única forma considerada correcta de despedirse. Las familias pueden encontrar consuelo en prácticas religiosas, actos privados, conversaciones, objetos, fotografías, actividades comunitarias o nuevas tradiciones. La elaboración del duelo resulta más sostenible cuando las expresiones culturales y familiares poseen sentido para quienes atraviesan la pérdida, en lugar de responder a expectativas externas acerca de cómo debería desarrollarse el proceso.

El afrontamiento constituye otro componente decisivo de la adaptación. Tipán Pérez y Rojas Conde (2023) estudian específicamente las formas mediante las cuales las familias enfrentan el duelo, destacando que este proceso compromete recursos individuales y colectivos. Algunas estrategias se orientan hacia la expresión emocional, mientras otras se concentran en reorganizar tareas, buscar apoyo, preservar rutinas o construir nuevos significados. Ninguna familia dispone inicialmente de respuestas completas para una pérdida profunda; las estrategias suelen desarrollarse conforme emergen nuevas necesidades. En las primeras etapas puede predominar la resolución de asuntos inmediatos, mientras posteriormente adquieren mayor relevancia la reorganización cotidiana y la integración emocional de la ausencia.

Mantener determinadas rutinas puede ser particularmente importante cuando existen niños, pues proporciona continuidad en medio de una experiencia caracterizada por el cambio. Sin embargo, la estabilidad no debería convertirse en una exigencia de normalidad inmediata. La familia necesita poder

funcionar y, simultáneamente, disponer de tiempo para experimentar el dolor. Afrontar adecuadamente no significa mostrarse fuerte en todo momento, sino movilizar recursos suficientes para atravesar una situación que modifica profundamente la experiencia familiar.

Los niños requieren una atención particular porque dependen de los adultos para comprender el significado de la muerte y encontrar formas de expresar lo que sienten. La respuesta familiar debe proporcionar información adecuada a la edad, evitar explicaciones confusas y garantizar que las necesidades de cuidado continúen siendo atendidas. Gottlieb et al. (2025), en una revisión de intervenciones para niños que han perdido a uno de sus progenitores, comparan modalidades individuales, grupales y familiares y encuentran funciones complementarias entre ellas. Las intervenciones individuales pueden responder a necesidades psicológicas específicas; los grupos pueden facilitar conexión social y regulación emocional; y las intervenciones familiares pueden fortalecer la comunicación y el apoyo proporcionado por el cuidador superviviente. Los autores destacan que este último enfrenta simultáneamente su propio duelo, las nuevas responsabilidades domésticas y la necesidad de acompañar a los hijos, lo que puede limitar temporalmente su disponibilidad emocional. Esta realidad hace necesario evitar expectativas irreales: un progenitor en duelo puede necesitar apoyo para poder convertirse, a su vez, en fuente de apoyo. La protección infantil depende entonces no solo de intervenir directamente con el niño, sino de fortalecer las capacidades y recursos de la familia que permanece.

La reorganización después de la muerte resulta particularmente compleja para quienes ejercieron cuidados prolongados. Silva et al. (2025) estudian las experiencias y necesidades de cuidadores después del fallecimiento de la persona atendida y muestran que la etapa posterior puede implicar importantes desafíos emocionales y físicos, así como





la necesidad de adaptarse a una vida en la que el cuidado ha terminado. Durante meses o años, horarios, decisiones, relaciones y prioridades pueden haberse organizado alrededor de la enfermedad y la dependencia. Después de la muerte desaparecen simultáneamente el ser querido y la función que estructuraba buena parte de la vida del cuidador. Esta transición puede producir una combinación compleja de dolor, agotamiento, vacío, desorientación e incluso alivio por el final del sufrimiento, sin que este último sentimiento implique menor afecto. Los profesionales de salud pueden desempeñar una función importante al reconocer a quienes fueron cuidadores también después del fallecimiento, facilitar una despedida digna y conectarlos con redes de apoyo para el duelo. La continuidad del acompañamiento evita que el sistema de cuidado desaparezca abruptamente justo cuando la persona debe reorganizar su identidad y sus rutinas.

Las redes de apoyo adquieren, por ello, una importancia decisiva. Familia extensa, amistades, vecinos, comunidades religiosas, grupos de duelo, servicios sanitarios y profesionales pueden proporcionar ayuda emocional y práctica. El apoyo efectivo no consiste únicamente en recomendar fortaleza o acelerar el retorno a la normalidad, sino en acompañar de forma compatible con las necesidades de cada familia. La American Psychological Association (2012) reconoce el valor de mantener conexiones con otras personas durante el duelo. Gold (2020) destaca, además, la importancia de facilitar lenguajes familiares que permitan hablar sobre la muerte y el dolor. Algunas personas necesitan conversación; otras valoran especialmente ayuda con tareas, alimentación, transporte, cuidado infantil o gestiones administrativas. Las redes funcionan mejor cuando ofrecen disponibilidad sin imponer ritmos ni interpretaciones. Expresiones dirigidas a minimizar la pérdida o exigir superación rápida pueden aumentar el aislamiento, mientras una presencia capaz de reconocer el dolor sin intentar eliminarlo inmediatamente puede facilitar la adaptación. El acompañamiento emocional implica

tolerar que no siempre exista una respuesta capaz de resolver la pérdida.

La evidencia reciente refuerza la necesidad de comprender el duelo desde las relaciones familiares y no exclusivamente desde características individuales. Levin et al. (2026), mediante una revisión sistemática y síntesis narrativa centrada precisamente en las dinámicas familiares y el proceso de duelo, sitúan esta relación en el centro del estudio contemporáneo de la pérdida. Esta perspectiva resulta coherente con la idea de que la forma en que una familia se comunica, distribuye responsabilidades, expresa emociones y conserva vínculos puede influir en las experiencias de quienes atraviesan el duelo. La relación es, además, bidireccional: las dinámicas familiares influyen sobre el proceso de duelo y la pérdida transforma esas mismas dinámicas. Una muerte puede acercar a determinados integrantes, aumentar tensiones preexistentes, reactivar conflictos antiguos o modificar alianzas y responsabilidades. Por ello, el acompañamiento profesional necesita explorar no solo síntomas individuales, sino también qué ha cambiado en la organización familiar, quién está asumiendo nuevas funciones, qué integrantes permanecen aislados y qué conversaciones resultan difíciles. El objetivo no consiste en imponer una manera uniforme de estar unidos, sino en favorecer una reorganización suficientemente flexible para que diferentes necesidades puedan coexistir.

La resiliencia familiar no significa ausencia de sufrimiento ni recuperación rápida. Una familia resiliente puede atravesar tristeza intensa y experimentar periodos de desorganización, pero dispone o desarrolla recursos para integrar la pérdida sin quedar permanentemente definida por ella. Esta reconstrucción requiere aceptar que determinadas formas de vida no podrán recuperarse exactamente y que otras deberán construirse. Los roles pueden redistribuirse, las responsabilidades económicas modificarse, determinadas celebraciones adquirir nuevos significados y los proyectos familiares reformularse. Ponce-Reyes y Rodríguez-Álava (2022)





permiten comprender esta reorganización como parte de la respuesta del sistema ante la ausencia de uno de sus miembros. Tipán Pérez y Rojas Conde (2023) incorporan el afrontamiento como dimensión fundamental para responder a la pérdida. La resiliencia aparece entonces cuando el sistema consigue conservar vínculos y funciones esenciales al tiempo que admite transformaciones. No supone sustituir a quien murió ni cerrar definitivamente su lugar, sino reorganizar la vida de manera que su recuerdo pueda coexistir con nuevas relaciones, experiencias y proyectos.

La intervención profesional debe ajustarse a la intensidad, duración y características del proceso. No todas las personas en duelo necesitan psicoterapia, y proporcionar acompañamiento no debería significar medicalizar una respuesta humana universal. Cabodevilla (2007) diferencia el proceso esperable de aquellas situaciones que pueden requerir intervención profesional, mientras Hilberdink et al. (2023) advierten sobre el trastorno de duelo prolongado y la necesidad de considerar diferencias culturales en su evaluación. Cuando se requiere tratamiento, las intervenciones pueden adoptar formatos diversos según las necesidades individuales y familiares.

Gottlieb et al. (2025) muestran que las aproximaciones individuales, grupales y familiares pueden aportar beneficios distintos en niños que han perdido a un progenitor. Esta diversidad confirma que la elección del apoyo debe responder al problema específico: algunas personas necesitan trabajar síntomas intensos; otras requieren compartir experiencias con pares; y determinadas familias necesitan principalmente mejorar su comunicación, reorganizar responsabilidades y fortalecer al cuidador superviviente. La intervención más adecuada no es necesariamente la más intensiva, sino aquella proporcional a las necesidades y recursos disponibles.

La reconstrucción de la vida familiar adquiere finalmente una dimensión temporal y simbólica. Continuar viviendo no equivale a abandonar a quien

murió. La familia puede preservar historias, valores, prácticas y recuerdos mientras desarrolla una organización diferente. Esta integración permite que la memoria deje de estar asociada exclusivamente con la ausencia y pueda incorporarse progresivamente a una narrativa más amplia de pertenencia. Gold (2020) resalta la importancia de ayudar a las familias a disponer de un lenguaje con el que expresar el duelo, mientras Cabodevilla (2007) plantea la necesidad de recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo. Esta transformación representa uno de los aspectos más profundos de la reorganización: la persona deja de ocupar un lugar físico dentro del sistema, pero mantiene una presencia en su historia, identidad y memoria. Los aniversarios, fotografías, relatos y tradiciones pueden convertirse en formas de continuidad simbólica, siempre que no impidan reconocer que la vida familiar también está cambiando. La reconstrucción no exige escoger entre recordar y avanzar; ambas posibilidades pueden coexistir.

El duelo familiar debe comprenderse, en definitiva, como un proceso de adaptación relacional ante una pérdida que modifica simultáneamente emociones, funciones, vínculos y proyectos. La muerte puede desorganizar profundamente la vida cotidiana, pero esa desorganización no constituye necesariamente un estado permanente. Las familias necesitan tiempo para redistribuir roles, elaborar emociones, reconstruir rutinas y encontrar nuevas formas de mantener el significado de quien murió. El apoyo social, la comunicación, la capacidad para reconocer diferentes modos de expresar el dolor y el acceso a intervención profesional cuando resulta necesaria pueden facilitar este recorrido. La evidencia contemporánea permite además abandonar interpretaciones rígidas basadas en etapas universales y comprender que las trayectorias del duelo son heterogéneas, culturalmente situadas y estrechamente vinculadas con las características de las relaciones familiares. Hilberdink et al. (2023) muestran esa diversidad desde una perspectiva global; Levin et al. (2026) sitúan las dinámicas familiares dentro del propio proceso de duelo; y Silva





et al. (2025) evidencian que la reorganización puede continuar incluso después de largos periodos previos de cuidado.

Desde esta perspectiva, superar una pérdida no significa recuperar exactamente la vida anterior ni dejar de sentir la ausencia. Significa construir una forma de continuidad que permita integrar la muerte dentro de la historia familiar sin detener indefinidamente el desarrollo de quienes permanecen. Los miembros pueden asumir nuevas responsabilidades, reconstruir proyectos, fortalecer redes y transformar las maneras de relacionarse, conservando al mismo tiempo recuerdos y significados compartidos. El duelo muestra así una de las paradojas fundamentales de la experiencia familiar: determinados vínculos continúan siendo significativos incluso cuando la presencia física que los sostenía ha desaparecido. La reorganización saludable no borra esa continuidad, sino que encuentra un lugar para ella dentro de una realidad transformada. De este modo, la resiliencia familiar no consiste en olvidar ni en volver a ser la familia que existía antes de la pérdida, sino en conservar la capacidad de cuidar, acompañarse y construir sentido mientras se aprende a vivir con una ausencia que ya forma parte de su historia.

5.6. Migración, familias transnacionales y reunificación

Los procesos migratorios reconfiguran profundamente la vida familiar al introducir la distancia en relaciones construidas tradicionalmente desde la convivencia y la proximidad cotidiana. El desplazamiento de uno o varios integrantes hacia otra región o país modifica la distribución de responsabilidades, las prácticas de cuidado, las expectativas de futuro y las formas de experimentar la pertenencia. Sin embargo, la separación geográfica no implica necesariamente la ruptura de la unidad familiar, sino la construcción de nuevas maneras de mantener los vínculos, compartir decisiones y ejercer responsabilidades a través de la distancia.

Ariza (2002) sitúa precisamente a la familia como un eje fundamental para comprender la experiencia

migratoria y advierte que los procesos transnacionales producen efectos contradictorios sobre su estructura, dinámica interna e identidad. Mazzucato y Schans (2011) profundizan esta perspectiva al cuestionar las concepciones que identifican familia con proximidad geográfica y muestran que los vínculos, responsabilidades y prácticas familiares pueden mantenerse entre distintos países. La migración debe entenderse, por tanto, como un proceso familiar y no únicamente como una decisión individual: incluso cuando solo una persona cruza una frontera, sus movimientos pueden reorganizar la vida de hijos, parejas, padres, hermanos y otros integrantes que permanecen en el lugar de origen.

La noción de familia transnacional permite comprender precisamente aquellas configuraciones cuyos miembros viven separados por fronteras nacionales, pero continúan vinculados mediante relaciones afectivas, económicas, comunicativas y de cuidado. La distancia física no supone necesariamente desvinculación, del mismo modo que la convivencia en un mismo espacio no garantiza por sí sola relaciones cercanas. Bryceson (2022) muestra que la expansión de las familias transnacionales se encuentra vinculada con transformaciones económicas, políticas y laborales de alcance global, mientras Pedone y Varela-Huerta (2025) plantean que las migraciones latinoamericanas contemporáneas muestran una creciente familiarización, con trayectorias en las que familias enteras participan de procesos de desplazamiento, tránsito, espera y asentamiento. De este modo, la experiencia migratoria puede incluir etapas de separación, movilidad sucesiva de distintos integrantes, permanencias temporales, retornos y nuevas migraciones. La familia se convierte en una organización espacialmente distribuida cuya continuidad depende de la capacidad para articular relaciones entre diferentes lugares y tiempos.

Esta reorganización modifica los roles familiares. Cuando migra quien desempeñaba funciones centrales de provisión, cuidado o autoridad, otras personas deben asumir responsabilidades que anteriormente





no les correspondían o que compartían de manera diferente. Herrera y Carrillo (2009), al analizar la experiencia migratoria ecuatoriana, muestran que la migración internacional repercute sobre la reorganización familiar, las relaciones de género y la situación de los hijos de las personas migrantes. Ciurlo (2014) también destaca la utilidad de incorporar una perspectiva de género al estudio de las familias transnacionales, pues las responsabilidades de cuidado y sostenimiento económico no se redistribuyen de manera neutral. La salida de una madre, un padre o un hijo adulto puede modificar quién cuida a los niños, quién acompaña a los adultos mayores, quién administra los recursos y quién toma decisiones cotidianas. Estas transformaciones pueden ampliar la participación de algunos integrantes, pero también generar sobrecarga cuando las nuevas funciones se concentran en una sola persona. La migración introduce así una negociación de responsabilidades que puede cuestionar distribuciones anteriores y producir nuevas formas de interdependencia.

La distancia obliga además a redefinir el significado de presencia familiar. Estar presente deja de equivaler exclusivamente a compartir físicamente el hogar y comienza a incluir disponibilidad comunicativa, participación en decisiones, envío de recursos, seguimiento de acontecimientos y capacidad de responder emocionalmente desde otro territorio. Valencia Correa y Moreno Carmona (2024) muestran que las tecnologías de información y comunicación han favorecido nuevas dinámicas dentro de las familias transnacionales y pueden contribuir al fortalecimiento de los vínculos filiales.

Bryceson (2022) señala igualmente que el desarrollo de las comunicaciones digitales y la reducción de determinados costos de conexión han facilitado los intercambios entre familiares separados. Videollamadas, mensajes, fotografías y conversaciones cotidianas permiten compartir acontecimientos que anteriormente podían conocerse con considerable retraso. Sin embargo, la tecnología

no elimina la distancia ni sustituye completamente el contacto presencial. Puede mantener continuidad y cercanía, pero también hacer visible aquello que no puede compartirse físicamente. La comunicación transnacional funciona mejor cuando se integra dentro de una relación sostenida y no cuando se limita a supervisar, exigir o controlar desde la distancia.

Las remesas constituyen otra expresión de continuidad familiar, aunque sería insuficiente reducir las relaciones transnacionales al envío de dinero. Adugna (2019) analiza las actividades transnacionales de los emigrantes e incluye las remesas y las redes sociales como componentes importantes de los vínculos mantenidos con los lugares de origen. Bryceson (2022) destaca que los recursos enviados por los migrantes pueden convertirse en un apoyo fundamental para familiares que permanecen en el país de origen. Sin embargo, el significado de estas transferencias es también relacional. Enviar recursos puede expresar responsabilidad, compromiso y cuidado, pero no sustituye necesariamente la cercanía emocional ni resuelve todas las dificultades derivadas de la separación. Las familias necesitan equilibrar las dimensiones material y afectiva de la relación, evitando que el vínculo con la persona migrante se reduzca al papel de proveedor. Del mismo modo, las expectativas económicas depositadas sobre quien migra pueden convertirse en una fuente de presión cuando sus condiciones reales de empleo, vivienda o regularización en el país receptor son más precarias de lo que la familia imagina.

Los niños y adolescentes constituyen uno de los grupos que experimentan de manera más intensa estas transformaciones. Mazzucato y Schans (2011) advierten que el bienestar de los hijos dentro de familias transnacionales debe analizarse considerando la organización del cuidado, la estabilidad de sus condiciones de vida, la comunicación con los progenitores migrantes y los contextos culturales e institucionales en los que permanecen. La separación migratoria no produce efectos idénticos en todos





los casos. Puede estar asociada con mejoras económicas y oportunidades educativas, pero también con experiencias de ausencia, incertidumbre o reorganización de vínculos. Las características del cuidador que permanece, la calidad de la relación previa con el progenitor migrante, la frecuencia y contenido de la comunicación y las expectativas respecto de una futura reunificación modifican considerablemente la experiencia. Por ello, no resulta adecuado interpretar automáticamente a los hijos de migrantes como abandonados ni asumir que las remesas compensan cualquier dificultad emocional. Las trayectorias deben comprenderse en relación con la calidad de los cuidados y vínculos concretos.

Schapiro et al. (2013) muestran particularmente la complejidad de las experiencias de separación y reunificación en adolescentes pertenecientes a familias transnacionales. Su revisión considera la separación de los progenitores, la comunicación a distancia, las remesas, la relación con cuidadores sustitutos y las dificultades que pueden aparecer cuando los jóvenes migran posteriormente para reunirse con sus padres. Esta perspectiva resulta fundamental porque la reunificación no elimina automáticamente los efectos de años de separación. Un adolescente que ha construido una relación cotidiana con abuelos u otros cuidadores puede experimentar simultáneamente alegría por reencontrarse con sus progenitores y dolor por separarse de quienes ocuparon funciones parentales durante su ausencia. También puede existir una distancia entre el progenitor imaginado mediante llamadas y mensajes y la persona con quien comienza nuevamente a convivir. La reunificación requiere, por ello, una reconstrucción relacional y no solamente una proximidad física.

La magnitud de estas separaciones tampoco debe considerarse marginal. Brunori (2025), al estudiar experiencias de separación transnacional durante la infancia dentro de la población inmigrante del Reino Unido, encontró que al menos la mitad de quienes habían migrado durante su niñez habían experimentado

separación de uno o ambos progenitores como parte del proceso migratorio, aunque la autora advierte limitaciones de medición que probablemente conduzcan a una subestimación. Esta evidencia muestra que las trayectorias familiares fragmentadas temporalmente constituyen una dimensión relevante de la migración contemporánea y requieren mayor atención dentro de las políticas sociales, educativas y sanitarias. La separación transnacional puede prolongarse durante años y atravesar etapas importantes del desarrollo, por lo que sus efectos no deberían estudiarse únicamente durante el momento de la migración. También resulta necesario analizar cómo esas experiencias son reinterpretadas posteriormente y qué condiciones facilitan la reconstrucción del vínculo familiar.

La escuela ocupa un lugar especialmente relevante en estas trayectorias. Fernández-Hawrylak y Heras Sevilla (2019) muestran que las familias transnacionales e inmigrantes enfrentan procesos de desestabilización y nuevas formas de funcionamiento destinadas a mantener el cuidado y la educación de los hijos a distancia, además de dificultades de inclusión en los sistemas educativos de destino. Ocampo Marín (2014) analiza la migración de retorno y señala que niños y adolescentes que han participado en circuitos migratorios pueden llegar a las instituciones educativas con experiencias académicas, sociales, culturales y familiares diferentes, generando demandas particulares de integración. Estas trayectorias cuestionan la idea de un alumnado con biografías educativas lineales. Algunos estudiantes han cambiado de lengua, currículo, sistema de evaluación o país; otros continúan vinculados con familiares que permanecen en el extranjero y construyen expectativas futuras alrededor de nuevas movilidades. La escuela necesita reconocer esta complejidad sin convertir la experiencia migratoria en una etiqueta de déficit.

Lutz Ley y Rodríguez Gutiérrez (2024) amplían esta discusión al analizar la relación entre procesos migratorios, vínculos familiares transnacionales y continuidad educativa entre adolescentes. Sus





hallazgos muestran la relevancia de la intensidad de las relaciones transnacionales en la manera en que los jóvenes perciben oportunidades y posibilidades entre distintos países. La migración puede ampliar horizontes y referencias culturales, pero también producir incertidumbre respecto de dónde construir el futuro. Algunos adolescentes pueden orientar sus proyectos hacia el lugar donde residen; otros mantienen expectativas vinculadas con familiares en el extranjero, y otros combinan pertenencias y proyectos en más de un territorio. La intervención educativa necesita reconocer que estas posiciones no son necesariamente contradictorias. Una identidad transnacional puede integrar diferentes referencias familiares y culturales sin exigir que el joven elija de manera inmediata una pertenencia única.

La identidad constituye precisamente una de las dimensiones más profundas de la experiencia migratoria. Ariza (2002) incluye la dimensión identitaria entre los ámbitos transformados por la transnacionalidad, mientras Van Hook y Glick (2020) muestran que la investigación sobre familias inmigrantes ha prestado creciente atención a los procesos de aculturación y enculturación a medida que las familias se establecen en los lugares de destino y crían a nuevas generaciones. La adaptación cultural no debe entenderse como un reemplazo automático de una cultura por otra. Las familias pueden conservar lenguas, prácticas, alimentos, celebraciones, valores y redes vinculadas con el lugar de origen mientras incorporan nuevas experiencias del contexto receptor. Estas combinaciones pueden enriquecer la identidad, aunque también generar tensiones cuando adultos e hijos se adaptan a ritmos diferentes. Los niños escolarizados en el país receptor pueden adquirir con rapidez códigos lingüísticos y culturales que sus progenitores todavía están aprendiendo, transformando temporalmente determinadas relaciones de autoridad y dependencia.

Las diferencias generacionales adquieren entonces especial importancia. Los adultos pueden experimentar

la conservación de determinadas costumbres como una forma de proteger la continuidad familiar, mientras los hijos pueden buscar mayor integración en el entorno donde estudian y construyen relaciones sociales. Estas posiciones no deberían entenderse necesariamente como rechazo de la familia ni como resistencia injustificada al cambio. Van Hook y Glick (2020) muestran que los contextos de recepción y los procesos culturales influyen directamente sobre las relaciones de las familias inmigrantes. La negociación resulta más favorable cuando permite mantener elementos significativos del origen sin exigir que los hijos permanezcan culturalmente inmóviles. La identidad puede ser plural: una persona puede sentirse vinculada con el país de origen de sus padres, con la sociedad donde creció y con redes familiares distribuidas en distintos lugares. La familia puede convertirse en un espacio donde estas pertenencias se articulen, siempre que la diversidad cultural interna no sea interpretada automáticamente como deslealtad.

Los adultos mayores constituyen otra dimensión esencial de las familias transnacionales. Cuando los hijos adultos migran, el cuidado puede continuar desde la distancia mediante llamadas, transferencias económicas, coordinación con hermanos u otros familiares y visitas periódicas. Sampaio y Carvalho (2022) muestran que el cuidado transnacional de adultos mayores no puede comprenderse únicamente mediante la relación entre padres e hijos, pues las redes fraternales desempeñan también un papel importante. Su estudio evidencia además cómo el estatus migratorio puede limitar las posibilidades de retornar temporalmente para cuidar o visitar a familiares y generar estrés psicosocial prolongado. Esto permite comprender que la distancia no siempre responde a una elección libre: determinadas personas pueden desear regresar ante una enfermedad o crisis familiar y encontrarse impedidas por su situación legal, económica o laboral. La familia debe entonces desarrollar formas alternativas de cuidado que pueden resultar emocionalmente significativas, aunque no sustituyan completamente la presencia física.





Estas responsabilidades transnacionales también pueden distribuirse de manera desigual. Sampaio y Carvalho (2022) observan componentes de género en la asignación del cuidado dentro de las redes familiares, mientras Ciurlo (2014) muestra la relevancia de la perspectiva de género para comprender las migraciones y las familias transnacionales. La movilidad puede modificar roles tradicionales, pero no necesariamente elimina las desigualdades. Una mujer migrante puede asumir simultáneamente empleo remunerado en el país de destino, cuidado de su hogar actual y responsabilidad emocional o económica hacia familiares que permanecen en el lugar de origen. De manera semejante, quienes no migraron pueden asumir el cuidado cotidiano de niños o adultos mayores mientras otros integrantes contribuyen principalmente mediante recursos económicos. La corresponsabilidad familiar necesita reconocer estas cargas invisibles y evitar que la distancia convierta determinadas tareas en obligaciones permanentes y naturalizadas para una sola persona.

La reunificación familiar suele presentarse como resolución de la separación, pero constituye en realidad una nueva transición. Sanz Abad (2012) sitúa las negociaciones en torno a la reunificación dentro de los propios procesos de formación y mantenimiento de familias transnacionales, lo que permite comprender que reunirse depende de condiciones económicas, migratorias y familiares. Schapiro et al. (2013) muestran que la adaptación posterior puede implicar desafíos importantes para adolescentes que habían permanecido separados de sus progenitores. La convivencia debe reconstruirse porque tanto quienes migraron como quienes permanecieron han cambiado durante la separación. Los adultos pueden haber desarrollado rutinas y expectativas propias, mientras los hijos pueden haber establecido vínculos intensos con otros cuidadores y adquirido mayor autonomía. Pretender recuperar de inmediato la relación existente antes de la migración puede producir frustración. La reunificación funciona mejor cuando se reconoce

como proceso y se permite reconstruir confianza, autoridad y cercanía gradualmente.

La investigación reciente obliga incluso a superar una visión demasiado lineal basada en una secuencia de salida, separación y reunificación. Jorgensen (2026), a partir de familias venezolanas en Chile y Colombia, muestra que las condiciones legales y económicas pueden producir trayectorias familiares altamente no lineales, con separaciones y reunificaciones sucesivas que no responden necesariamente al plan inicial. Las familias pueden encontrarse juntas en un momento, separarse nuevamente por necesidades laborales o restricciones legales y desarrollar después nuevas configuraciones. Por ello, la reunificación no siempre constituye el final de la transnacionalidad. Mazzucato y Schans (2011) ya advertían que reunir físicamente a los integrantes en el país receptor no elimina necesariamente los vínculos, responsabilidades y relaciones mantenidos con otros familiares en el lugar de origen. La familia puede seguir funcionando simultáneamente en varios territorios.

Esta complejidad resulta particularmente visible en América Latina, donde los procesos migratorios recientes combinan desplazamientos económicos, crisis políticas, restricciones fronterizas, tránsito prolongado y establecimiento temporal en distintos países. Pedone y Varela-Huerta (2025) plantean precisamente la necesidad de analizar las migraciones contemporáneas desde una perspectiva que coloque a las familias en el centro, atendiendo estrategias de movilidad, asentamiento, espera y tránsito. Jorgensen (2026) muestra, además, cómo la precariedad jurídica y económica puede alterar continuamente las decisiones familiares. Estas condiciones evidencian que muchas trayectorias migratorias no se construyen con información completa ni bajo control absoluto de quienes migran. Cambios en permisos, empleo, vivienda o políticas migratorias pueden modificar planes familiares previamente acordados. Comprender la organización familiar exige entonces incorporar las





estructuras políticas que amplían o restringen sus posibilidades de permanecer juntas.

La migración de retorno representa otra forma de reorganización. Regresar al país de origen no equivale necesariamente a recuperar la vida existente antes de la salida. Ocampo Marín (2014) muestra que las migraciones de retorno pueden introducir nuevas demandas sociales y educativas, especialmente entre niños y adolescentes con experiencias desarrolladas en diferentes sistemas nacionales. Quien retorna puede sentirse simultáneamente familiar y extranjero respecto del lugar al que vuelve. Las relaciones familiares también han cambiado durante la ausencia: otras personas asumieron funciones, se construyeron rutinas y surgieron nuevas expectativas. El retorno necesita, por tanto, una adaptación similar a la del establecimiento inicial en otro país. Las familias deben renegociar espacios, responsabilidades y autoridad, al mismo tiempo que integran aprendizajes y prácticas adquiridas durante la experiencia migratoria.

La afectividad a distancia ocupa una posición central en todas estas configuraciones. Romero Plana (2018) propone una aproximación humana a los hogares y familias transnacionales que permite recordar que detrás de las categorías de migración, remesas y movilidad existen experiencias de espera, nostalgia, cuidado y pertenencia. Mantener una relación a distancia requiere trabajo relacional: preguntar, escuchar, participar en decisiones y construir rituales capaces de sostener continuidad. Las celebraciones compartidas mediante videollamadas, el seguimiento de acontecimientos escolares, la participación en decisiones médicas o el envío de mensajes cotidianos pueden convertirse en nuevas formas de presencia. Sin embargo, la cantidad de comunicación no garantiza necesariamente calidad. Contactar constantemente para controlar actividades puede aumentar tensiones, mientras una comunicación menos frecuente pero emocionalmente disponible puede resultar más significativa. La distancia obliga a hacer explícitas determinadas formas de cuidado que

durante la convivencia podían expresarse mediante acciones cotidianas.

Los efectos de la migración sobre el bienestar deben, por tanto, analizarse evitando interpretaciones unidireccionales. Valencia Correa y Moreno Carmona (2024) plantean una mirada multidimensional que trasciende el análisis de las remesas y considera cambios familiares, relaciones filiales y desigualdades. Mazzucato y Schans (2011) advierten igualmente que evaluar el bienestar infantil exige considerar múltiples actores y comparar diferentes configuraciones familiares, evitando atribuir automáticamente determinados resultados a la separación migratoria. La migración puede generar oportunidades económicas y educativas, ampliar redes y fortalecer determinadas responsabilidades familiares, pero también puede introducir pérdidas cotidianas, sobrecarga, incertidumbre y conflictos. Incluso una misma persona puede experimentar simultáneamente beneficios y dificultades. Esta ambivalencia es una característica central del proceso y debe conservarse en el análisis.

Las redes familiares ampliadas constituyen uno de los principales recursos para afrontar esta complejidad. Abuelos, tíos, hermanos mayores y otros integrantes pueden asumir funciones de cuidado, acompañamiento escolar o administración cotidiana cuando los progenitores migran. Mazzucato y Schans (2011) destacan precisamente la importancia de incluir cuidadores y otros actores más allá del núcleo parental en el análisis de las familias transnacionales. Sampaio y Carvalho (2022) muestran igualmente que las relaciones entre hermanos adquieren especial relevancia para la circulación transnacional del cuidado. Estas redes pueden funcionar como mecanismos de protección, aunque también necesitan apoyo para evitar sobrecargas. Asumir temporalmente el cuidado de un niño o de un adulto mayor puede convertirse en una responsabilidad de larga duración si la reunificación se retrasa o las condiciones migratorias cambian. La calidad del sistema familiar dependerá entonces de la claridad de los acuerdos,





la disponibilidad de recursos y el reconocimiento de quienes sostienen presencialmente el cuidado.

La reconstrucción de la convivencia exige también revisar las expectativas creadas durante la distancia. El integrante migrante puede imaginar el regreso o la reunificación como recuperación inmediata de cercanía, mientras quienes permanecieron han desarrollado mayor independencia y nuevas formas de organización. Schapiro et al. (2013) muestran que estas transiciones pueden resultar particularmente delicadas en adolescentes. La autoridad parental puede necesitar reconstruirse cuando durante años las decisiones cotidianas estuvieron a cargo de otro cuidador. Intentar restablecerla mediante control intenso puede incrementar el conflicto. La relación necesita apoyarse en reconocimiento mutuo: los progenitores requieren comprender las experiencias vividas por los hijos durante la separación, mientras estos necesitan conocer las condiciones enfrentadas por quienes migraron. Reconstruir la convivencia implica elaborar dos historias desarrolladas en paralelo y convertirlas progresivamente en una narrativa familiar compartida.

Las instituciones del país de destino poseen asimismo una función importante en la adaptación. Van Hook y Glick (2020) muestran que los contextos de recepción influyen en el funcionamiento y las relaciones de las familias inmigrantes, y destacan especialmente los riesgos relacionados con situaciones jurídicas precarias. Fernández-Hawrylak y Heras Sevilla (2019) trasladan esta preocupación al ámbito educativo y muestran la necesidad de promover inclusión escolar de niños y familias migrantes. Las instituciones pueden facilitar la reconstrucción cuando ofrecen información accesible, reconocen diversidad lingüística y cultural y evitan interpretar toda diferencia como déficit. Por el contrario, la discriminación, las barreras administrativas o la inseguridad jurídica pueden intensificar tensiones familiares que ya existen debido a la migración. La adaptación no depende exclusivamente del esfuerzo de la familia; también está condicionada por el grado

en que la sociedad receptora permite acceso a educación, trabajo, salud, vivienda y participación.

La investigación sobre familias transnacionales obliga, en consecuencia, a abandonar la idea de que la familia existe únicamente cuando sus miembros conviven de manera permanente. Ariza (2002); Bryceson (2022); y Mazzucato y Schans (2011) permiten comprender que las prácticas familiares pueden mantenerse entre territorios y que la movilidad internacional modifica, pero no necesariamente extingue, cuidado, responsabilidad y pertenencia. Al mismo tiempo, la distancia plantea desafíos reales que no deben romantizarse. La comunicación digital no sustituye completamente la presencia; las remesas no eliminan las necesidades afectivas; y la reunificación no resuelve inmediatamente años de separación. Las familias desarrollan recursos para mantener continuidad, pero esos recursos dependen de condiciones económicas, jurídicas, sociales y emocionales que varían considerablemente.

La migración transforma también la propia definición de hogar. Para algunas familias, el hogar continúa asociado al lugar de origen; para otras se desplaza hacia el país receptor; y en determinados casos se distribuye entre varios espacios. La pertenencia puede construirse mediante personas, recuerdos y prácticas más que a través de una única residencia. Las experiencias estudiadas por Sampaio y Carvalho (2022) muestran que el cuidado puede circular entre países y mantener cohesión incluso bajo restricciones jurídicas, mientras Jorgensen (2026) evidencia que las trayectorias familiares contemporáneas pueden oscilar reiteradamente entre separación y convivencia. Esta movilidad obliga a entender el hogar como una construcción relacional que puede cambiar a lo largo del ciclo familiar. Lo decisivo no es conservar una geografía invariable, sino mantener condiciones que permitan reconocimiento, responsabilidad y cuidado entre quienes continúan considerándose parte de una misma familia.

En definitiva, la migración reorganiza la familia en múltiples niveles: redistribuye roles, modifica el





cuidado, transforma la comunicación, introduce nuevas experiencias identitarias y obliga a negociar pertenencias entre territorios. La separación geográfica puede producir dificultades, pero no equivale necesariamente a ruptura relacional. Valencia Correa y Moreno Carmona (2024) muestran cómo las tecnologías y nuevas dinámicas pueden contribuir al mantenimiento de los vínculos; Schapiro et al. (2013) recuerdan que separación y reunificación constituyen procesos emocionales complejos; y Van Hook y Glick (2020) sitúan estas experiencias dentro de contextos culturales, generacionales e institucionales más amplios. La capacidad de adaptación depende de la existencia de relaciones suficientemente estables, cuidadores disponibles, comunicación significativa y condiciones sociales que hagan posible sostener los vínculos a través de la distancia.

La reconstrucción familiar después de la migración tampoco significa regresar a la organización anterior. Quienes migraron y quienes permanecieron han acumulado experiencias distintas, adquirido responsabilidades y modificado sus expectativas. La reunificación, el retorno o una nueva migración exigen integrar esos cambios y construir acuerdos actualizados sobre convivencia, autoridad, cuidado y autonomía. Jorgensen (2026) muestra con particular claridad que las trayectorias transnacionales pueden permanecer abiertas y cambiar reiteradamente en función de condiciones económicas y legales, mientras Pedone y Varela-Huerta (2025) sitúan a las propias familias como protagonistas colectivas de los sistemas migratorios contemporáneos.

Por ello, la fortaleza de una familia transnacional no debería medirse por su capacidad de permanecer físicamente unida en todo momento, sino por su posibilidad de mantener responsabilidades, afectos y pertenencias mientras afronta desplazamientos y reconstruye la convivencia cuando las circunstancias permiten nuevamente compartir un espacio. La migración modifica la geografía familiar, pero no determina por sí sola la calidad de sus vínculos; son las formas de cuidado, comunicación, reconocimiento y adaptación desarrolladas durante y después del proceso las que finalmente definen cómo la familia continúa existiendo a través de las fronteras.

REFERENCIAS

- Abasi, I., & Mohammadkhani, P. (2016). Family Risk Factors Among Women With Addiction-Related Problems: An Integrative Review. *International journal of high risk behaviors & addiction*, 5(2), e27071. <https://doi.org/10.5812/ijhrba.27071>
- Acuña San Martín, M. (2013). El principio de corresponsabilidad parental. *Revista de Derecho (Coquimbo)*, 20(2), 21–59. <https://doi.org/10.4067/S0718-97532013000200002>
- Adugna, G. (2019). Migration patterns and emigrants' transnational activities: Comparative findings from two migrant origin areas in Ethiopia. *Comparative Migration Studies*, 7. <https://doi.org/10.1186/s40878-018-0107-1>
- Agree E. M. (2017). Social Changes in Women's Roles, Families, and Generational Ties. *Generations (San Francisco, Calif.)*, 41(2), 63–70. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9105279/>
- Agudelo Bedoya, M. E., & Estrada Arango, P. (2016). El consumo de sustancias psicoactivas y las formas de organización y dinámica familiar. *Trabajo Social*, (18), 145–156. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/58581>





- Aguilar-Yamuza, B., Raya-Trenas, A., Pino-Osuna, M., & Herruzo-Cabrera, J. (2019). Relación entre el estilo de crianza parental y la depresión y ansiedad en niños entre 3 y 13 años. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 6(1), 36–43. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2019.06.1.5>
- Aguirre-Dávila, E. (2015). Prácticas de crianza, temperamento y comportamiento prosocial de estudiantes de educación básica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13(1), 223–243. <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v13n1/v13n1a14.pdf>
- Ahmed, R. (2025). Parenting styles and their influence on child development: A critical review of contemporary research. *Premier Journal of Social Science*, 2, 100007. <https://doi.org/10.70389/PJSS.100007>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Aldunate Martín, N. (2025, 14 de enero). *Mediación familiar: Una herramienta poderosa para resolver desacuerdos*. Nueva Revista. <https://www.nuevarevista.net/mediacion-familiar-una-herramienta-poderosa-para-resolver-desacuerdos/>

- Aljohani, M. E., Al-Alawi, R. Y. I. A.-Z., Farhah, S. A. S., Almathal, B. F. F., Kumayt, F. A. M., Alreheli, M. F. A., Altamimi, L. D. J., Alzahrani, A. M. A., Suwaidi, A. A. Q., Alorabi, S. O. H., Alharbi, W. J. A., Melibari, B. W. M., Alharbi, R. A. M., Khawandanah, A. N. O., & Jan, E. S. A. (2024). Family dynamics and chronic disease management: A systematic review of sociological perspectives in primary care. *Journal of International Crisis and Risk Communication Research*, 7(S5). <https://doi.org/10.63278/jicrcr.vi.2409>
- Alonso-Sardón, M., Iglesias-de-Sena, H., Fernández-Martín, L. C., & Mirón-Canelo, J. A. (2019). Do health and social support and personal autonomy have an influence on the health-related quality of life of individuals with intellectual disability? *BMC Health Services Research*, 19, 63. <https://doi.org/10.1186/s12913-018-3856-5>
- Alustiza-Galarza, A. (2005). Entorno familiar de las personas con discapacidad. Algunos resultados preliminares para el País Vasco de la Encuesta sobre discapacidades, deficiencias y estado de salud de 1999. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 40(6), 327–338. [https://doi.org/10.1016/S0211-139X\(05\)74882-4](https://doi.org/10.1016/S0211-139X(05)74882-4)
- Álvarez-Gallego, M. M., Herrera-Rivera, O., & Guzmán-Atehortúa, N. (2021). Estrategias de acompañamiento educativo y familiar en la educación inicial: Una revisión teórica. *Revista Lasallista de Investigación*, 18(2), 222–238. <https://doi.org/10.22507/rli.v18n2a15>
- Ambrosio, R. (2021). Actualidades en el tema de la homoparentalidad. *Gaceta Facultad de Medicina, UNAM*. <https://gaceta.facmed.unam.mx/index.php/2021/09/28/actualidades-en-el-tema-de-la-homoparentalidad/>





- American College of Pediatricians. (2019). *Same-sex parenting: A scientific analysis*. <https://acpeds.org/same-sex-parenting-a-scientific-analysis/>
- American Psychological Association. (2012). *El duelo: Cómo sobrellevar la muerte de un ser querido*. <https://www.apa.org/topics/families/duelo>
- Antonucci, T. C., Birditt, K. S., Sherman, C. W., & Trinh, S. (2011). Stability and change in the intergenerational family: a convoy approach. *Ageing and society*, 31(7), 1084–1106. <https://doi.org/10.1017/S0144686X1000098X>
- Arango Calad, C. A. (2003). Los vínculos afectivos y la estructura social. Una reflexión sobre la convivencia desde la red de promoción del buen trato. *Investigación & Desarrollo*, 11(1), 70–103. <https://www.redalyc.org/pdf/268/26811104.pdf>
- Arés Muzio, P. (1990). *Mi familia es así*. Editorial de Ciencias Sociales.
- Arés Muzio, P. (2003). *Psicología de la familia: Una aproximación a su estudio*. Editorial Félix Varela.
- Aretio Romero, M. A., Repiso Gento, I., & Valpuesta Martín, Y. (2024). Contextos de especial vulnerabilidad para la violencia de género. Interseccionalidad: Adaptando la respuesta a la diversidad de contextos y situaciones. *Atención Primaria*, 56(11), 102834. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2023.102834>
- Aristegui, I. (2014). Parentalidad gay/lésbica: Funcionamiento emocional y adaptación psicológica de los hijos de parejas del mismo sexo. *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 11(1), 78–85. <https://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/136/82>

- Ariza, M. (2002). Migración, familia y transnacionalidad en el contexto de la globalización: Algunos puntos de reflexión. *Revista Mexicana de Sociología*, 64(4), 53–84. <https://doi.org/10.22201/iis.01882503p.2002.4.60374>
- Arteaga A., C., Sepúlveda, D., & Aranda, V. (2012). Diversificación de las estructuras familiares: Caracterización de las convivencias en Chile. *Revista de Sociología*, 27, 37–52. <https://doi.org/10.5354/0719-529X.2012.27476>
- Avalos Martínez, E. G. (2024). La importancia de fomentar el vínculo de apego en las familias a través del programa de expansión de la educación inicial visitas a los hogares modalidad no escolarizada en México. *Revista Neuronum*, 10(2). <https://eduneuro.com/revista/index.php/revistaneuronum/article/view/525>
- Aya-Angarita, S. L., & García-Suárez, C. I. (2020). El universo emocional en las interacciones parentofiliales: Un acercamiento al estado del arte. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 18(1), 118–134. <https://doi.org/10.11600/1692715x.18106>
- Balcells-Balcells, A., Giné, C., Guàrdia-Olmos, J., Summers, J. A., & Mas, J. M. (2019). Impact of supports and partnership on family quality of life. *Research in Developmental Disabilities*, 85, 50–60. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2018.10.006>
- Balma, C. J., & De Grandis, M. C. (2025). Vínculos de apego en familias homoparentales: Una revisión sistemática. *Revista de Psicoterapia*, 36(130), 56–62. <https://doi.org/10.5944/rdp.v36i130.43197>





- Bang, K. S., & Jang, S. Y. (2022). Influence of parenting role sharing, parenting stress, and happiness on warm parenting behavior in mothers of children aged 6 years: an analysis using data from the seventh panel study on Korean children. *Child health nursing research*, 28(1), 82–90. <https://doi.org/10.4094/chnr.2022.28.1.82>
- Banks, L. (2024). *Resolving generational conflicts through family systems approaches*. The On Earth Counseling Project. <https://www.theonearthproject.org/blog/resolving-generational-conflicts-through-family-systems-approaches/>
- Barbara, A. F., & Callus, A.-M. (2025). The lived experience of empowerment and overprotection on (in)dependent living of persons with intellectual disability. *Scandinavian Journal of Disability Research*, 27(1), 431–444. <https://doi.org/10.16993/sjdr.1163>
- Barón Hernández, D., & Tamargo Barbeito, T. O. (2020). Funcionamiento de las parejas parentales y su relación con los conflictos en familias reconstituidas. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46(1), e1543. <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2020.v46n1/e1543/es>
- Barraza Macías, A. (2021). La red de apoyo familiar y las relaciones intrafamiliares como predictoras de la satisfacción vital. *Actualidades en Psicología*, 35(131), 71–87. <https://doi.org/10.15517/ap.v35i131.41150>
- Barros, C., Fernández, M. B., & Herrera, M. S. (2014). Nociones sobre la familia y las interrelaciones entre sus miembros de parte de los mayores de 45 años. *Psicoperspectivas*, 13(1), 121–130. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol13-Issue1-fulltext-264>

- Bayas Choto, M. J., & Fierro Villacrés, M. S. (2026). Apego y funcionalidad familiar: Un análisis en parejas con hijos en diferentes etapas de desarrollo. *Revista Social Fronteriza*, 6(1), e1060. [https://doi.org/10.59814/resofro.2026.6\(1\)1060](https://doi.org/10.59814/resofro.2026.6(1)1060)
- Becerra Gálvez, A. L., & Pérez Ortiz, A. (2024). Estilos de crianza y condición emocional de padres de familia: ¿Existe una relación con el promedio académico? *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 15, e1987. https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v15i0.1987
- Berenstein, I. (2002). Problemas familiares contemporáneos o situaciones familiares actuales: Invariancia y novedad. *Psicología USP*, 13(2), 15–25. <https://doi.org/10.1590/S0103-65642002000200003>
- Betancourt Chila, R., & Bejarano Bustos, D. M. (2025). Algunas consideraciones del acompañamiento de las familias durante los procesos académicos. *Revista Ciencias de la Educación y el Deporte*, 3(2), 33–49. <https://doi.org/10.70262/rced.v3i2.2025.109>
- Blanco Varela, D. C. (2024). Integración familiar en la educación inicial: Fortaleciendo la inclusión escolar. *e-Revista Multidisciplinaria del Saber*, 2, e-RMS02032024. <https://doi.org/10.61286/e-rms.v2i.38>
- Blanco, R., & Umayahara, M. (2004). *Participación de las familias en la educación infantil latinoamericana*. UNESCO Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000139030>





- Bongelli, R., Busilacchi, G., Pacifico, A., Fabiani, M., Guarascio, C., Sofritti, F., Lamura, G., & Santini, S. (2024). Caregiving burden, social support, and psychological well-being among family caregivers of older Italians: A cross-sectional study. *Frontiers in Public Health*, 12, 1474967. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1474967>
- Bonvalet, C. (2016). Las relaciones intergeneracionales: ¿Problema actual o reminiscencia del pasado? *Papeles de Población*, 22(88), 47–75. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252016000200047&lng=es&tlng=es
- Boris, P., Kovács, K. E., & Nagy, B. E. (2024). The comparative study of chronically ill and healthy children and adolescents in the light of their general mental health. *Scientific Reports*, 14, 6754. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-57442-y>
- Brinkley-Rubinstein, L. (2013). Incarceration as a catalyst for worsening health. *Health & Justice*, 1, Article 3. <https://doi.org/10.1186/2194-7899-1-3>
- Briz Clariget, M. J. (2023). La importancia del cuidado de los vínculos en el sistema familiar frente a situaciones conflictivas. *Opinión Jurídica*, 22(48), a28. <https://doi.org/10.22395/ojum.v22n48a28>
- Brunori, C. (2025). The scale of transnational family separation: Evidence from the United Kingdom. *Demographic Research*, 53, 1221–1234. <https://doi.org/10.4054/DemRes.2025.53.39>
- Bryceson, D. F. (2022). Transnational families and neo-liberal globalisation: Past, present and future. *Nordic Journal of Migration Research*, 12(2), 120–138. <https://doi.org/10.33134/njmr.369>

Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 30(Supl. 3), 163–176. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012&lng=es

Cambieri, G. (2024). *The importance of connections: Ways to live a longer, healthier life*. Harvard T.H. Chan School of Public Health. <https://hsph.harvard.edu/news/the-importance-of-connections-ways-to-live-a-longer-healthier-life/>

Campbell, J. C., Alhusen, J., Draughon, J., Kub, J., & Walton-Moss, B. (2011). Vulnerability and protective factors for intimate partner violence. In J. W. White, M. P. Koss, & A. E. Kazdin (Eds.), *Violence against women and children: Vol. 1. Mapping the terrain* (pp. 243–263). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12307-011>

Campos de Aldana, M. S., Durán Niño, E. Y., Rivera Carvajal, R., Páez Esteban, A. N., & Carrillo Gonzales, G. M. (2019). Sobrecarga y apoyos en el cuidador familiar de pacientes con enfermedad crónica. *Revista Cuidarte*, 10(3), e649. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.v10i3.649>

Cantillo-Medina, C. P., Ramírez-Perdomo, C. A., & Perdomo-Romero, A. Y. (2018). Habilidad de cuidado en cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica y sobrecarga percibida. *Ciencia y Enfermería*, 24, 16. <https://doi.org/10.4067/S0717-95532018000100216>

Caravaca-Sánchez, F., & Pastor-Seller, E. (2020). Evaluation of the impact of family relations on prisoners' health in Spain. *Revista Española de Sanidad Penitenciaria*, 22(1), 32–38. <https://doi.org/10.18176/resp.0005>





- Cassidy, J., Jones, J. D., & Shaver, P. R. (2013). Contributions of attachment theory and research: a framework for future research, translation, and policy. *Development and psychopathology*, 25(4 Pt 2), 1415–1434. <https://doi.org/10.1017/S0954579413000692>
- Castaño, M., Sánchez, M., & Viveros, E. (2018). Familia homoparental, dinámicas familiares y prácticas parentales. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 10(2), 51–70. [http://190.15.17.25/revlatinofamilia/downloads/Rlef10\(2\)_4.pdf](http://190.15.17.25/revlatinofamilia/downloads/Rlef10(2)_4.pdf)
- Castillo Yara, E. (2022). Evolución del concepto de familia desde la Constitución de 1991. *Vía Iuris*, 32, 113–131. <https://doi.org/10.37511/viaiuris.n32a7>
- Čepukienė, V., & Neophytou, K. (2024). Intergenerational transmission of familial relational dysfunction: A test of a complex mediation model based on Bowen family systems theory. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(11), 3385–3408. <https://doi.org/10.1177/02654075241265472>
- Chang, H. Y., Chiou, C. J., & Chen, N. S. (2010). Impact of mental health and caregiver burden on family caregivers' physical health. *Archives of gerontology and geriatrics*, 50(3), 267–271. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2009.04.006>
- Charlton, K. (2024). “Who is the mum? Who is the dad?”: Same-sex couples' motivations for and experiences of parenthood. *Sexualities*, 27(1–2), 143–163. <https://doi.org/10.1177/13634607221091485>

- Cheliotis, L. K., & McKay, T. (2022). Uneasy partnerships: Prisoner re-entry, family problems and state coercion in the era of neoliberalism. *Punishment & Society*, 24(4). <https://doi.org/10.1177/14624745211006181>
- Ciurlo, A. (2014). Género y familia transnacional. Un enfoque teórico para aproximarse a los estudios migratorios. *Revista Científica General José María Córdova*, 12(13), 127–161. <https://www.redalyc.org/pdf/4762/476247221005.pdf>
- Constantine, L. L. (2024). Family types and family dimensions: The paradigmatic framework and the circumplex model. *Journal of Family Theory & Review*. <https://doi.org/10.1111/jftr.12573>
- Contreras Tinoco, K. A. (2019). Redes de apoyo familiares y feminización del cuidado de jóvenes estudiantes universitarios. *REDES. Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 30(1), 54–67. <https://doi.org/10.5565/rev/redes.766>
- Córdova Gonzales, L. A., Becerra Flores, S. N., Chávez Santamaría, A., Ortiz Salazar, N. G., & Franco Mendoza, J. M. (2022). Factores de los estilos de crianza parental como mediadores en la relación entre la resiliencia y calidad de vida en universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 25(1), 5–22. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v25i1.22015>
- Crispan, I., López, K., & Phillips, M. (2022). Análisis sobre el proceso del duelo familiar. *Semilla Científica*, 3(3), 44–53. <https://revistas.umecit.edu.pa/index.php/sc/article/download/1077/1953>
- Crittenden, P. M., & Dallos, R. (Eds.). (2009). *Alliances in family therapy: Attachment, systemic, and narrative perspectives*. Open University Press.





- Cruz García, D. A., Garzón Benavides, C. J., Martínez Parada, A. C., & Rodríguez Giraldo, J. A. (2021). El acompañamiento familiar: Discusiones contemporáneas. *Hojas y Hablas*, (21), 48–62. <https://doi.org/10.29151/hojasyhablas.n21a4>
- Cruz, M. A., & Llantén Oyarce, M. (2018). Familias homoparentales: ¿Reproducción o transgresión del género hegemónico? *Revista Punto Género*, 9, 85–105. <https://doi.org/10.5354/2735-7473.2018.50552>
- Cubero Sandoval, A., Gonzáles Ramírez, S., Morales Martínez, E., Murillo Jiménez, A., Ramírez Miranda, J., Rodríguez, O., & Sosa Víctor, M. de los A. (2008). *Familia y enfermedad crónica: El sistema familiar frente a la presencia de uno de sus miembros diagnosticado con cáncer* [Trabajo final de graduación, Universidad Nacional de Costa Rica].
- Cucinotta, F., Scaffidi, M. C., Cipolla, E., Mantineo, E. M., Santoro, G., Lombardo, C., Turriziani, L., Stamile, A., Vinci, S. L., & Alito, A. (2026). Family-centered care and family well-being in a community-based adapted sport program for children with neurodevelopmental disabilities: A cross-sectionalexploratorystudy. *Children*, 13(9), 1140. <https://doi.org/10.3390/children13091140>
- Cummings, E. M., Koss, K. J., & Davies, P. T. (2015). Prospective relations between family conflict and adolescent maladjustment: security in the family system as a mediating process. *Journal of abnormal child psychology*, 43(3), 503–515. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9926-1>
- Daley D. C. (2013). Family and social aspects of substance use disorders and treatment. *Journal of food and drug analysis*, 21(4), S73–S76. <https://doi.org/10.1016/j.jfda.2013.09.038>

- Darling-Churchill, K. E., & Lippman, L. (2016). Early childhood social and emotional development: Advancing the field of measurement. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 45, 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2016.02.002>
- Dávila Delgado, G., Capetillo Medrano, C. B., & Rochin Berumen, F. L. (2024). Comunicación familiar y desarrollo infantil en comunidades rurales. *Revista Científica de Salud y Desarrollo Humano*, 5(2), 674–693. <https://doi.org/10.61368/r.s.d.h.v5i2.167>
- De Castro King, R. (2026). *Duelo familiar: Cómo el sistema entero reorganiza la pérdida*. Psique Académica. <https://psiqueacademica.com/psicologia-clinica/duelo-familiar-sistema-reorganiza-perdida/>
- De la Torre Laso, J. (2005). Las relaciones entre padres e hijos después de las separaciones conflictivas. *Apuntes de Psicología*, 23(1), 101–112. <https://doi.org/10.55414/z1ne3x18>
- Del Picó Rubio, J. (2011). Evolución y actualidad de la concepción de familia: Una apreciación de la incidencia positiva de las tendencias dominantes a partir de la reforma del derecho matrimonial chileno. *Ius et Praxis*, 17(1), 31–56. <https://doi.org/10.4067/S0718-00122011000100003>
- Delfín-Ruiz, C., Saldaña Orozco, C., Cano Guzmán, R., & Peña Valencia, E. J. (2021). Caracterización de los roles familiares y su impacto en las familias de México. *Revista de Ciencias Sociales*, 27(Esp. 3), 128–138. <https://www.redalyc.org/journal/280/28068276012/html/>





- Díaz Grijalva, G. R., Aceves Trejo, A. S., & Acosta Morales, K. M. (2025). Percepción de los estilos parentales, bienestar infantil y conductas prosociales en niños y niñas. *Trayectorias Humanas Trascontinentales*, (19). <https://doi.org/10.25965/trahs.6740>
- Divecha, D. (2020). *Family conflict is normal; it's the repair that matters*. Greater Good Magazine. https://greatergood.berkeley.edu/article/item/family_conflict_is_normal_its_the_repair_that_matters
- Docal Millán, M. C., Akl Moanack, P. M., Pérez García, L. Y., & Sánchez Betancourt, L. K. (2022). Violencia intrafamiliar. Un riesgo para el desarrollo de la primera infancia. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 13(1), 77–101. <https://doi.org/10.21501/22161201.3628>
- Dominguez De La Ossa, E., Neira Salas, J. D., Geney Castro, E., & Aleán Romero, M. A. (2026). Crisis familiares, relaciones y funcionamiento familiar en contextos vulnerables de una ciudad del Caribe colombiano. *Universitas Psychologica*, 25, 1–15. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy25.cfrf>
- D'Onofrio, B., & Emery, R. (2019). Parental divorce or separation and children's mental health. *World psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 18(1), 100–101. <https://doi.org/10.1002/wps.20590>
- Düzgün, G., Polat, G., Baybaş Erdoğan, B. K., Kocakoç, N., & Şahin, S. (2026). The relationship between emotional intelligence and communication skills in older adults: A cross-sectional study. *Frontiers in Public Health*, 14, 1783872. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2026.1783872>

- Eggenberger, S. K., Meiers, S. J., Krumwiede, N., Bliesmer, M., & Earle, P. (2011). Reintegration within families in the context of chronic illness: A family health promoting process. *Journal of Nursing and Healthcare of Chronic Illness*, 3(3), 283–292. <https://doi.org/10.1111/j.1752-9824.2011.01101.x>
- Eriksson, M., Broberg, A. G., Hultmann, O., Chawinga, E., & Axberg, U. (2022). Safeguarding Children Subjected to Violence in the Family: Child-Centered Risk Assessments. *International journal of environmental research and public health*, 19(21), 13779. <https://doi.org/10.3390/ijerph192113779>
- Esquivel García, G. M., Lazo Moreira, M. V., & Haymán Moreira, C. D. (2025). Estrategia de escuela para padres y su influencia en el desarrollo cognitivo y comportamental de los estudiantes de bachillerato. *Revista Minerva*, 6(16), 25–35. <https://doi.org/10.47460/minerva.v6i16.184>
- Esteinou, R. (1999). Fragilidad y recomposición de las relaciones familiares: A manera de introducción. *Desacatos*, (2), 11–26. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X1999000200002&lng=es&tlng=es
- Fernández Cerero, J., Montenegro Rueda, M., & López Meneses, E. (2024). The Impact of Parental Involvement on the Educational Development of Students with Autism Spectrum Disorder. *Children* (Basel, Switzerland), 11(9), 1062. <https://doi.org/10.3390/children11091062>





- Fernández Escárzaga, J., & Vázquez Soto, M. A. (2017). La evolución de la familia y los estilos de educación. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 4(8). <https://mail.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/148>
- Fernández-Hawrylak, M., & Heras Sevilla, D. (2019). Familias transnacionales, familias inmigrantes: Reflexiones sobre su inclusión en la escuela. *Revista de Sociología de la Educación-RASE*, 12(1), 24–39. <https://doi.org/10.7203/RASE.12.1.12787>
- Ferrer, A. (2026). *Límites intergeneracionales: Cuando cuidar no significa invadir*. Sapos y Princesas. <https://saposyprincesas.elmundo.es/consejos/bienestar/limites-intergeneracionales-consejos>
- Fields-Olivieri, M. A., Vazquez, L., & Cole, P. M. (2022). Emotional and verbal communication in the family. En G. L. Schiewer, J. Altarriba, & B. C. Ng (Eds.), *Language and emotion: An international handbook* (Vol. 2, pp. 960–978). De Gruyter Mouton. <https://doi.org/10.1515/9783110670851-013>
- Fine, M. A., Ferraro, A. J., & Russell, L. T. (2023). Announcing *Family Transitions*: A dedicated outlet examining the complexity of contemporary family structures and changes. *Journal of Divorce & Remarriage*, 64(2–4), 91–96. <https://doi.org/10.1080/10502556.2023.2252603>
- Fitness, J., & Duffield, J. (2004). Emotion and communication in families. En A. L. Vangelisti (Ed.), *Handbook of family communication* (pp. 473–494). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

- Fitzgibbons R. P. (2015). Growing up with gay parents: What is the big deal? *The Linacre quarterly*, 82(4), 332–336. <https://doi.org/10.1179/0024363915Z.000000000120>
- Folk, J. B., Stuewig, J., Mashek, D., Tangney, J. P., & Grossmann, J. (2019). Behind bars but connected to family: Evidence for the benefits of family contact during incarceration. *Journal of family psychology : JFP : journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 33(4), 453–464. <https://doi.org/10.1037/fam0000520>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *Los niños necesitan un entorno familiar para su desarrollo*. UNICEF. <https://www.unicef.org/chile/historias/los-ni%C3%B1os-necesitan-un-entorno-familiar-para-su-desarrollo>
- Fu, C.-L., Li, R.-H., & Huang, J.-H. (2026). Family caregiver burden and service effectiveness: The role of home care quality. *Journal of Long-Term Care*, 181–197. <https://doi.org/10.31389/jltc.505>
- Fuentes de Frutos, S. (2025). Funcionamiento familiar y expresión emocional: Realidades desde la perspectiva antropológica. *ARIES, Anuario de Antropología Iberoamericana*. <https://aries.aibr.org/articulo/2025/15/6733/funcionamiento-familiar-y-expresion-emocional-realidades-desde-la-perspectiva-antropologica>
- Fuller-Iglesias, H. R., Webster, N. J., & Antonucci, T. C. (2015). The complex nature of family support across the life span: Implications for psychological well-being. *Developmental psychology*, 51(3), 277–288. <https://doi.org/10.1037/a0038665>





- García Peña, J. J., Arana Medina, C. M., & Restrepo Botero, J. C. (2018). Estilos parentales en el proceso de crianza de niños con trastornos disruptivos. *Investigación & Desarrollo*, 26(1), 55–74. <https://www.redalyc.org/journal/268/26859569003/html/>
- García Vargas, M. L. E., & de la Garza Carranza, M. T. (2021). Desarrollo y validación de la escala de conflicto intergeneracional en las organizaciones. *Psicumex*, 11, e401. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i2.401>
- Gardoqui Gutiérrez, E. (2026). *Cómo abordar el conflicto generacional desde la terapia familiar*. Rafael Salas Psicólogo. <https://www.rafaelsalaspsicologo.com/como-abordar-el-conflicto-generacional-desde-la-terapia-familiar/>
- Garey, J. (2025). *Cómo enseñar a los niños a lidiar con los conflictos*. Child Mind Institute. <https://childmind.org/es/articulo/como-ensenar-a-los-ninos-a-lidiar-con-los-conflictos/>
- Gavilanes Laines, F. B., Meza Arguello, D. M., Cedeño Espinoza, G. V., & Huila Gorozabel, M. E. (2025). La influencia del entorno familiar en el desarrollo emocional de los niños en edad preescolar. *Sage Sphere International Journal*, 2(3). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/10176963.pdf>
- Giesbers, S. A. H., Tournier, T., Hendriks, L., Hastings, R. P., Jahoda, A., & Embregts, P. J. C. M. (2019). Measuring emotional support in family networks: Adapting the Family Network Method for individuals with a mild intellectual disability. *Journal of applied research in intellectual disabilities : JARID*, 32(1), 94–105. <https://doi.org/10.1111/jar.12512>

- Giler Cedeño, M. J., Bravo Zambrano, J. E., Zambrano Salvatierra, S. M., Delgado Garcia, M. P., & Barcia Briones, M. F. (2023). La familia y su influencia en el desarrollo social infantil. *Dominio de las Ciencias*, 9(2), 2548–2556. <https://doi.org/10.23857/dc.v9i2.3454>
- Giordano, P. C., Copp, J. E., Manning, W. D., & Longmore, M. A. (2019). Linking parental incarceration and family dynamics associated with intergenerational transmission: A life-course perspective. *Criminology : an interdisciplinary journal*, 57(3), 395–423. <https://doi.org/10.1111/1745-9125.12209>
- Gobourne, A., Ringel, J. B., King, A., Safford, M., Riffin, C., Adelman, R., Bress, A., Paul, T. K., Durant, R. W., Roth, D. L., & Sterling, M. R. (2024). Association between caregiver strain and self-care among caregivers with hypertension: Findings from the REGARDS study. *Journal of the American Heart Association*, 13(15), e033477. <https://doi.org/10.1161/JAHA.123.033477>
- Gold, J. M. (2020). Generating a vocabulary of mourning: Supporting families through the process of grief. *The Family Journal*, 28(3), 236–240. <https://doi.org/10.1177/1066480720929693>
- Golics, C. J., Basra, M. K., Finlay, A. Y., & Salek, S. (2013). The impact of disease on family members: a critical aspect of medical care. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 106(10), 399–407. <https://doi.org/10.1177/0141076812472616>
- Golics, C. J., Basra, M. K., Salek, M. S., & Finlay, A. Y. (2013). The impact of patients' chronic disease on family quality of life: an experience from 26 specialties. *International journal of general medicine*, 6, 787–798. <https://doi.org/10.2147/IJGM.S45156>





- Gomila, M. A. (2005). Las relaciones intergeneracionales en el marco de la familia contemporánea: Cambios y continuidades en transición hacia una nueva concepción de la familia. *Historia Contemporánea*, 31. <https://doi.org/10.1387/hc.4245>
- González Soca, A. M. (2002). *Nociones de sociología y pedagogía*. Editorial Pueblo y Educación.
- Gottlieb, M., Violo, D., Tams, J., & Piercy, J. (2025). A scoping review of evidence-based grief interventions for parentally bereaved children: Comparing individual, group, and family approaches. *OMEGA-Journal of Death and Dying*. <https://doi.org/10.1177/00302228251334249>
- Grau, C., & Fernández Hawrylak, M. (2010). Familia y enfermedad crónica pediátrica. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 33(2), 203–212. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272010000300008&lng=es
- Grenier, A. M. (2007). Crossing age and generational boundaries: Exploring intergenerational research encounters. *Journal of Social Issues*, 63(4), 713–727. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2007.00532.x>
- Grevenstein, D., Bluemke, M., Schweitzer, J., & Aguilar-Raab, C. (2019). Better family relationships—higher well-being: The connection between relationship quality and health related resources. *Mental Health & Prevention*, 14, 200160. <https://doi.org/10.1016/j.mph.2019.200160>
- Gross, M. (2015). Gay, lesbian, and trans families through the lens of social science: A revolution or a pluralisation of forms of parenthood? *Enfances Familles Générations*, 23. <https://journals.openedition.org/efg/893>

- Guatrochi, M., Irueste, P., Pacheco, S., & Delfederico, F. (2020). Nuevas configuraciones familiares: Tipos de familia, funciones y estructura familiar. *Redes: Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, 41, 11–18. <https://www.redesdigital.com/index.php/redes/article/view/44>
- Gubbins, V., Urrutia, M., & Cárcamo, H. (2023). Involucramiento, implicación y participación de las familias: Explorando enfoques, niveles y ámbitos de acción en políticas de cuatro países latinoamericanos. *Pensamiento Educativo*, 60(2), 00108. <https://doi.org/10.7764/pel.60.2.2023.8>
- Guerrero San Martín, F. (2019). Resolución de conflictos en familias con hijos adolescentes. *Apuntes de Bioética*, 2(1), 48–60. <https://revistas.usat.edu.pe/index.php/apuntes/article/view/241/878?download=pdf>
- Halberstadt, A. G. (1983). Family expressiveness styles and nonverbal communication skills. *Journal of Nonverbal Behavior*, 8, 14–26. <https://doi.org/10.1007/BF00986327>
- Hantrais, L., Brannen, J., & Bennett, F. (2020). Family change, intergenerational relations and policy implications. *Contemporary Social Science*, 15(3), 275–290. <https://doi.org/10.1080/21582041.2018.1519195>
- Hassanein, E. E. A., Adawi, T. R., & Johnson, E. S. (2021). Social support, resilience, and quality of life for families with children with intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 112, 103910. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2021.103910>
- Heim, C., & Heim, C. (2024). *Resolving conflict: New study shows what long-term couples can teach us*. Institute for Family Studies. <https://ifstudies.org/blog/resolving-conflict-new-study-shows-what-long-term-couples-can-teach-us>





- Henao Buriticá, A., Fernández Rincón, C. A., & García García, N. (2017). Configuraciones familiares de los pacientes con enfermedad crónica no transmisible (ECNT) de una institución prestadora de servicios de salud de tercer nivel en la ciudad de Armenia, Quindío. *Investigaciones Andina*, 19(35), 73–104. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-81462017000200073&lng=en
- Henao López, G. C., & García Vesga, M. C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 7(2), 785–802. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2009000200009&lng=en
- Heras Sevilla, D., Cepa Serrano, A., & Lara Ortega, F. (2016). Desarrollo emocional en la infancia. Un estudio sobre las competencias emocionales de niños y niñas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 67–73. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v1.217>
- Hernández Pulido, C. E., & Pineda Castillo, K. A. (2023). Acompañamiento de padres y madres en el aprendizaje de sus hijos e hijas. Estudio de casos en una primaria durante el confinamiento y posconfinamiento. *Revista de El Colegio de San Luis*, 13(24), 00031. <https://doi.org/10.21696/rclsl132420231521>
- Herrera, G., & Carrillo, M. C. (2009). Transformaciones familiares en la experiencia migratoria ecuatoriana: Una mirada desde los contextos de salida. *Mélanges de la Casa de Velázquez*, 39(1), 97–114. <https://doi.org/10.4000/mcv.591>

- Hidalgo-Ocampo, L. M., Román-Macas, G. M., Petevi-Cuarán, L. I., & Villagómez-Cadena, M. V. (2025). La influencia de los padres en el rendimiento académico de los niños. *Space Scientific Journal of Multidisciplinary*, 3(1), 43–56. <https://doi.org/10.63618/omd/ssjm/v3/n1/4>
- Hilberdink, C. E., Ghainder, K., Dubanchet, A., Hinton, D., Djelantik, A. A. A. M. J., Hall, B. J., & Bui, E. (2023). Bereavement issues and prolonged grief disorder: A global perspective. *Global mental health* (Cambridge, England), 10, e32. <https://doi.org/10.1017/gmh.2023.28>
- Honda, T., Tran, T., Popplestone, S., Draper, C. E., Yousafzai, A. K., Romero, L., & Fisher, J. (2023). Parents' mental health and the social-emotional development of their children aged between 24 and 59 months in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analyses. *SSM - Mental Health*, 3, 100197. <https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.2023.100197>
- Hoover, S. (2026). The domestic violence gap in social vulnerability assessments. *Progress in Disaster Science*, 31, 100640. <https://doi.org/10.1016/j.pdisas.2026.100640>
- Huang, Y., Pan, Y., Chen, M., Jiang, H., Ren, L., Wang, Y., Zhang, L., & Dong, C. (2022). The resilient process of the family after diagnosis of childhood chronic illness: A qualitative meta-synthesis. *Journal of Pediatric Nursing*, 67, e180–e190. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.07.017>
- Huete García, A. (2019). *Autonomía e inclusión de las personas con discapacidad en el ámbito de protección social*. Banco Interamericano de Desarrollo. <https://doi.org/10.18235/0001702>



- Hünteler, B. (2022). A new perspective on the generational structures of families: Generational placements over the life course. *Advances in Life Course Research*, 51, 100450. <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2021.100450>
- Ishizuka, P. (2025). Parental self-evaluations by gender and social class: Shared parenting ideals, male breadwinner norms, and mothers' higher evaluation standards. *Social Science Research*, 128, 103156. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2025.103156>
- Jiménez Arrieta, M., Amarís Macías, M., & Valle Amarís, M. (2012). Afrontamiento en crisis familiares: El caso del divorcio cuando se tienen hijos adolescentes. *Salud Uninorte*, 28(1), 99–112. <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v28n1/v28n1a10.pdf>
- Jiménez Ramírez, G. Y., Cortes Flores, A., & Luna Jiménez, M. de. (2024). Estrategias de acompañamiento familiar en la educación preescolar durante el contexto mexicano de la pandemia. *Actualidades Investigativas en Educación*, 24(3), 132–165. <https://doi.org/10.15517/aie.v24i3.59354>
- Jin, Y., & Mazrekaj, D. (2024). The association between parenthood and health: A comparison of people in same-sex and different-sex relationships. *SSM - Population Health*, 26, 101685. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2024.101685>
- Johnston, C. A., Cavanagh, S. E., & Crosnoe, R. (2020). Family structure patterns from childhood through adolescence and the timing of cohabitation among diverse groups of young adult women and men. *Developmental psychology*, 56(1), 165–179. <https://doi.org/10.1037/dev0000842>

- Jones, S., & Lombardi, J. (2022, July 29). *Towards a strong foundation: Social and emotional development in young children*. Centre for Early Childhood. <https://centreforearlychildhood.org/news-insights/guest-essays/towards-a-strong-foundation-social-and-emotional-development-in-young-children/>
- Joo, M. J., Ko, J., Lim, J. H., Kim, D. B., & Park, E. C. (2025). The relationship between family conflict resolution methods and depressive symptoms in patients with chronic diseases. *PloS one*, 20(2), e0318378. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0318378>
- Jorge, E., & González, M. C. (2017). Estilos de crianza parental: Una revisión teórica. *Informes Psicológicos*, 17(2), 39–66. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v17n2a02>
- Jorgensen, N. (2026). Beyond separation and reunification: The ever-shifting trajectories of Venezuelan transnational families in South America. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 52(8), 2005–2022. <https://doi.org/10.1080/1369183X.2025.2609030>
- Jothikaran, T. A. J., Meershoek, A., Ashok, L., & Krumeich, A. (2023). Views and experiences of adult children concerning intergenerational relationships with their older kin: A qualitative study from South India. *Ageing & Society*, 43(2), 373–392. <https://doi.org/10.1017/S0144686X21000593>
- Juan Calabuig, K., Lacomba-Trejo, L., & Pérez-Marín, M. (2021). Duelo anticipado en familiares de personas con enfermedad de Alzheimer: Análisis del discurso. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 39(2), e203. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.8436>





- Juteau, G., Brown, S. L., Manning, W. D., & Westrick-Payne, K. K. (2023). *Exploring family structure diversity among children in families with low incomes*. Child Trends. <https://www.childtrends.org/publications/exploring-family-structure-diversity-among-children-in-families-with-low-incomes>
- Juul Darling, P., Bové Illum, D., & Storebø, O. J. (2024). The Critical Role of Attachment Theory in Child and Adolescent Mental Health Care. *Scandinavian journal of child and adolescent psychiatry and psychology*, 12(1), 47–49. <https://doi.org/10.2478/sjcapp-2024-0005>
- Keane, M. (2006). The impact of drugs on family well-being. *Drugnet Ireland*, (20), 15–16. <https://www.drugsandalcohol.ie/11310/>
- Kelty, N. E., & Wakabayashi, T. (2020). Family engagement in schools: Parent, educator, and community perspectives. *SAGE Open*, 10(4). <https://doi.org/10.1177/2158244020973024>
- King, V., Boyd, L. M., & Thorsen, M. L. (2015). Adolescents' Perceptions of Family Belonging in Stepfamilies. *Journal of marriage and the family*, 77(3), 761–774. <https://doi.org/10.1111/jomf.12181>
- Ko, E., Helsabeck, N. P., Yang, Y., & Rose, K. M. (2024). A mediating role of self-care difficulty in the association between caregiver strain and the impact of caregiving on health: A cross-sectional secondary analysis. *Geriatric Nursing*, 57, 179–187. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2024.04.015>

- Körün, A. B., Satıcı, S. A., & Keitner, G. I. (2025). Adaptation of general family functioning assessment device (GF-FAD): Its association with family adaptability, family belongingness and mental well-being. *Current Psychology*, 44, 6798–6810. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07673-7>
- Kovaç, E. S., Morina, S., & Kervan, S. (2025). Relation between conflict management strategies and family assessment devices in multicultural setting. *European Journal of Educational Research*, 14(3), 929–946. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.14.3.929>
- Kuppens, S., & Ceulemans, E. (2019). Parenting styles: A closer look at a well-known concept. *Journal of Child and Family Studies*, 28, 168–181. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1242-x>
- Łada-Maško, A., Sajewicz-Radtke, U., Jurek, P., Olech, M., Radtke, B. M., & Lipowska, M. (2025). (Non)specific interaction patterns in families raising a child with disability or chronic illness: A latent profile analysis. *Frontiers in Psychology*, 16, 1555879. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1555879>
- Laguna Maqueda, Ó. E. (2016). Crítica a los conceptos homoparentalidad y familia homoparental: Alcances y límites desde el enfoque de las relaciones y vínculos parentales de las personas de diversidad sexual. *La Ventana. Revista de Estudios de Género*, 5(43), 7–49. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362016000100007&lng=es&tlng=es
- Lander, L., Howsare, J., & Byrne, M. (2013). The impact of substance use disorders on families and children: from theory to practice. *Social work in public health*, 28(3-4), 194–205. <https://doi.org/10.1080/19371918.2013.759005>





- Lara-Montero, A. V., García-Aldaz, J. B., Aldaz-Amaguaña, G. G., & Chávez-Benavides, R. M. (2025). La influencia de la familia en el desarrollo socioemocional en niños de educación inicial. *REICOMUNICAR*, 8(15), 250–269. <https://reicomunicar.org/index.php/reicomunicar/article/view/392>
- Larsen, N. B., & Barton, A. W. (2025). Topics of conflict across family subsystems. *Journal of Family Issues*, 46(1), 111–130. <https://doi.org/10.1177/0192513X241237601>
- Lawall, A. R., Tram, J. M., & Kumar, N. (2022). The impact of parenting styles on subsequent parenting styles in sons. *The Family Journal*, 30(3), 444–449. <https://doi.org/10.1177/10664807211052306>
- Lee, H., Porter, L. C., & Comfort, M. (2014). Consequences of Family Member Incarceration: Impacts on Civic Participation and Perceptions of the Legitimacy and Fairness of Government. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 651(1), 44–73. <https://doi.org/10.1177/0002716213502920>
- Lee, J. Y., Bentzon, R., & Di Nucci, E. (2024). What Is A Family? A Constitutive-Affirmative Account. *Journal of bioethical inquiry*, 21(4), 647–657. <https://doi.org/10.1007/s11673-024-10339-x>
- Levin, D., Quartermaine, M., Gavshon, A., Sealey, C., & Breen, L. J. (2026). Family dynamics and the grieving process: A systematic review and narrative synthesis. *Death Studies*. <https://doi.org/10.1080/07481187.2026.2693950>
- Levin, I., & Trost, J. (1992). Understanding the concept of family. *Family Relations*, 41(3), 348–351. <https://doi.org/10.2307/585202>

- Lewandowska-Walter, A., & Błażek, M. (2022). Sibling Separation Due to Parental Divorce: Diagnostic Aspects. *International journal of environmental research and public health*, 19(10), 6232. <https://doi.org/10.3390/ijerph19106232>
- Leyton-Hernández, Á., Balbontín Astorga, T., Madariaga Leyton, N., Marín Lafferte, N., Tapia Peralta, F., Sena Muñoz, C., & Zárata Alfaro, M. (2025). Funcionalidad familiar y enfermedades crónicas: Una mirada preventiva a la sobrecarga del cuidador antes de la dependencia. *Atención Primaria*, 57(10), 103355. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2025.103355>
- Li, C., Jiang, S., & Zhang, X. (2019). Intergenerational relationship, family social support, and depression among Chinese elderly: A structural equation modeling analysis. *Journal of Affective Disorders*, 248, 73–80. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.01.032>
- Li, Z., Daud, M. N., Abdul Ghani, M. S. B., & Ashari, A. (2026). Intergenerational relational dynamics in co-parenting families: A cross-sectional analysis through a systemic theoretical lens. *Frontiers in Psychology*, 17, 1748675. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1748675>
- Lin, C.-Y., Chang, S.-H., Lin, C.-M., & Chang, Y.-Y. (2025). High-burden and self-efficacy are associated with quality of life in family caregivers in Taiwan: A cross-sectional study. *SAGE Open Aging*, 11. <https://doi.org/10.1177/30495334251365602>
- Lind, C. (2026). Parenthood and parental responsibility: Legal messaging and the power of law. *Journal of Social Welfare and Family Law*, 48(3), 297–313. <https://doi.org/10.1080/09649069.2024.2414617>





- Lloyd, A., Broadbent, A., Brooks, E., Bulsara, K., Donoghue, K., Saijaf, R., Sampson, K. N., Thomson, A., Fearon, P., & Lawrence, P. J. (2023). The impact of family interventions on communication in the context of anxiety and depression in those aged 14-24 years: systematic review of randomised control trials. *BJPsych open*, 9(5), e161. <https://doi.org/10.1192/bjo.2023.545>
- Loor Garcia, M. L., Carrillo Anchundia, L. A., Cevallos Cusme, K. V., & Redroban Toscano, A. M. (2026). Influencia del entorno familiar en el rendimiento escolar de estudiantes de educación básica. *Revista Científica Multidisciplinar G-Nerando*, 7(1), 6054. <https://doi.org/10.66473/rcmg.v7i1.1192>
- Luna Cuevas, C. A. (2026). *Vínculos parentales y apego: Claves en el desarrollo emocional*. Capitel. <https://capitel.humanitas.edu.mx/vinculos-parentales-apego-desarrollo/>
- Luo, Z.-N., Li, K., Chen, A.-Q., Qiu, Y.-C., Yang, X.-X., Lin, Z.-W., Liu, J.-H., Wu, Y.-B., & Chen, J.-Y. (2024). The influence of family health on self-efficacy in patients with chronic diseases: The mediating role of perceived social support and the moderating role of health literacy. *BMC Public Health*, 24, 3398. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20906-x>
- Lutz Ley, A., & Rodríguez Gutiérrez, J. G. (2024). Procesos migratorios, familiares y continuidad educativa de adolescentes en educación media superior. *Revista de El Colegio de San Luis*, 14(25), e1587. <https://doi.org/10.21696/rcsl142520241587>

- Maldonado Hernández, A. (2022). Discapacidad: La realidad de cuidar y ser cuidado. Los hermanos de las personas con discapacidad, sus mayores apoyos. *Actas de Coordinación Sociosanitaria*, 1(30). https://doi.org/10.48225/ACS_30_100
- Manning, W. D., Fetto, M. N., & Lamidi, E. (2014). Child Well-Being in Same-Sex Parent Families: Review of Research Prepared for American Sociological Association Amicus Brief. *Population research and policy review*, 33(4), 485–502. <https://doi.org/10.1007/s11113-014-9329-6>
- Marroquín-Escamilla, A. R., Santos-Flores, J. M., Montes de Oca Luna, R., Santos-Flores, I., Obregón Sánchez, N. H., & Trujillo-Hernández, P. E. (2024). Calidad de vida y sobrecarga de cuidadores familiares en primer nivel de atención. *Salud Uninorte*, 40(2), 416–430. <https://doi.org/10.14482/sun.40.02.357.753>
- Martí, J., & Cid, J. (2015). Encarcelamiento, lazos familiares y reincidencia. Explorando los límites del familismo. *Revista Internacional De Sociología*, 73(1), e002. <https://doi.org/10.3989/ris.2013.02.04>
- Martin, E. (2017,). *Hidden consequences: The impact of incarceration on dependent children*. National Institute of Justice. <https://nij.ojp.gov/topics/articles/hidden-consequences-impact-incarceration-dependent-children>
- Martínez-Rico, G., Simón, C., Cañadas, M., & McWilliam, R. (2022). Support networks and family empowerment in early intervention. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2001. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042001>





- Martínez-Yarza, N., Solabarrieta-Eizaguirre, J., & Santibáñez-Gruber, R. (2024). The impact of family involvement on students' social-emotional development: The mediational role of school engagement. *European Journal of Psychology of Education*, 39, 4297–4327. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00862-1>
- Mazza, M., Marano, G., Del Castillo, A. G., Chieffo, D., Monti, L., Janiri, D., Moccia, L., & Sani, G. (2021). Intimate partner violence: A loop of abuse, depression and victimization. *World journal of psychiatry*, 11(6), 215–221. <https://doi.org/10.5498/wjp.v11.i6.215>
- Mazzucato, V., & Schans, D. (2011). Transnational families and the well-being of children: Conceptual and methodological challenges. *Journal of Marriage and Family*, 73(4), 704–712. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2011.00840.x>
- Medellín Fontes, M. M., Rivera Heredia, M. E., López Peñaloza, J., Kanán Cedeño, M. E. G., & Rodríguez-Orozco, A. R. (2012). Funcionamiento familiar y su relación con las redes de apoyo social en una muestra de Morelia, México. *Salud Mental*, 35(2), 147–154. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252012000200008&lng=es
- Mendoza Intriago, G. M., García Merino, M. J., Parrales Pincay, V. A., & García Salazar, J. F. (2026). Violencia intrafamiliar y su repercusión en la primera infancia: Un análisis desde la intervención del trabajador social. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 8(1), 221–228. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v8i1.1764>

- Mendoza-Intriago, G. M., & Toala-Suárez, K. S. (2024). La familia y el desarrollo social en la primera infancia: Una mirada desde el trabajo social. *MQRInvestigar*, 8(4), 5103–5117. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.4.2024.5103-5117>
- Mesa, M. A., & Vanegas Infante, A. P. (2021). Fortalecimiento de vínculos sociales entre familias, niños y niñas a través del Cine. *Praxis Pedagógica*, 20(27), 141-156. <https://doi.org/10.26620/uniminuto.praxis.21.28.2021.141-156>
- Mestre, T. D., Caldeira, E. V., & Lopes, M. J. (2024). Family Self-Care in Chronic Disease Management: An Evolving Care Pattern?. *SAGE open nursing*, 10, 23779608231226069. <https://doi.org/10.1177/23779608231226069>
- Meza-Rodríguez, L. A. E., & Trimiño-Quiala, B. (2020). Participación de la familia en la educación escolar: Resultados de un estudio exploratorio. *EduSol*, 20(73), 13–28. <https://www.redalyc.org/journal/4757/475765806002/html/>
- Mitchell, S. (2025). Relational trauma: The impact on family relationships of maternal imprisonment. *Families, Relationships and Societies*, 14(4), 507–522. <https://doi.org/10.1332/20467435Y2024D000000039>
- Moraes, R. E. (2024). *Las redes de apoyo emocional y familiar son vitales para la adaptación social de los estudiantes universitarios*. SciELO en Perspectiva: Humanas. <https://humanas.blog.scielo.org/es/2024/11/29/redes-de-apoyo-emocional-y-familiar-universitarios/>





- Morales Almeida, P., Alemán Ramos, P., & Medina Montesdeoca, A. (2025). Psychosocial perspective on the integration of individuals deprived of liberty: A lexicometric analysis. *BMC Psychology*, 13, Article 649. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03068-2>
- Moreno Mínguez, A. (2015). La ambivalencia ante la corresponsabilidad parental en España: Una cuestión de género. *La Ventana. Revista de Estudios de Género*, 5(42), 46–98. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362015000200046
- Morgan, A., & Chadwick, H. (2009). *Key issues in domestic violence* (Research in Practice No. 7). Australian Institute of Criminology. <https://www.aic.gov.au/publications/rip/rip7>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The Role of the Family Context in the Development of Emotion Regulation. *Social development* (Oxford, England), 16(2), 361–388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Moyano, S., Sartori, F., & Moreyra, C. (2013). Repensando las familias: Aproximaciones históricas, miradas interdisciplinarias. *Estudios*, 30, 123–143. https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1852-15682013000200008&lng=es&tlng=es
- Mudd, E. H. (1966). Conflict and conflict resolution in families. En S. Mudd (Ed.), *Conflict resolution and world education* (pp. 58–69). Springer.
- Muñoz Astudillo, M. N., Gallego Cortés, C., Wartski Patiño, C. I., & Álvarez Sierra, L. E. (2012). Familia y consumo de sustancias psicoactivas: Una búsqueda de lo ausente. *Index de Enfermería*, 21(3), 136–140. <https://doi.org/10.4321/S1132-12962012000200006>

- Nelson, P. T. (2025). *Building strong family relationships*. University of Delaware Cooperative Extension. <https://www.udel.edu/canr/cooperative-extension/fact-sheets/building-strong-family-relationships/>
- Ocampo Marín, L. F. (2014). Migración de retorno, familias transnacionales y demandas educativas. *Sociedad & Equidad*, (6), 34–57. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4846667.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de Derechos Humanos*. <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- Ortega Pérez, P. (2022). *Influencia del apego familiar y los vínculos afectivos*. UPAD Psicología y Coaching. <https://upadpsicologiacoaching.com/influencia-del-apego-familiar-y-los-vinculos-afectivos/>
- Ortiz Aguilar, L. (2022). Reacomodos familiares surgidos por la reclusión de la madre e impacto en el sistema familiar. *Perspectivas Sociales*, 23(2), 53–71. <https://perspectivassociales.uanl.mx/index.php/pers/article/view/160>
- Ospina García, A., & Trejos Ladino, M. L. (2024). Reflexiones de desarrollo familiar frente a las nuevas formas de convivencia. *Poiésis*, 47, 108–125. <https://doi.org/10.21501/16920945.4786>
- Otero-Mayer, A., González-Benito, A., Gutiérrez-de-Rozas, B., & Expósito-Casas, E. (2026). Family involvement in early childhood education: A systematic review of its measurement. *Early Childhood Education Journal*, 54, 2495–2516. <https://doi.org/10.1007/s10643-025-02024-4>





- Palacios Madero, M. D., Suárez Granda, S. S., Conforme Zambrano, E. G., Arpi Peñaloza, N. R., Coronel Segovia, A. M., Fernández Ortiz, J. I., & Mora Pineda, A. M. (2024). Explorando la estructura parental: Establecimiento de normas y límites parentales en la infancia. *Liberabit*, 30(2), e931. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2024.v30n2.931>
- Paquette, D., Dubois-Comtois, K., Cyr, C., Lemelin, J.-P., Bacro, F., Couture, S., et al. (2024). Early childhood attachment stability to mothers, fathers, and both parents as a network: Associations with parents' well-being, marital relationship, and child behavior problems. *Attachment & Human Development*, 26(1), 66–94. <https://doi.org/10.1080/14616734.2024.2338089>
- Parella, S. (2007). Los vínculos afectivos y de cuidado en las familias transnacionales: Migrantes ecuatorianos y peruanos en España. *Migraciones Internacionales*, 4(2), 151–188. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-89062007000200006
- Parra Ortiz, M. C., Navarro Prados, A. B., Sánchez Gómez, M. C., & Cabanillas García, J. L. (2025). Papel y función del apoyo social en los post-cuidadores familiares de personas mayores dependientes. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 60(3), 101612. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2024.101612>
- Pearce, L. D., Hayward, G. M., Chassin, L., & Curran, P. J. (2018). The Increasing Diversity and Complexity of Family Structures for Adolescents. *Journal of research on adolescence : the official journal of the Society for Research on Adolescence*, 28(3), 591–608. <https://doi.org/10.1111/jora.12391>

- PecesGómez, E., Guevara Ingelmo, R. M., Fernández Mateos, L. M., & Moral-García, J. E. (2022). La importancia de la educación emocional en la familia: Propuesta de trabajo para un programa para padres y madres con hijos e hijas en edad adolescente. *Magister*, 34(1), 33–44. <https://doi.org/10.17811/msg.34.1.2022.33-44>
- Pedone, C., & Varela-Huerta, A. (2025). La familiarización de las migraciones en los corredores migratorios de América Latina, una aproximación teórico-metodológica. *Migraciones Internacionales*, 16. <https://doi.org/10.33679/rmi.v1i1.3197>
- Pedraza, A. P., Salazar, C. P., Robayo, A. E., & Moreno, E. A. (2017). Familia y escuela: Dos contextos comprometidos con la formación en ciclo III de la educación básica. *Análisis*, 49(91), 301–314. <https://doi.org/10.15332/s0120-8454.2017.0091.02>
- Peet, S. L., Van Bakel, H. J. A., van den Akker, A. L., & Dirks, E. (2025). Parents' and toddlers' emotion regulation: The importance of emotion talk. *Early Child Development and Care*, 195(1–2), 92–107. <https://doi.org/10.1080/03004430.2025.2459923>
- Peralta Barbosa, S. Y. (2026). Nuevos roles familiares en la crianza de los hijos: Una mirada a la transformación generacional. *Gaceta de Pedagogía*, 1(53), 79–100. <https://doi.org/10.56219/rgp.v1i53.5286>
- Pérez Contreras, M. M. (2005). Aproximación a un estudio sobre vulnerabilidad y violencia familiar. *Boletín Mexicano de Derecho Comparado*, 38(113), 845–867. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0041-86332005000200009&lng=es&tling=es





- Pérez Sánchez, L., Mercado Rivas, M. X., & Espinosa Parra, I. M. (2011). Percepción familiar de la enfermedad crónica. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(4), 268–294. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2011/epi114o.pdf>
- Perrigo, J. L., Stanley, L., Mixson, L. S., Espinosa, L., Morales, J., Beck, C., & Halfon, N. (2024). Examining holistic developmental strengths and needs of multilingual kindergartners using the Early Development Instrument. *International Journal of Educational Research Open*, 6, 100315. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2023.100315>
- Picón Pallares, L. M., & Aristizábal Becerra, L. A. (2026). La Familia Contemporánea como Entorno Protector en el Desarrollo Infantil: Revisión Sistemática en Contextos Socioculturales Cambiantes. *Ciencia Y Reflexión*, 5(3), 356–374. <https://doi.org/10.70747/cr.v5i3.917>
- Piercy, L. (2019). *A&S researcher: How families with same-sex parents resolve conflict has impact*. University of Kentucky College of Arts & Sciences. <https://psychology.as.uky.edu/researcher-how-families-same-sex-parents-resolve-conflict-has-impact>
- Pilevari, A., & Zahedi Asl, M. (2021). The effects of drug addiction treatment methods on families' behaviors: The Congress 60 treatment method. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 131, 108564. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2021.108564>
- Pilinszki, A., Bata, E., Demjén, A., & Danis, I. (2026). From crisis to cooperation – The relationship of coparenting after divorce with conflict frequency and conflict resolution: A cross-sectional study. *Journal of Family Social Work*. <https://doi.org/10.1080/10522158.2026.2682139>

- Pinillos-Guzmán, M. A. (2020). Configuración de la familia en su diversidad. *El Ágora U.S.B.*, 20(1), 275–288. <https://doi.org/10.21500/16578031.4197>
- Politti, M., & Delfino, G. (2023). Family system and deprivation of liberty: Narratives about the past, present and future. *Interdisciplinaria*, 40(3). <https://www.redalyc.org/journal/180/18075154003/html/>
- Pollack, J. (2026). *Family conflict resolution strategies for a family fighting over money*. Pollack Peacebuilding Systems. <https://pollackpeacebuilding.com/blog/family-conflict-resolution-strategies-money/>
- Ponce-Reyes, J. V., & Rodríguez-Álava, L. A. (2022). La dinámica familiar frente al duelo por la pérdida de un miembro del sistema. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud GESTAR*, 5(9), 38–57. <https://doi.org/10.46296/gt.v5i9edespmar.0053>
- Price, C. J. (2023). *Family communication patterns, emotion regulation, and coping behaviors in young adults* [Tesis de maestría, Utah State University].
- Program on Negotiation Staff. (2026). *Conflict resolution in the family*. Program on Negotiation at Harvard Law School. <https://www.pon.harvard.edu/daily/conflict-resolution/conflict-resolution-lessons-from-the-home-how-conflict-management-skills-transform-discord-into-harmony/>
- Qi, X. (2025). Intergenerational relations: Paradoxical integration of feelings, opportunities and issues. *The Sociological Review*, 73(4), 789–806. <https://doi.org/10.1177/00380261251347744>





- Quiroz Saavedra, R., Varas Garcés, P., & Riesco, X. (2024). El rol de las familias en los programas de promoción de la vida independiente de jóvenes con discapacidad: Un estudio cualitativo. *Siglo Cero*, 55(2), 25–42. <https://doi.org/10.14201/scero.31797>
- Ramírez Sánchez, N., García Madrid, G., Moreno Tochiuitl, M., Ramos Vázquez, J. A., Cruz Rivera, C., & Escalona Rolón, L. (2022). Impacto de las repercusiones de las enfermedades crónicas en las familias: Un análisis cuantitativo. *International Journal of Health Science*, 2(49), 1–12. <https://doi.org/10.22533/at.ed.15924922190810>
- Recio Reguera, A. (2024). *La terapia familiar: La clave para resolver conflictos y fortalecer las relaciones en el hogar*. Top Doctors. <https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/la-terapia-familiar-la-clave-para-resolver-conflictos-y-fortalecer-las-relaciones-en-el-hogar/>
- Redondo-Trujillo, V., & Rodríguez-Bravo, A. E. (2026). Creating support networks: Family well-being as the cornerstone of diversity support. *Family Sciences*, 2(2), 13. <https://doi.org/10.3390/famsci2020013>
- Rees, R., & Valenzuela, A. (2003). Características individuales y de la estructura familiar de un grupo de adolescentes abusadores de alcohol y/o marihuana. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 41(3), 173–186. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272003000300002>
- Reid, S. (2026). *Dealing with difficult family relationships*. HelpGuide.org. <https://www.helpguide.org/relationships/social-connection/dealing-with-difficult-family-relationships>

- Reinhard, S. C., Given, B., Petlick, N. H., & Bemis, A. (2008). Supporting family caregivers in providing care. En R. G. Hughes (Ed.), *Patient safety and quality: An evidence-based handbook for nurses*. Agency for Healthcare Research and Quality.
- Rejaän, Z., van der Valk, I. E., & Branje, S. (2022). The Role of Sense of Belonging and Family Structure in Adolescent Adjustment. *Journal of research on adolescence: the official journal of the Society for Research on Adolescence*, 32(4), 1354–1368. <https://doi.org/10.1111/jora.12694>
- Rentería Pérez, E., Lledias Tielbe, E., & Giraldo, A. L. (2008). Convivencia familiar: Una lectura aproximativa desde elementos de la psicología social. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 4(2), 427–441. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2008.0002.15>
- Rimascca Rodríguez, I. K., Quispe Munares, M. L., Jara Valverde, G. M., & Contreras Almanza, C. A. (2026). Apego seguro en la primera infancia: Revisión sistemática de la literatura. *Revista InveCom*, 6(3), e603067. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17561215>
- Riquelme Soto, V., Sahuquillo Mateo, P., & Cánovas Leonhardt, P. (2020). Transitando la ruptura familiar: Una aproximación hacia la coordinación de parentalidad. *Cuestiones Pedagógicas. Revista de Ciencias de la Educación*, 1(29), 77–89. <https://doi.org/10.12795/CP.2020.i29.06>
- Rivera Drew J. A. (2009). Disability and the Self-Reliant Family: Revisiting the Literature on Parents with Disabilities. *Marriage & family review*, 45(5), 431–447. <https://doi.org/10.1080/01494920903048734>
- Riveros Murillo, S. M., & Vidalon Santa Cruz, Z. M. (2025). Estilos de crianza: Una aproximación a la revisión sistemática. *Paidagogo*, 7(2), 137–164. <https://doi.org/10.52936/p.v7i2.336>





- Rodríguez Fernández, A. G. (2019). Violencia intrafamiliar y colectivos especialmente vulnerables: Menores y ancianos. Apuntes desde un enfoque interdisciplinar. *Revista Internacional de Doctrina y Jurisprudencia*, 19. <https://doi.org/10.25115/ridj.v0i19.2196>
- Rodríguez Ramos, M. L., & Marcana Molano, P. G. (2025). El impacto de los problemas familiares en el desarrollo integral en los niños y niñas de 4 a 5 años de edad. *Revista Social Fronteriza*, 5(6), e961. [https://doi.org/10.59814/resofro.2025.5\(6\)961](https://doi.org/10.59814/resofro.2025.5(6)961)
- Roizblatt S., A., Leiva F., V. M., & Maida S., A. M. (2018). Separación o divorcio de los padres. Consecuencias en los hijos y recomendaciones a los padres y pediatras. *Revista Chilena de Pediatría*, 89(2), 166–172. <https://doi.org/10.4067/S0370-41062018000200166>
- Rojas González, C. M. (2025). Análisis jurídico-social de los factores de la violencia intrafamiliar en el Paraguay. *Revista Jurídica. Investigación en Ciencias Jurídicas y Sociales*, 1(15). <https://doi.org/10.66744/3gg3yg91>
- Rojas Madrigal, C. (2006). La intervención en crisis con familias que atraviesan procesos de separación o divorcio. *Revista Costarricense de Trabajo Social*, (18). <https://revista.trabajosocial.or.cr/index.php/revista/es/article/view/96>
- Rolland, J. S. (2025). Chronic illness and disability: A multisystemic practice model. *Journal of Family Nursing*, 31(2), 63–74. <https://doi.org/10.1177/10748407251329694>

- Roman, N. V., Balogun, T. V., Butler-Kruger, L., Danga, S. D., de Lange, J. T., Human-Hendricks, A., Khaile, F. T., October, K. R., & Olabiyi, O. J. (2025). Strengthening family bonds: A systematic review of factors and interventions that enhance family cohesion. *Social Sciences*, 14(6), 371. <https://doi.org/10.3390/socsci14060371>
- Romero Escobar, H., & Romero Escobar, S. (2022). Importancia del apego y las relaciones vinculares en la terapia familiar. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 39(2), 59–68. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v39n2a6>
- Romero Plana, V. (2018). Hogares y familias transnacionales. Un encuentro desde la perspectiva humana. *Iberoforum. Revista de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana*, 13(25), 202–209. <https://www.redalyc.org/journal/2110/211057973009/211057973009.pdf>
- Romero-Serrano, R., Casado Mejía, R., Rebollo Catalán, M. Á., García-Iglesias, J. J., Gómez-Salgado, J., & Lancharro Taverro, I. (2023). Influence of social-family support networks on the care of dependent older people: a qualitative study *Revista Española de Salud Pública*, 97, e202311095. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11567322/>
- Roo-Prato, J. B., Hamui-Sutton, A., & Fernández-Ortega, M. A. (2016). Conflictos intergeneracionales en abuelas cuidadoras de una clínica de medicina familiar de la Ciudad de México. *Atención Familiar*, 23(2), 57–62. <https://doi.org/10.1016/j.af.2016.03.006>





- Rosales-Sánchez, M. A., Rivas-Herrera, J. C., Reyes-Juárez, C., Peña-León, B. de la, Salcedo-Álvarez, R. A., & Rodríguez-Estrada, M. del C. (2024). Habilidad de cuidado y sobrecarga percibida en cuidadores familiares de pacientes con enfermedad crónica. *SANUS*, 9, e477. <https://doi.org/10.36789/sanusrevenf..vi20.477>
- Roskos, P. T., Handal, P. J., & Ubinger, M. E. (2010). Family conflict resolution: Its measurement and relationship with family conflict and psychological adjustment. *Psychology*, 1(5), 370–376. <https://doi.org/10.4236/psych.2010.15046>
- Rothenberg, W. A., Hussong, A. M., & Chassin, L. (2018). Intergenerational continuity in high-conflict family environments: Investigating a mediating depressive pathway. *Developmental psychology*, 54(2), 385–396. <https://doi.org/10.1037/dev0000419>
- Ruedas Torres, D. (2023). Reensamblando familia y prisión: Los vínculos entre el encarcelamiento y sus efectos extendidos. *Espacio Abierto*, 32(3), 29–50. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8272814>
- Ruiz de la Hermosa Gutiérrez, R. (2026). *El apego y la construcción de nuestros vínculos emocionales*. Top Doctors. <https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/apego-construccion-vinculos-emocionales/>
- Ruíz Martínez, A. O., Hernández Cera, M. I., Mayrén Arévalo, P. J. J., & Vargas Santillán, M. L. (2014). Funcionamiento familiar de consumidores de sustancias adictivas con y sin conducta delictiva. *Liberabit*, 20(1), 109–117. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000100010

- Saidi, L. A., Ramli, S. N. S., Rahaman, N. H., Wan Yusuf, W. S. E. Y., & Abdullah, R. C. T. M. (2025). A systematic literature review on counselling as a strategic technique to promote positive behavioural transformations among vulnerable families. *Social Sciences & Humanities Open*, 12, 102154. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2025.102154>
- Salazar García, E. S., Inchaustegui García, C. A. E., Sánchez de García, N. E., Suero Burga de Figueroa, R. P., & Carrasco Huaman, D. I. (2025). Factores y redes familiares en la percepción del bienestar y calidad de vida de los adultos mayores. *Revista Información Científica*, 104, e5127. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17902435>
- Salazar Villanea, M., & Castro Gómez, M. J. (2019). Soledad y convivencia intergeneracional: Resignificar el cuidado en el ciclo vital. *Revista Reflexiones*, 98(2), 79–93. <https://doi.org/10.15517/rr.v98i2.34152>
- Salvador-Carulla, L., & Gasca, V. I. (2010). Defining disability, functioning, autonomy and dependency in person-centered medicine and integrated care. *International Journal of Integrated Care*, 10. <https://doi.org/10.5334/ijic.495>
- Sampaio, D., & Carvalho, R. F. (2022). Transnational families, care and wellbeing: The role of legal status and sibling relationships across borders. *Wellbeing, Space and Society*, 3, 100097. <https://doi.org/10.1016/j.wss.2022.100097>
- Samuel, E. (2024). *Attachment and social and emotional development*. Centre for Early Childhood. <https://centreforearlychildhood.org/news-insights/guest-essays/attachment-social-emotional-development/>





- Sánchez Molina, R., Tomé Martín, P., & Valencia, M. (2009). Nuevos tiempos, nuevas familias: Aproximaciones etnográficas en el estudio de configuraciones familiares contemporáneas. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 1, 22–45. <https://repositorio.ucaldas.edu.co/handle/ucaldas/24866>
- Sánchez, C., Gallimore, N., Córdova, J., & Carrasco, K. (2024). Impacto del entorno social en el desarrollo socioemocional del niño de preescolar. *Revista Semilla Científica*, 1(6), 566–573. <https://doi.org/10.37594/sc.v1i6.1607>
- Sánchez-Martínez, V., Cauli, O., & Corchón, S. (2024). Long-Term Caregiving Impact and Self-Care Strategies in Family Caregivers of People with Neuropsychiatric Disorders: A Mixed-Method Study. *Diseases (Basel, Switzerland)*, 12(11), 292. <https://doi.org/10.3390/diseases12110292>
- Sandoval Ortiz, F. N. (2022). Impacto del entorno social y familiar en el desarrollo de la personalidad de niños de 0-7 años. *INSTA Magazine*, 5(1), 11–16. <https://doi.org/10.63074/26973308.v5i1.48>
- Santacruz-Ortega, L. Y., Tumbaco-Billota, M., Godoy-Pico, M., Cruzatty-Valencia, J., & Ponce-Alencastro, J. (2025). Impacto de la sobrecarga en cuidadores de adultos mayores y estrategias para mejorar su calidad de vida. *Ocronos*, 8(1), 536.2. <https://revistamedica.com/sobrecarga-cuidadores-mayores-mejorar-calidad-vida/>
- Santos-Peláez, M. L., Huertas-Vilca, K. S., & Cordova-Buiza, F. (2025). Violencia intrafamiliar y su tratamiento desde una perspectiva tuitiva. *Oñati Socio-Legal Series*, 15(3), 998–1021. <https://doi.org/10.35295/osls.iisl.2126>

- Sanz Abad, J. (2012). Factores que favorecen la aparición de las familias transnacionales y negociaciones en torno a la reunificación familiar. Un análisis a partir del estudio de la migración ecuatoriana. *Ankulegi. Revista de Antropología Social*, 16, 59–73. <https://aldizkaria.ankulegi.org/index.php/ankulegi/article/view/51>
- Schadler C. (2016). How to Define Situated and Ever-Transforming Family Configurations? A New Materialist Approach. *Journal of family theory & review*, 8(4), 503–514. <https://doi.org/10.1111/jftr.12167>
- Schapiro, N. A., Kools, S. M., Weiss, S. J., & Brindis, C. D. (2013). Separation and reunification: the experiences of adolescents living in transnational families. *Current problems in pediatric and adolescent health care*, 43(3), 48–68. <https://doi.org/10.1016/j.cppeds.2012.12.001>
- Schmidt, C. D., Misurell, J. R., Feder, M. A., Pfeffer, A., & Grigg, J. (2026). Helping children heal: Counseling interventions for divorce-related family disruption. *The Family Journal*, 34(1), 170–180. <https://doi.org/10.1177/10664807251360788>
- Scorsolini-Comin, F. (2022). El pasado, el presente y el futuro del concepto de familia en el campo de la salud: Rupturas y permanencias. *Index de Enfermería*, 31(3), 190–193. <https://doi.org/10.58807/indexenferm20225083>
- Scott, E. (2024). *Family conflict resolution tips and strategies*. Verywell Mind. <https://www.verywellmind.com/family-conflict-resolution-solutions-3144540>
- Seltzer J. A. (2015). Intergenerational family support processes from young adulthood through later life: Do we need a new national survey? *Journal of economic and social measurement*, 40(1-4), 257–273. <https://doi.org/10.3233/JEM-150403>





- Seppänen, H., Koivisto, A.-M., Kylmä, J., Leppäkoski, T., Heino-Tolonen, T., & Paavilainen, E. (2025). The life situation of a family with a chronically ill child and the family's experience of support provided by healthcare professionals in Finland. *Journal of Pediatric Nursing*, 84, 311–318. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2025.06.021>
- Sezer, F. (2025). How divorce and parental loss shape children's moral growth and emotional resilience. *Behavioral Sciences*, 15(4), 539. <https://doi.org/10.3390/bs15040539>
- Sharma R. (2013). The Family and Family Structure Classification Redefined for the Current Times. *Journal of family medicine and primary care*, 2(4), 306–310. <https://doi.org/10.4103/2249-4863.123774>
- Shebak, S. (2025). The impact of divorce on families and therapeutic resolutions. *Psychotherapy Bulletin*, 61(1), 21–24. <https://societyforpsychotherapy.org/the-impact-of-divorce-on-families-and-therapeutic-resolutions/>
- Shi, J. (2017). The evolvement of family intergenerational relationship in transition: Mechanism, logic, and tension. *The Journal of Chinese Sociology*, 4, Article 20. <https://doi.org/10.1186/s40711-017-0068-z>
- Sikhakhane, L. M., & Roman, N. V. (2025). Family dynamics in a sample South African family: A systems theory analysis of cultural adaptation and contemporary challenges. *The Family Journal*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/10664807251360790>

- Silva, S., Martins, M. M., & Tavares, M. (2025). The grieving process and reorganization: Experiences and needs of post-caregivers after the death of the person cared for. *Psychology International*, 7(3), 70. <https://doi.org/10.3390/psycholint7030070>
- Simbaña Veloz , G. M., & Quintana Medina, X. A. (2025). Valoración de la comunicación familiar y la autoestima en adultos. *Revista Ciencia Innovadora*, 3(2), 01-12. <https://doi.org/10.64422/rci.v3n2.2025.60>
- Smiseth, P. T., & Royle, N. J. (2018). The resolution of conflict in families. *Current Opinion in Insect Science*, 28, 8–12. <https://doi.org/10.1016/j.cois.2018.03.007>
- Sprigg, P. (2012). *Homosexual parent study: Summary of findings*. Family Research Council. <https://www.frc.org/issuebrief/homosexual-parent-study-summary-of-findings>
- Stolnicu, A., De Mol, J., Hendrick, S., & Gaugue, J. (2022). Healing the Separation in High-Conflict Post-divorce Co-parenting. *Frontiers in psychology*, 13, 913447. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.913447>
- Su, Y. Y., Wang, W. F., Jhang, K. M., Mau, L. W., & Chen, C. M. (2025). Enhancing care service utilization and reducing burden: the role of needs assessments for dementia caregivers in long-term care. *BMC nursing*, 24(1), 1004. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-03686-6>
- Suarez Florian, E. V., & Vega Vilca, C. S. (2025). Estilos de crianza y aprendizaje infantil: Una revisión sistemática de la literatura científica reciente. *Aula Virtual*, 6(13), e605. <https://doi.org/10.5281/zenodo.18148344>





- Suitor, J. J., Gilligan, M., Pillemer, K., Fingerman, K. L., Kim, K., Silverstein, M., & Bengtson, V. L. (2017). Applying Within-Family Differences Approaches to Enhance Understanding of the Complexity of Intergenerational Relations. *The journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences*, 73(1), 40–53. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbx037>
- Taub, T., & Werner, S. (2023). Perspectives of adolescents with disabilities and their parents regarding autonomous decision-making and self-determination. *Research in Developmental Disabilities*, 136, 104442. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2023.104442>
- Thomas, P. A., Liu, H., & Umberson, D. (2017). Family Relationships and Well-Being. *Innovation in aging*, 1(3), igx025. <https://doi.org/10.1093/geroni/igx025>
- Tipán Pérez, D. L., & Rojas Conde, L. G. (2023). Afrontamiento de la familia frente al duelo. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 3, 526. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2023526>
- Tobón Mora, K. Y., & Blair-Gómez, C. (2023). El aprendizaje de la expresión emocional en interacción con la familia como alternativa para la promoción de la salud mental: Conceptualización e intervención cognitiva y transdiagnóstica de tres casos. *El Ágora USB*, 23(2), 562–579. <https://doi.org/10.21500/16578031.6780>
- Torres García, J. R., Leal Macías, O. D., Menéndez Vélez, R. I., & Espinoza Delgado, T. A. (2025). La familia como factor clave en el desarrollo socioemocional infantil: Un análisis documental. *Código Científico Revista de Investigación*, 6(E2), 1639–1652. <https://doi.org/10.55813/gaea/ccri/v6/nE2/1101>

- Torres Terrazas, P. A. (2023). La privación de la libertad y el apoyo familiar. *Revista Orexis. Exploraciones Éticas*, 1(1), 95–105. <https://doi.org/10.54167/orexis.v1i1.1073>
- Torres-López, L., Peñaloza-Ordóñez, R., Bermúdez-Aranda, A. C., & Mejía-Gálvez, A. (2026). La familia: Evolución histórica y propuesta funcional para la medicina familiar. *Revista Mexicana de Medicina Familiar*, 13(1), 25–32. <https://doi.org/10.24875/rmf.26000017>
- Trujillo Vargas, J. J. (2024). *Mediación familiar en conflictos intergeneracionales: Abuelos, padres y nietos*. Escuela Internacional de Mediación. <https://eimediacion.edu.es/ser-mediador/noticias-escuela-mediacion/mediacion-familiar-en-conflictos-intergeneracionales/>
- University of Oxford. (2020). *New study indicates children raised by same-sex parents perform better at school*. Department of Sociology. <https://www.sociology.ox.ac.uk/article/new-study-indicates-children-raised-same-sex-parents-perform-better-school>
- Vacca, R., & Bianchi, F. (2024). Diversity, integration, and variability of intergenerational relationships in old age: New insights from personal network research. *Social Science Research*, 119, 102991. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2024.102991>
- Valencia Correa, E., & Moreno Carmona, N. D. (2024). La migración y sus efectos multidimensionales en la familia transnacional. *Migraciones Internacionales*, 15, rmiv1i12805. <https://doi.org/10.33679/rmi.v1i1.2805>
- Van Hook, J., & Glick, J. E. (2020). Spanning borders, cultures, and generations: A decade of research on immigrant families. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 224–243. <https://doi.org/10.1111/jomf.12621>





- Van Loon, J., Janssen, M., Janssen, B., de Rooij, I., & Luijkx, K. (2024). How older adults with physical impairments maintain their autonomy in nursing homes. *Ageing & Society*, 44(11), 2397–2419. <https://doi.org/10.1017/S0144686X22001428>
- Van Roij, J., Brom, L., Sommeijer, D., van de Poll-Franse, L., Raijmakers, N., & eQuiPe study group (2021). Self-care, resilience, and caregiver burden in relatives of patients with advanced cancer: results from the eQuiPe study. *Supportive care in cancer: official journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer*, 29(12), 7975–7984. <https://doi.org/10.1007/s00520-021-06365-9>
- Van, L. (2024). Strengthening family bonds: Support, socialization, and economic stability in today's world. *Sociology and Criminology*, 12(2), 311. <https://doi.org/10.35248/2375-4435.24.12.311>
- Vargas Solano, R. E. (2003). Duelo y pérdida. *Medicina Legal de Costa Rica*, 20(2), 47–52. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152003000200005&lng=en
- Vásquez, J., & Ferragut Reinoso, E. (2024). La familia, célula básica de la sociedad; análisis y perspectiva panameña. *La Universidad*, 5(1), 121–134. <https://revistas.ues.edu.sv/index.php/launiversidad/article/view/2926>
- Vega Fuentes, A. (2012). De la dependencia a la autonomía: ¿Dónde queda la educación? *Educación XX1*, 10(1). <https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.305>
- Vega Palomino, L. A. (2026). Redes de apoyo familiar y su contribución a la inclusión de niños con discapacidad: Una revisión sistemática. *Revista Multidisciplinar Epistemología de las Ciencias*, 3(3), 1407–1430. <https://doi.org/10.71112/yh3zgh24>

- Velazco, K. (2018). Familias homoparentales y la interpretación del artículo 75 por la Sala Constitucional. *Cuestiones Jurídicas*, 12(1), 55–64. <https://www.redalyc.org/journal/1275/127564784005/127564784005.pdf>
- Villavicencio Aguilar, C. E., & Villarroel Carrión, M. F. (2017). Comunicación afectiva en familias desligadas. *Fides et Ratio*, 13(13), 15–39. https://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2017000100003
- Villax, M. (2024). *Effective conflict resolution: Strategies for making tough decisions while maintaining family unity*. Bedrock Group. <https://www.bedrockgroup.com/conflict-resolution-strategies-for-making-tough-decisions-while-maintaining-family-cohesion/>
- Wang Y. (2023). Influence of Early Family Nurturing Environment on Children's Psychological and Emotional Social Development. *Iranian journal of public health*, 52(10), 2138–2147. <https://doi.org/10.18502/ijph.v52i10.13852>
- Wang, R., Liu, Q., & Zhang, W. (2022). Coping, social support, and family quality of life for caregivers of individuals with autism: Meta-analytic structural equation modeling. *Personality and Individual Differences*, 186, 111351. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111351>
- Webb, S. N., Kavanagh, P. S., & Chonody, J. M. (2020). Attitudes toward same-sex family rights: Education facilitating progressive attitude change. *Australian Journal of Psychology*, 72(3), 293–303. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12282>
- Weigel, D. J. (2008). The concept of family: An analysis of laypeople's views of family. *Journal of Family Issues*, 29(11), 1426–1447. <https://doi.org/10.1177/0192513X08318488>





- Whear, R., Campbell, F., Rogers, M., Sutton, A., Robinson-Carter, E., Sharpe, R., Cohen, S., Fergy, R., Garside, R., Kneale, D., Melendez-Torres, G. J., & Thompson-Coon, J. (2023). What is the effect of intergenerational activities on the wellbeing and mental health of older people? A systematic review. *Campbell systematic reviews*, 19(4), e1355. <https://doi.org/10.1002/cl2.1355>
- Wijaya, S. (2023). The concept of the family: philosophical analysis in the context of modern globalized society. *Journal of Contemporary Philosophical and Anthropological Studies*, 1(1). <https://doi.org/10.59652/jcpas.v1i1.59>
- World Health Organization. (2026). *Violence against women*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Ye, L., Shields, M., Ge, Z., Kavanagh, A., Hewitt, B., & Aitken, Z. (2026). Family relationships of young people with disability from young people's perspective: A scoping review. *Disability & Society*, 41(7), 1883–1909. <https://doi.org/10.1080/09687599.2026.2667527>
- Zahid, R. A., & Darmawan, D. (2025). Family conflict resolution and the developmental trajectories of emotional regulation and child psychosocial outcomes. *Journal of Science, Technology and Society (SICO)*, 6(2), 13–26. <https://ejournalsico.com/index.php/sico/article/view/61>
- Zegarra-Chapoñan, R., Zeladita-Huaman, J. A., Cuba-Sancho, J. M., Castillo-Parra, H., Moran-Paredes, G. I., & Cárdenas-Niño, L. (2023). Asociación entre los estilos de crianza y el rol de los adolescentes peruanos en el acoso escolar, 2019. *Revista Cuidarte*, 14(1), e14. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.2679>

- Zeng, T., Yang, Y., & Man, S. (2022). How does family intergenerational relationships affect the life satisfaction of middle-aged and elderly parents in urban only-child families in Chengdu, China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), 8704. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148704>
- Zhang, J., & Flynn, C. (2025). How do children describe their experiences of parental imprisonment: A qualitative scoping review. *Children and Youth Services Review*, 169, 108085. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.108085>
- Zhang, Y., Huang, H., Wang, M., Zhu, J., Tan, S., Tian, W., Mo, J., Jiang, L., Mo, J., Pan, W., & Ning, C. (2023). Family outcome disparities between sexual minority and heterosexual families: A systematic review and meta-analysis. *BMJ Global Health*, 8(3), e010556. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2022-010556>
- Zhou, H., Li, Q., Liu, Z., Li, K., Geng, X., & Fang, X. (2024). Family Emotional Expressiveness and Adolescents' Cyberbullying Bystanders: The Mediating Role of Empathy. *Psychology research and behavior management*, 17, 2099–2110. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S447605>





Daniel Xavier Calva Nagua

Antropólogo por la Escuela de Antropología Aplicada de la Universidad Politécnica Salesiana, Sede Quito, Ecuador; Abogado y Magíster en Comunicación por la Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL); Licenciado en Pedagogía por la Universidad Técnica de Machala; y Magíster en Arqueología del Neotrópico, con trayectoria de investigación (MRes), por la Escuela Superior Politécnica del Litoral (ESPOL). Está acreditado por la Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (SENESCYT) como Investigador Nacional, categoría Agregado 1. Su trayectoria profesional integra la investigación científica, la docencia universitaria y el ejercicio profesional desde una perspectiva interdisciplinaria. Ha desarrollado y liderado investigaciones etnológicas, trabajos de campo y excavaciones arqueológicas, así como proyectos vinculados con la educación y el desarrollo social. Su experiencia académica y profesional abarca, además, ámbitos relacionados con la antropología, la arqueología, la comunicación y las ciencias jurídicas. Actualmente se desempeña como docente en la Universidad Estatal Amazónica del Ecuador y en el Instituto Superior Tecnológico Jubones. Su actividad académica se complementa con el ejercicio del derecho, la consultoría en marketing



político y comunicación estratégica, el desarrollo de proyectos de arqueología contractual y la divulgación de temas de interés social y cultural. Asimismo, participa como columnista del *Diario Opinión* de Machala; articulando su experiencia investigativa y profesional con el análisis de problemáticas contemporáneas.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4973-3358>



✦✦ Conocimiento que transforma sociedades
✦✦ Tú inspírate, nosotros publicamos

Familias contemporáneas: vínculos, cuidados y transformaciones ofrece una mirada profunda, actual e integradora sobre una de las realidades humanas más universales y, al mismo tiempo, más cambiantes: la familia. Lejos de reducirla a una estructura única o ideal, la obra explora la diversidad de configuraciones, trayectorias y experiencias mediante las cuales las personas construyen pertenencia, afecto, cuidado, responsabilidad y continuidad entre generaciones. A lo largo de cinco capítulos, el libro examina la transformación histórica y social de las familias contemporáneas, la construcción de los vínculos afectivos, el apego y la seguridad emocional, la comunicación, el conflicto y su reparación, así como los desafíos asociados con la crianza, la corresponsabilidad, la infancia, la adolescencia y la construcción de la autonomía. También profundiza en la enfermedad crónica, la discapacidad, la dependencia, la sobrecarga de los cuidadores y la importancia de las redes de apoyo, para posteriormente abordar algunas de las experiencias que más profundamente pueden alterar la vida familiar: la separación, el divorcio, la violencia intrafamiliar, el duelo, las pérdidas y la migración. La obra sostiene una idea esencial: el bienestar de una familia no depende de conservar intacta una determinada forma de convivencia, sino de su capacidad para responder a las necesidades de quienes la integran, proteger sin anular, cuidar sin controlar, acompañar sin impedir la autonomía y reconstruir sus vínculos cuando la vida transforma aquello que parecía permanente. Las familias pueden atravesar conflictos, ausencias, enfermedades, rupturas y crisis, pero también desarrollar nuevas formas de encuentro, cuidado, pertenencia y continuidad. Con una perspectiva relacional, humana y sensible a las condiciones sociales de nuestro tiempo, *Familias contemporáneas: vínculos, cuidados y transformaciones* invita a comprender que la familia no es una realidad terminada, sino una construcción cotidiana. Cambian sus integrantes, sus roles, sus necesidades y sus circunstancias; sin embargo, permanece la posibilidad de cuidar, reparar, acompañar y volver a construir. Porque una familia no se define únicamente por permanecer igual, sino también por su capacidad de transformarse sin dejar de reconocerse como familia.