



## Ciclo Vital- Crisis evolutivas

Dra. Ximena García Bianchi

Dra. Judith Estremero

### Introducción

Para poder atender al paciente de una manera integral, es decir verlo como una persona, se hace necesario conocer profundamente el ciclo vital humano y sus etapas. El médico de familia utiliza este conocimiento como un recurso fundamental para entender a los pacientes, para poder contextualizar sus cuidados y de esa manera atenderlos como sujetos singulares y únicos. Cuando hablamos de ciclo vital nos referimos a las etapas que las personas atraviesan en general a lo largo de la vida, desde el nacimiento hasta la muerte. El pasaje de una etapa a otra implica un cambio, y todo cambio en sí mismo se puede considerar una crisis; no solo en las personas que la están atravesando sino también en el grupo familiar. Las etapas a las que nos referimos son en general conocidas y bien definidas. Esto nos permite predecir algunos de los problemas frecuentes que se suceden frente a dichos cambios y que es habitual que se presenten (de manera manifiesta o no) en la consulta médica.

Dentro del ciclo vital podemos reconocer las siguientes etapas: Constitución de la pareja, Nacimiento y crianza, Hijos en edad escolar, Adolescencia, Salida de los hijos del hogar y Casamiento, Etapa madura, Ancianidad

### Objetivos

- Pensar en la familia como un grupo que afronta crisis evolutivas normales.
- Conocer cómo el desarrollo familiar está condicionado por la propia historia familiar y por la individualidad de cada uno de sus miembros.
- Detectar las crisis y anticiparlas reconociendo las desviaciones "normales" y/o patológicas.
- Resignificar el problema a partir de una escucha ampliada.

### Contenidos

1. Distintos tipos de crisis. Crisis evolutivas. Crisis inesperadas
2. Constitución de la pareja. Familia en potencia. Formulación de contratos conscientes e inconscientes. Inversión en el matrimonio."
3. Nacimiento y crianza. Tercerización: pasaje de 2 a 3. Redefinición de roles (dentro de la familia nuclear y de la familia extensa). Alianzas evolutivas normales (simbiosis madre-bebé, sostén paterno, etc.). Hijo como depositario de expectativas



4. Hijos en edad escolar. Puesta a prueba del producto familiar. Ampliación de la red social. Relación del menor con los hermanos y pares (intrageneracional). Relación del menor con sus padres y maestros (Autoridad. Relación intergeneracional)
5. Adolescencia. Crisis de identidad, cambios corporales. Ampliación del ámbito social. Cuestionamiento hacia los padres (coincidencia con crisis de edad media). Límites.
6. Casamiento y salida de los hijos del hogar. Necesidad de los hijos de desprenderse de las familias de origen para poder continuar su propio ciclo vital. Asunción de nuevos roles, inclusión de la familia política.
7. Pareja en edad madura. "Reencuentro" de la pareja sin hijos en convivencia. Renegociación de intereses y funciones. Jubilación. Utilización del nuevo tiempo. Nuevo rol: abuelo.
8. Ancianidad. Rol del anciano en la familia y la sociedad. Pérdidas frecuentes físicas y/o emocionales.

#### Lugar del médico de familia

*El médico de familia tiene que estar capacitado para hacer diagnóstico situacional y operar sobre él.*

### 1) Distintos tipos de crisis

A lo largo de la vida, las familias atraviesan distintos tipos de crisis que según las características de las mismas las podemos clasificar en crisis evolutivas o inesperadas.

Llamamos crisis evolutivas a aquellos cambios esperables por los cuales atraviesan la mayoría de las personas. Dichos cambios requieren un tiempo de adaptación para enfrentar nuevos desafíos, que forman parte del desarrollo de la vida normal.

A diferencia de las anteriores llamamos crisis inesperadas a aquellas que sobrevienen bruscamente, que no están en la línea evolutiva habitual (muerte temprana de un padre, pérdida del empleo, exilio forzoso, etc.)

Tanto las crisis evolutivas como las crisis inesperadas pueden ser atravesadas por las personas/familias de distintas maneras dependiendo de los recursos psíquicos que tengan y de las experiencias previas (adaptación a crisis anteriores). Teniendo en cuenta esto, habrá familias que puedan pasar por estos períodos de cambios con mayor facilidad y capacidad de adaptación y otras donde la rigidez de las estructuras dificultará tal pasaje.

El ciclo vital familiar está inmerso en la cultura a la que pertenece la familia, por lo que no podemos decir que haya formas correctas o incorrectas de pasar por las diferentes etapas. Las diferencias también van a estar dadas por el nivel social, cultural, mitos y creencias de cada familia/sujeto, esto deberá ser tenido en cuenta al momento de atender a la familia.



## 2) Constitución de la pareja

Con la formación de una pareja queda constituido un nuevo sistema, que será el inicio de una nueva familia. Este nuevo sistema/pareja tendrá características nuevas y propias. A su vez cada uno de los cónyuges traerá creencias, modalidades y expectativas que habrán heredado de sus propias familias de origen. Al formar un nuevo sistema tendrán que examinar cada una de éstas y negociar para establecer su nueva identidad como una nueva familia; aceptando las diferencias y manteniendo sus individualidades.

Como dice el Dr. Héctor A. Ferrari en su libro Salud mental en medicina: “El vínculo que se constituye en una relación de pareja es algo más que la suma de las características personales de cada uno de sus integrantes. Entre los miembros de una pareja se establece un espacio vincular único e inédito, derivado de la conjunción de la totalidad de los elementos que deben compartir y que se van especialmente a detectar en la clínica de las relaciones sexuales, de la vida cotidiana en común y de un proyecto compartido de futuro. Los emergentes provenientes de estas áreas suministrarán lo más significativo de la semiología del vínculo de pareja y hacia ellas debe dirigir el médico su escucha en la entrevista.”

En la evolución de una pareja habrá diferentes etapas, momentos de tranquilidad y otros de crisis.

Es normal que la pareja pase por una etapa inicial donde ambos se hacen impermeables a las cosas externas (amigos, familia, trabajo), es una etapa que permite consolidar la unión en lo emocional, social y sexual. Este aislamiento inicial irá variando con el tiempo y la evolución de la pareja. Su persistencia en el tiempo nos debería alertar y hacer pensar en alguna disfunción.

Las Licenciadas Zigman de Galperín y Jeroz de Arbiser en su capítulo de “El ciclo vital familiar” mencionan algunas de las perturbaciones que frecuentemente pueden verse en las parejas:

- Alianza privilegiada con la familia de origen de uno o ambos miembros, esto acarrea una dificultad para asumir el rol de esposo/a, padre/madre y es habitual ver que el hijo es entregado a los progenitores (abuelos) como ofrenda o como pasaporte a la exogamia (salida del hogar).
- Transferencia del rol de progenitor en el otro miembro de la pareja: la llegada del hijo es vivida como una competencia por el cariño del otro.
- Alianza fraternal entre los cónyuges como forma de poder salir del hogar de origen. Impide la inclusión del hijo como tal.
- Búsqueda compulsiva de un tercero para consolidar la unión de la pareja que todavía no ha sido lograda.

## 3) Nacimiento y crianza

El nacimiento de un hijo crea muchos cambios tanto en la relación de pareja como en toda la familia.

Desde la gestación el sistema de dos pasa a estructurarse de a tres, ya incluso desde el embarazo los padres van creando un espacio para este bebé que primero es intrapsíquico (expectativas con respecto al sexo, búsqueda del nombre, elegir un lugar en la casa) que después se traslada al afuera y se concreta (comprarle ropa, decoración del espacio elegido, etc.).

Este nuevo triángulo (madre-padre-bebé) reactiva en los padres experiencias propias anteriores vividas con sus familia de origen. Aparecen nuevos roles y funciones: madre, padre (función materna y función paterna); y con ellos los de la familia extensa: abuelos, tíos, primos, etc.

Las funciones de los padres se diferencian para poder brindarle al niño la atención y cuidados que necesita. La madre se unirá simbióticamente con el bebé, interpretando y descifrando sus demandas de cuidado y alimentación. Esta unión es normal y necesaria para la buena evolución de toda la familia.



Durante este período el padre es un observador que participa activamente desde afuera sosteniendo esta relación y haciendo el nexo entre madre-hijo/mundo exterior. Llegará el momento donde el hombre deberá recuperar a su mujer como pareja y a su hijo en relación a él.

La incorporación de un hijo en la familia provoca inevitablemente mucha tensión en la pareja. Son frecuentes los reproches, la depresión, cansancio de ambos padres, dificultad para ponerse de acuerdo en cómo y cuándo hacer las cosas.

Es un momento de vuelco hacia la familia extensa. A veces esto es tomado con alegría y en forma positiva y en otras aumenta la tensión o los conflictos.

### **Problemas frecuentes**

- -Persistencia de la simbiosis madre-bebé a lo largo del tiempo.
- -Intolerancia por parte del padre de ocupar un lugar secundario en esta tríada durante los primeros meses.
- -Excesiva participación de la familia extensa en el cuidado del bebé, con la consecuente dificultad de los padres para adaptarse al nuevo escenario.

### **4) Hijos en edad escolar**

Esta es una etapa crucial en la evolución de la familia. Es el primer desprendimiento del niño del seno familiar. Se unirá a una nueva institución con maestros y compañeros y realizará nuevas actividades fuera del hogar. En cierta medida es la puesta a prueba de todo lo que la familia inculcó en los primeros años al niño (límites, relación con la autoridad y pares, si es correcto preguntar o no, etc.). La red social del niño se amplía y se comenzará a relacionar con otros adultos significativos (maestros). Estas nuevas experiencias pueden ser transmitidas al niño como algo bueno, donde el crecimiento tiene una connotación positiva o pueden ser vividas como una pérdida o un abandono, lo cual hará que el niño se encuentre en una situación muy conflictiva (de elección entre familia y afuera) y dificulte su adaptación.

Por otro lado los padres tendrán por primera vez una imagen externa de su hijo, la imagen que le transmitirán los maestros. Esto en algunas familias los puede enfrentar a imágenes que no les gusta, haciendo responsable al colegio o los maestros de ellas y/o provocando cambios frecuentes de colegio, que dificulta más la adaptación del niño. En general son familias rígidas, con muchas dificultades para realizar cambios.

Otras familias depositan a los niños en la escuela demandándole a ésta funciones que le corresponden a los padres cumplir.

### **5) Adolescencia**

La adolescencia es una etapa de grandes crisis para la mayoría de los individuos y las familias. Se producen grandes cambios en todos los integrantes del núcleo familiar y en la relación de éstos con el exterior.

El adolescente sufre una gran crisis de identidad. Su cuerpo sufre cambios

y aparecen los caracteres sexuales secundarios bien definidos. Se pierde el cuerpo de niño para tener un cuerpo adulto, y como toda pérdida se requiere de un tiempo para procesarla. Comienza a ampliar su contacto con el mundo externo y el espacio geográfico en el que se mueve, lugares donde los padres no son invitados a participar. Es una etapa de grandes turbulencias emocionales para el adolescente que atraviesa



el desafío de transformarse en adulto (dejando la imagen idealizada de los padres de la infancia), definir su identidad sexual y conquistar cierto grado de autonomía en lo emocional y mental.

Las relaciones con sus pares, su grupo, pasan a ser primordiales en la vida del adolescente. El grupo ayuda a elaborar todos los cambios que le van sucediendo y ayuda a separarse de sus padres. Es importante para el adolescente sentir que se puede alejar de su casa sin perder a los padres, lo que intenta confirmar con sus actos de rebeldía.

Por momentos el adolescente se torna un ser de difícil manejo y comprensión por parte de los padres, la familia y la sociedad en general. No debemos olvidar que en esta etapa los padres a su vez están pasando por la crisis de la edad media, momento en el cual aparece la incertidumbre de ya no ser joven, hay una evaluación de todo lo realizado hasta el momento en todos los planos y enfrenta a los padres nuevamente como pareja.

Para el adolescente es importante la presencia de los límites firmes (con posibilidad de renegociarlos de acuerdo al crecimiento), con espacio para que ellos experimenten y se equivoquen, teniendo la oportunidad de recurrir a sus padres si los necesitara. Esto lo hace sentir seguro. La ausencia de límites hace que el adolescente se sienta solo, desamparado y da lugar a que aparezcan conductas de riesgo (violencia, embarazos no deseados, drogas, etc.) con el propósito de captar la atención de sus padres.

#### **Problemas frecuentes:**

- Dificultad de los padres para poner los límites adecuados. Esto lo podemos ver en padres que se transforman en “amigos” de sus hijos, sin una clara diferencia de roles, dejando “huérfano” al adolescente.
- Dificultad para permitir la salida (desprendimiento) del adolescente del seno familiar.

## **6) Salida de los hijos del hogar**

Esta nueva etapa está marcada por la capacidad de la familia de origen para desprenderse de sus hijos y de incorporar a nuevos individuos como el cónyuge y la familia política. Los hijos entraran en una nueva etapa donde deberán formar su propia familia, con las características que vimos al inicio del capítulo, para poder continuar el ciclo vital.

Desde el punto de vista de los padres, se enfrentan con la salida definitiva de los hijos del hogar. Hasta ahora se había agrandado el círculo social y afectivo en que se movía el/la joven, pero seguía siendo la familia de origen la única y la de pertenencia. A partir de este momento los padres deberán reconocer a la nueva familia como diferente y con características propias, aceptando la incorporación de otros en la vida familiar.

Esta etapa puede ser vivida como la evolución natural del ciclo familiar, con aceptación del paso del tiempo y proyectando un futuro con la llegada de los nietos. También es un momento de reencuentro de los padres, donde es posible realizar cosas que se postergaron durante la crianza de los hijos (salidas, actividades sociales, etc.)

Otras familias atraviesan esta etapa con mucha dificultad. Las parejas que dejan “todo” por la crianza de los hijos pueden acusar a éstos de dejarlos solos, cuando en realidad lo que hay es una dificultad en la pareja parental para reencontrarse, estar solos o aceptar el paso del tiempo. El hecho de que los hijos logren la salida del hogar, y el modo en que se realiza esta salida, podrá ser favorecido o no por las familias de origen.



## 7) Edad Madura

La pareja se enfrentará a nuevos desafíos. Por un lado el reencuentro entre ellos, dado por la salida de los hijos del hogar parental y por el cese laboral. De las características de este encuentro dependerá que la pareja continúe unida o no. Por otro lado deberán afrontar cambios no solo en lo individual sino también a nivel familiar.

El fin de la vida laboral (jubilación) que por algunos es tomado como el inicio de una nueva etapa, donde tendrán la oportunidad de realizar cosas postergadas durante la juventud, disfrutar de los nietos y seguir generando proyectos, para otros es el fin de su vida activa y el paso hacia una etapa "improductiva".

Dentro de las familias aparecerán nuevos roles: abuelo/a. Este nuevo rol les permite a los padres, ahora abuelos, tener un contacto más libre y placentero con los nietos que lo que tenían con sus propios hijos.

## 8) Ancianidad

Cada uno de los integrantes sufrirá cambios a nivel corporal (mayor fragilidad, enfermedades crónicas, etc.) y/o emocional (pensamientos con respecto a la muerte, pérdida de seres queridos, etc.). Todo esto requiere de un tiempo de procesamiento.

En esta etapa del ciclo vital suele haber un revés en cuanto a quién proporciona los cuidados físicos, emocionales e incluso económicos de los padres. Las características de estos nuevos vínculos dependerán de cómo se establecieron las relaciones a lo largo de la historia familiar.

Por otro lado son los abuelos los encargados de transmitir la historia, ritos y costumbres a las nuevas generaciones, ayudando así a establecer su identidad individual y familiar. Esto los pone a ellos en un lugar privilegiado, que hoy en día es descuidado por las familias y la sociedad en general.

Dra. Ximena García Bianchi

Dra. Judith Estremero

## Bibliografía

- Lic. Celia Zingman de Galperín, lic Alicia Jeroz de Arbiser, "El ciclo vital familiar". Sociedad Argentina de Terapia Familiar.
- Héctor A. Ferrari, Salud Mental en Medicina-contribución del Psicoanálisis al campo de la Salud. Editorial La Prensa Médica Argentina. Marzo 2002.
- K. Eia Asen, Peter Tomson, intervención Familiar, Guía práctica para los profesionales de la salud- editorial Paidós, 1997.